

UDC 159.938.37

DOI 10.26565/2410-1249-2023-19-02

ВАЛІДІЗАЦІЯ ШКАЛИ ЕСЕНЦІАЛЬНОСТІ/ІНФЕРНАЛЬНОСТІ (Е/І) ОПИТУВАЛЬНИКА ДІАГНОСТИКИ ЕСЕНЦІАЛЬНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ (ОДЕС)[†]

Кочарян І.О.

*Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології
Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна
майдан Свободи, 4, Харків, Україна, 61022*

E-mail: ikoch1980@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0003-0685-5774>

Стаття присвячена дослідженню валідності однієї зі шкал психодіагностичної методики ОДЕС «Опитувальник діагностики есенційної саморегуляції» - Есенційності/Інфернальності (Е/І). Конструкт Есенціальність/Інфернальність є складовим елементом концепції есенційної саморегуляції, яка забезпечує реалізацію тенденції до самоактуалізації людини. Есенціальність – це результат усвідомленого чи неусвідомленого вибору людини у бік особистісного зростання та розвитку, реалізації справжньої тенденції до самоактуалізації. Такий вибір можна назвати есенційним. Антагоністом істинної тенденції до самоактуалізації є інфернальний вибір – у бік спотворення тенденції до самоактуалізації. Е/І особлива шкала, яка спрямована на визначення можливості обстежуваного обирати комунікативні послання, які мають ознаки есенціальності – сутнісної самоактуалізації, або, навпаки, обирати послання, які мають ознаки інфернальності – викривленої самоактуалізації. Тобто здатність або до есенційного вибору в житті, або до інфернального. В роботі представлені завдання шкали, надані ознаки есенціальності й інфернальності. Завдання шкали Е/І відрізняються від завдань інших шкал методики ОДЕС. Загалом методика ОДЕС побудована на базі тверджень, з якими обстежувані або погоджуються, або ні. Завдання шкали Е/І побудовані на підставі висловлювань видатних осіб – людей, які реалізували себе у професії (письменники, філософи, психологи тощо) і людей з викривленою самоактуалізацією – серійних вбивць. Кожне завдання оцінене на наявність есенціальних та інфернальних ознак. Наведені результати кореляційного дослідження шкали Е/І й інших шкал методики ОДЕС та ще 15 психодіагностичних методик. Визначені дескриптори шкали Е/І серед інших шкал методики ОДЕС. Результатом роботи є підтвердження критеріальної валідності шкали Е/І.

Ключові слова: есенціальна саморегуляція, самоактуалізація, опитувальник, валідність.

Саморегуляція – це одна з основних функцій психіки. Людині необхідно постійно адаптуватися до умов середовища, що динамічно змінюються. Від ефективності регулятивних процесів залежить адаптація людини та якість її життя – її психологічний добробут, ментальне здоров'я та щастя. Таким чином, досліджуючи саме саморегуляційні процеси, – те, як психіка системно керує поведінкою та активністю людини, можна зрозуміти, як коригувати якість життя людини, розробляти методи та стратегії психокорекційної роботи (Dmytrienko K., 2012; Kocharian I., 2017).

У психології розглядається регуляція як окремих психічних процесів – емоційних (Cole P. M., Michel M. K., Teti L. O., 1994; Thompson R. A., 1994; Gross J. J., 2002; Niven K., Totterdell P., Holman D., 2009), когнітивних (Garnefski N.; 2007), вольових (Baumeister R. F., Vohs K. D., & Tice D. M.; 2007), так і комплексних системних утворень - таких як особистість або еґо (Bo O'Connor, B., & Fowler Z.; 2023). Усі ці теорії дозволили зрозуміти процеси симптомування (структурна теорія З. Фрейда), формування дезадаптивних і адаптивних переконань (А. Бек, Л. Елліс), прийняття доленосних виборів (Л. Сонді), постановки та досягнення цілей (О.О. Конопкін), актуалізації потреб та їх задоволення

(Ф. Перлс), самоконтролю поведінки (Р. Баумайстер) та багатьох інших факторів, що безпосередньо впливають на якість життя людини (Kocharian I., 2017; с. 14 – 30).

Однією із центральних тем останнього часу стала проблема щастя (Bergsma A., Buijt I., Veenhoven R., 2020). Саме щаслива людина дедалі більше стає орієнтиром для сучасного суспільства. Щаслива людина – це така людина, яка не просто відчуває благополуччя і задоволеність, а й переживає щось більше – радість від усього того, що відбувається і відбуватиметься в його житті. Саме така людина здатна і прийняти неминуче, і гідно оцінити і конструктивно використовувати ресурси, що є в її розпорядженні. Індекс щастя оцінюється різними міжнародними організаціями у багатьох країнах світу. А досягнення стану щастя стає предметом у різних терапевтичних напрямках.

Не винятком став і гуманістичний підхід, який розглядає радість та щастя як побічний продукт самоактуалізації (Kocharian I., 2017; с. 33). Щастя неможливо запланувати, воно лише є індикатором та результатом шляху людини – у бік реалізації свого потенціалу, особистісного зростання та розвитку. Щаслива людина – це людина, що самоактуалізується. Ця ідея вимагає і розуміння механізмів регуляції

[†] **How to cite:** Kocharian, I. (2023). Validation of the scale of essentiality/infertility (E/I) questionnaire for the diagnosis of essential self-regulation (QDES), *Psychological Counseling and Psychotherapy*, (19), 12-20. <https://doi.org/10.26565/2410-1249-2023-19-02> (in Ukrainian)

Як цитувати: Кочарян І.О. (2023). Валідізація шкали есенціальності/інфернальності (Е/І) опитувальника діагностики есенційної саморегуляції (ОДЕС), *Психологічне консультування і психотерапія*, (19), 12-20. <https://doi.org/10.26565/2410-1249-2023-19-02>

© Кочарян І.О., 2023

поведінки, спрямованої на реалізацію тенденції людини, що самоактуалізується – системи есенціальної (сутнісної) саморегуляції. Таку термінологію ми запровадили за А.Б. Орловим, який назвав людино-центрований підхід есенціальним. Самоактуалізація є проявом сутнісного в людині – передбачає необхідність розкрити себе та свій потенціал (Kocharian I., 2017; с. 68 – 69).

Згідно з К. Роджерсом реалізація тенденції до самоактуалізації або природно прагнення людини рухатися у напрямку незалежності, соціальної відповідальності, креативності та зрілості є головною умовою психологічного здоров'я, благополуччя та щастя (Kocharian I., 2017). Людино-центрований підхід у психотерапії формується навколо стратегій допомоги людині розкрити та реалізувати її потенціал. К. Роджерс запропонував концепцію необхідних і достатніх умов, які створює психотерапевт у процесі роботи для самоактуалізації людини (Kocharian O., 2016; Kocharian O., Varinova N., 2016). Людина, потрапляючи в простір безумовного позитивного ставлення, емпатії та конгруентності, подібно до квітки, що росте в благодатних умовах, розквітає - стає кращою, красивішою, здоровішою тощо. (Hobfoll S. E., 2002; Kaufman S. B., 2023; Maunz L.A., Glaser J., 2023; Molina M. F., Iribarne K., Menéndez M. Ángela, & Álvarez Iturain A. R., 2023). Разом з тим К. Роджерс не заперечував наявність в людини деструктивних спонукань, думок, вчинків і переживань. Однак, він вважав, якщо всі ці процеси існують не окремо, а пов'язані єдиною цілісною системою – людиною, що повністю функціонує, то вони (процеси) позбавляються деструктивної спрямованості і набувають конструктивного саногенного і розвиваючого характеру. Все ж таки деструктивні явища і людські вади в людино-центрованому підході пов'язуються з викривленням тенденції до самоактуалізації. Завдання психокорекції бачиться у відновленні істинної сутнісної тенденції до самоактуалізації за допомогою занурення людини в простір, наповнений тими самими необхідними та достатніми умовами (Kocharian O., 2015). Однак, як відомо: «диявол ховається в дрібниці», і найбільшу небезпеку становить найменші спотворення в операційному застосуванні та розумінні цих умов. І замість прийняття людини та допомоги відновленню її справжньої самоактуалізаційної тенденції ми можемо отримати підтримку хворих деструктивних і, по суті, інфернальних спотворених проявів. Особливого значення набуває можливість розпізнати справжнє чи викривлене – есенціальне чи інфернальне. На жаль, цьому питанню у психологічній літературі приділяється мало уваги.

У методиці ОДЕС, призначеної для оцінки психологічних ресурсів для реалізації тенденції до самоактуалізації ми вирішили, заздалегідь виділивши відповідні критерії, заповнити цей недолік і запровадили шкалу Е/І, яка покликана діагностувати есенційний/інфернальний вибір людини (Kocharian I., Servinskiy V., 2019).

Для діагностики есенціальності /інфернальності було вирішено застосувати не опитувальник, а

практичні завдання. Для цього були підібрані висловлювання, що приписуються відомим людям. Ці цитати були відібрані на основі приналежності їх авторів до однієї з двох категорій: 1) відомі та реалізовані у професійній діяльності письменники, психологи, філософи та інші фахівці; 2) серійні вбивці, засуджені за свої злочини. Усі висловлювання були взяті із відкритих джерел в інтернеті. Насправді не важливо, чи належали вони конкретним людям, чи були придумані, оскільки далі всі фрази були оцінені на есенціальність /інфернальність, виходячи з наявності в тексті відповідних ознак.

Для оцінки есенціальності /інфернальності комунікації необхідно чітко структурувати та систематизувати все це різноманіття ознак. В результаті процедури фасетної класифікації есенціальних та інфернальних ознак було виділено відповідні фасети – узагальнюючі біполярні критерії есенціальності / інфернальності послання (Kocharian I., 2017; с. 80-83). Вийшло по п'ять фасетів, які відображають критерії есенціальності /інфернальності послань. Кожному фасету було підібрано відповідну назву:

- 1) самореалізація/користь;
- 2) справжність/викривлення істини;
- 3) єднання/розкол;
- 4) гуманізм/ворожість;
- 5) відповідальність/дифузія відповідальності.

Детально розглянемо критерії есенціальності /інфернальності послань:

1. Самореалізація / користь.

В есенціальному посланні проявляється прагнення людини до саморозвитку, самоактуалізації. Його ознаками є будь-який прояв безкорисливого інтересу до справи чи людини, захопленості пізнанням та діяльністю, а також наміри саморозкриття і реалізації своїх задумів.

Протилежний інфернальний полюс цього критерію – користь. Виявляється у використанні інших лише у своїх суто егоїстичних цілях. Людина діє лише заради власної вигоди або, щоб уникнути санкцій, що загрожують особисто їй.

2. Справжність (конгруентність)/викривлення істини.

Есенційні послання завжди щирі, у них проявляється справжнє ставлення до того, що відбувається, прагнення отримати, відобразити та висловити інформацію максимально точно без спотворень. Таке послання в іншому спонукає автентичність і справжність.

Будь-яке спотворення реальності неминуче позначається на якості прийнятих рішень. Тому інфернальне послання закликає будь-якими способами (маніпуляціями, брехнею, примітивними егозахисними механізмами тощо) спотворити інформацію.

Ознаки спотворення істини (А. Бек, А. Елліс):

1. Персоналізація (людина пов'язує всі події з собою і розглядає їх як спрямовані проти нього).

2. Дихотомічні судження (мислення крайнощами за принципом «чи так/чи так», не помічаючи інших варіантів).

3. Надгенералізація (невиправдане узагальнення з урахуванням несуттєвих чинників).

4. «Катастрофізація» (перебільшення наслідків несприятливих подій).

5. Фокусування на моральному боргу перед собою/іншими (маніпуляція почуттям провини).

6. «Оціночна установка» (схильність оцінювати особистість загалом, а чи не окремі риси чи вчинки людини).

3. Єднання/розкол.

Есенційні послання закликають до об'єднання та цілісності як групи людей, так і психічний простір однієї людини. При цьому послання, що об'єднують, не повинні закликати до втрати відмінностей – ідентичності людини або спільнот. Навпаки, есенційні послання спрямовані на поєднання зі збереженням унікальності кожного елемента. Подібно до будь-якої системи, коли кожна ланка здійснює свою функцію, а разом виконується спільна справа. Такі послання можуть виглядати як вираз позитивного по відношенню до Іншого (викликання до підтримки, прийняття, подяка, інтерес, увага, симпатія, любов). Вербально це може виявлятися певними мовними конструкціями: «Мені цікава твоя думка...»; "Допоможіть розібратися в ситуації ..."; "Ти правий..."; "Дякую..."; «Пробач...» та ін. Такі послання створюють фундамент для міжіндивідуального та внутрішньоособистісного діалогу.

Інфернальні послання спрямовані на розкол, дезінтеграцію психіки чи соціальної групи. Такі послання можуть мати різко негативний оціночний характер з метою настроїти себе проти Іншого і навпаки: «Все проти мене!»; Ти вульгарна жінка! («я не можу з такою спілкуватися»); «Він сутенер, а вона повія! («тому вони зараз проти мене і моїх цінностей»)) і т. д.; а можуть просто містити теми, що провокують конфлікт: «А знаєш, що він про тебе говорив за твоєю спиною?!». Існують і витонченіші послання, які закликають до об'єднання для того, щоб надалі знецінити цей союз. Наприклад, спрямованість на об'єднання за принципом проти чогось/когось. У таких посланнях є об'єднуючий елемент, але здійснюється в ім'я роз'єднання з кимось. В есенціального послання мета – створення цілісної системи, а інфернального – лише руйнація.

4. Гуманізм (емпатія) /ворожість.

Людина має соціальну природу. Як відомо, він і продукт, і споживач, і виробник соціального. Тому реалізація сутнісного пов'язане із принесенням корисного Іншому. Одним із критеріїв будь-якої творчості є конструктивність продукту (послання) для соціальної системи. Тому будь-який прояв гуманізму – любов, подяка, симпатія, підтримка, турбота, співпереживання тощо – можна вважати ознакою есенціальності послання.

Ворожість проявляється будь-якими агресивними актами, метою яких є не усунення перешкоди, що заважає самоздійсненню, а усунення інакодумства, заподіяння шкоди Іншому чи собі самому. Ворожість може виявлятися в різних формах, найбільш поширені з яких моралізаторство

(агресія, прикрита мораллю), авторитарна агресія (придушення волі Іншого); конвенціоналізм (пригнічення проявів волі); деструктивна агресія (агресія заради агресії); неприйняття суб'єктивності та емоційності (придушення інакомислення); раболіпність і культ сили (повага до переважаючої сили); дегуманізація (позбавлення Інших людських прав і свобод); залякування (звернення до найістотніших страхів).

5. Відповідальність/дифузія відповідальності.

Есенційне послання містить ознаки відповідальності за інших, але не замість них. Що б Інший не робив (здійснюючи навіть наймерзніші вчинки), есенціальне відповідальне за нього. Есенціальне поділяє відповідальність за всі успіхи та невдачі з Іншим, воно причетне до всього, що відбувається навколо.

Інфернальне послання спрямовано зняття з себе відповідальності за Іншого. Людина отримує ілюзію свободи: «Якщо я не причетний до невдачі Іншого, то й не несу жодної відповідальності». Дифузія відповідальності може проявитися і, навпаки, у зайвій відповідальності (гіпервідповідальності, гіперопіції). Тоді це вже стає відповідальністю замість Іншого. Часто це призводить до того, що оточуючі можуть зняти тоді відповідальність із себе – вивченої безпорадності, а потім і до розчарування у відповідальності: «Я повинна за всім стежити, а він безпорадний. Ось чому приводить моя відповідальність».

Усього було відібрано 18 цитат, які було згруповано 9 пар завдань. Обстежуваним була дана наступна інструкція: «Виберіть як більш цікаву одну з двох запропонованих цитат і поставте під нею 1. Потім повторіть це з іншими парами цитат». Як цитати використовувалися фрази відомих людей. Передбачалося, що прикладами інфернальних послань послужать фрагменти інтерв'ю людей зі спотвореною тенденцією самоактуалізації – серійні вбивці і маніяки. Прикладами ж есенціальних послань мали послужити висловлювання самореалізованих людей – відомих письменників, психологів, філософів тощо. Відібрані цитати піддавалися процедурі оцінки на наявність ознак есенціальності /інфернальності за описаними вище критеріями.

На підставі критеріїв есенціальності /інфернальності кожній цитаті було приписано бали. На підставі виборів 9 цитат підраховувалася їхня загальна сума балів.

Таким чином, підсумовуючи отримані бали при виборі цитати з 9 пар виходить, що розмах шкали есенціальності /інфернальності становить від -9 до +9 балів, де негативні показники розглядаються як інфернальність, а позитивні як есенціальність. Спочатку обстежуваним пропонується зробити більш простий вибір – між цитатою з явними ознаками есенціальності та цитатою з такими ж явними ознаками інфернальності, а згодом ускладнювали вибір за рахунок підбору менш очевидних варіантів комунікативних послань.

Таблиця 1. Завдання шкали Есенціальність /Інфернальність (Е/І) з оцінками висловлювань за відповідними критеріями/Tasks of the Essentiality/Infernality (E/I) scale with evaluations of statements according to the relevant criteria

«Єдина відповідь на зло – це зло. Люди нічого іншого не розуміють» (Ворожність, спотворення -2). Підсумковий бал: -1	«Життя — це чудова пригода, варта того, щоб заради успіхів терпіти і невдачі» (Відповідальність, гуманізм +2). Підсумковий бал: 1
"Коли необхідно зробити вибір, а ви його не робите, - це теж вибір" (Відповідальність +1). Підсумковий бал: 1	«Мені хотілося зупинитись, але я не міг. У мене не було іншого щастя у житті» (Справжність +1, дифузія відповідальності -1, дихотомічні судження -1). Підсумковий бал: - 1
«Я не знаю, що змушує людей шукати друзів. Я не знаю, що тягне людей один до одного. Мені не знайомі засновані на брехні соціальні взаємини» (Розкол, спотворення, ворожність -3). Підсумковий бал: -1	«Кожен із нас, залежно від обставин, може бути дикуном чи святим. Хороша людина відрізняється від поганого вибором» (Відповідальність +1). Підсумковий бал: 1
«Прекрасне досягається шляхом вивчення і великих зусиль, погане засвоюється само собою, легко» (Відповідальність +1). Підсумковий бал: 1	«Киньте мене в глуху в'язницю, для вас — це був би кінець... а для мене — це лише початок. Там цілий світ, де я вільний. Світ, який ви не завоювали!» (Розкол, дифузія відповідальності, ворожність -3) Підсумковий бал: -1
«Погляньте на мене зверху вниз – і побачите дурня. Подивіться на мене знизу вгору – і побачите пана. Подивіться мені прямо в обличчя - і побачите себе!» (Розкол, дифузія відповідальності -2). Підсумковий бал: -1	«Якщо ми ненавидимо будь-кого, то ненавидимо в ньому частину самого себе. Те, що не є частиною нас самих, не турбує нас» (Єдність +1). Підсумковий бал: 1
«Ваше суспільство так перекручено, що нормальна людина в ньому постане божевільним» (Спотворення, розкол, дифузія відповідальності -3). Підсумковий бал: -1	"Коли мені хочеться прочитати книгу, я її пишу" (Спотворення, розкол -2; саморозвиток +1). Підсумковий бал: 1
«Вам давно настав час озирнутися на самих себе. Ви живете лише заради грошей. Але ваш кінець близький. Ви самі вбиваєте себе...» (Розкол, користь, ворожність, спотворення -4). Підсумковий бал: -1	«Звичайно, я міг би стати алкашем, приглушувати свої життєві потреби. Але не для цього я вивчав філософські погляди всіх часів та народів, проходив університети — життєві та навчальні, щоб зацькувати свою свідомість» (Розкол, спотворення, дифузія відповідальності, користь -4, саморозвиток +1). Підсумковий бал: 1
“Закони я не порушував. Я їх відсовував і робив так, як вважав за потрібне» (корисливість, спотворення -2; відповідальність +1). Підсумковий бал: 1	«Та я так, відсторонено, десь не на землі, а вище, у Бога, чи що. У Всесвіті десь дивлюся на все звідти. Я ж понад усе це» (спотворення, дифузія відповідальності, розкол -3). Підсумковий бал: -1
«У мене немає батьків, тому я не вмю кохати людей» (Спотворення, дифузія відповідальності, ворожність -3). Підсумковий бал: -1	«Людина і душа, якою наділив мене Бог, існували, але, на жаль, розбилися з часом» (безвідповідальність, спотворення -2). Підсумковий бал: 1

Вибірка дослідження. У дослідженні взяли участь сумарно 1065 чоловік, у тому числі 698 жінок, а 367 чоловіків. Усі обстежувані були віком від 18 до 50 років. Насамперед студенти денного та заочного відділення Харківського національного університету імені В.М. Каразіна та Національного аерокосмічного університету імені Н.Є. Жуковського «ХАІ», а також їхні друзі, родичі. Крім того, були задіяні трудові колективи кількох комерційних організацій (84 особи). Дослідження проводилося з 2020 до 2023 року.

Процедура дослідження. Обстежуваним пропонувалося пройти серію тестів, серед яких була шкала есенціальності/інфернальності у складі методики ОДЕС (опитувальник діагностики есенціальної саморегуляції). Усього було задіяно 16 психодіагностичних методик, спрямованих на оцінку різних аспектів саморегуляції людини:

1. Для тестування рівня функціонування особи: Самоактуалізаційний тест САТ (14 шкал); Шкала психологічного благополуччя Ріфф (7 шкал); опитувальник особистісної зрілості (ОЛЗ) (Штепа О.С.) (10 шкал); Тест КОТ - Короткий орієнтовний відбірковий тест (В.Н. Бузін, Е.Ф. Вандерлік) (1 шкала).

2. Для тестування емоційних, комунікативних та поведінкових компонентів саморегуляції психіки: Опитувальник структурних емоційних станів (адаптовано В.С. Гуськовським) (3 шкали); «Шкали внутрішньої діалогової активності» П. Олеся (3 шкали); Чотирьохмодальний емоційний опитувальник (Л. Рабінович) (4 шкали); Опитувальник «Когнітивне регулювання емоцій CERQ» в адаптації Розповідової Є.І. та ін.) (9 шкал); методика «Опитувальник діагностики есенціальної

саморегуляції» ОДЕС (25 шкал); Опитувальник вольового самоконтролю (ТСК) (3 шкали); Опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки – ССП-98» В.І. Моросанової (7 шкал).

3. Для тестування спонукальної сфери особистості – проєктивні тести: тест Л. Сонді (17 показників); колірний тест М. Люшера (11 показників); Тест В. Джоса (27 показників).

4. Для тестування стратегій подолання стресу: Опитувальник Лазаруса (8 шкал); Опитувальник Копінг - поведінка у стресових ситуаціях (Coping Inventory for Stressful CISS) (6 шкал).

Для того, щоб зрозуміти, що міряє запропонована нами шкала, результати піддавалися кореляційному аналізу (τ- Кендалла). Потім за допомогою множинної лінійної регресії ANOVA було здійснено оцінку впливу різних змінних, вимірених методиками на показники есенціальності /інфернальності. Розрахунки були зроблені за допомогою статистичної програми SPSS 22.0.0.0.

Результати дослідження. Кореляційне дослідження всередині методики ОДЕС показало такі результати, подані у таблиці 2.

Таблиця 2. Кореляції шкали Есенціальність /інфернальність (Е/І) з усіма шкалами методики ОДЕС /Correlations of the Essentiality/Infernalinity (E/I) scale with all scales of the ODES methodology

Шкали	Е/І			Відповідність гіпотезі	
	τ	Знач. (2-х стороння)	N	Знак кореляції	Значущість
Е+ (Афект)	-,084 **	,001	836	+	+
Е+- (Амбівалентність)	-,114 **	,000	708	+	+
Е = (Емоційний оптимум)	,099 **	,000	836	+	+
Е- (Апатія)	-,163 **	,000	836	+	+
К+ (Монолог)	-,033	,202	836	+	-
К+- (Нерівноправний діалог)	-,128 **	,000	835	+	+
К= (Рівноправний діалог)	,126 **	,000	836	+	+
К- (Хаотична комунікація)	-,153 **	,000	834	+	+
П1+ (Марносластво)	-,059 *	,019	836	+	+
П1 = (Гідність)	,094 **	,000	836	+	+
П1- (Самоприниження)	-,039	,119	836	+	-
П2+ (Метушливість)	-,049	,053	836	+	-
П2 = (Рішучість)	,064 *	,011	836	+	+
П2- (Віктимність)	-,128 **	,000	836	+	+
П3+ (Жадібність)	-,110 **	,000	836	+	+
П3 = (Вдячливість)	,193 **	,000	836	+	+
П3- (Самодеструкція)	-,162 **	,000	836	+	+
П4+ (Упертість)	-,075 **	,003	836	+	+
П4 = (Наполегливість)	,128 **	,000	836	+	+
П4- (Безвілля)	-,139 **	,000	835	+	+
Сж (Соціальна бажаність)	,036	,164	836	Поза гіпотезою	
Пд (Підміна)	-,031	,218	836	+	-
Пп (Псевдопомога)	-,105 **	,000	836	+	+
Пр (Самозрада)	-,115 **	,000	836	+	+

Примітки: ** - кореляція значуща лише на рівні 0,01 (двостороння); * - кореляція значуща лише на рівні 0,05 (двостороння); N – кількість обстежуваних; τ – коефіцієнт кореляції Кендалла; "+" - ознака відповідає гіпотезі; «-» - ознака відповідає гіпотезі.

Методика ОДЕС спрямована на діагностику есенціальної саморегуляції людини, тобто таких ресурсів психіки, що беруть участь у процесах регуляції поведінки, спрямованої на реалізацію тенденції до самоактуалізації. Спираючись на теорію збереження ресурсів (COR), в якій під ресурсами розуміються об'єкти, які цінні самі по собі, або цінні для отримання інших ресурсів (Hobfoll S. E., 2002), ми розуміємо ресурси саморегуляції, як психологічні чинники, що забезпечують процес самоактуалізації людини. Основна частина цієї методики сконструйована у формі опитувальника, але саме шкала есенціальності / інфернальності відрізняється від інших шкал – представлена у формі практичних завдань. Враховуючи, що ця шкала ще не проходила процедуру валідації, важливо оцінити, як ця шкала пов'язана зі шкалами

діагностичної методики ОДЕС та шкалами інших тестів.

У психодіагностиці під валідністю розуміють властивість тесту оцінювати саме той конструкт, для вимірювання якого тест призначений (Kline P., 1994). Відрізняють безліч видів валідності, однак у цьому випадку нас цікавить критеріальна (конкурентна) валідність. Її можна встановити за кореляцією показників шкали з показниками інших відповідних тестів та шкал.

З 24 шкал методики ОДЕС шкала Е/І має значні кореляції з 19. Лише п'ять шкал не корелюють зі шкалою Е/І: К+ (Монолог), П1- (Самоприниження), П2+ (Метушливість), Сж (Соціальна бажаність) та Пд (Підміна). При цьому шкала Сж не є основною, і її завдання контролювати установки обстежуваних давати соціально бажані відповіді. Виявилось, що соціальна бажаність ніяк не пов'язана з тенденцією

обирати цитати з ознаками справжньої самоактуалізації або спотвореної. Шкала П2+ тільки наблизилася до порогового рівня ($p = 0,53$) (Табл. 2). Таким чином шкала Е/І значимо корелює з 82,6%

основних шкал всередині методики ОДЕС. 55 показників вищеперелічених методик шкала Е/І значно корелює з І1, що становить 8% (Табл. 3).

Таблиця 3. Кореляції шкали Есенціальність /інфернальність (Е/І) зі шкалами поза методикою ОДЕС /Correlations of the Essentiality/Inferentiality (E/I) scale with scales outside the QDES method

Шкали	Е/І			Відповідність гіпотезі
	τ	p	N	
Загальна вольова саморегуляція	,306 *	,010	40	+
Наполегливість	,326 **	,007	40	+
Самоконтроль	,285 *	,019	40	+
Витиснення/компенсації	,259 *	,040	35	-
pr – (аскетичність, обмеження себе в споживанні)	,490 **	,003	24	+
ad – (Прагнення еволюціонувати до богоподібної сутності, до духовного зростання, до піднесення себе як особистості над людською масою)	-,442 **	,006	24	?
pr (Примат прагнення створювати для себе максимально комфортні умови, прагнення, не шкодуючи грошей, доставляти собі максимально можливе задоволення)	-,468 **	,003	24	?
ad (Готовність поступатися, йти на компроміси)	,394 *	,011	24	+
l (Прагнення отримувати згоду на свої бажання, досягати консенсусу на вигідних умовах)	,383 *	,014	24	+
Особистісний ріст	,127 *	,048	128	+
Психологічний добробут	,131 *	,038	129	+

Примітки: ** - кореляція значуща лише на рівні 0,01 (двостороння); * - кореляція значуща лише на рівні 0,05 (двостороння); N – кількість обстежуваних; "+" - ознака відповідає гіпотезі; «-» - ознака відповідає гіпотезі; «?» - ознака неоднозначно відповідає гіпотезі.

Гіпотеза 1. Для валідації шкали Е/І необхідно сформулювати гіпотезу. Якщо шкала Е/І в результаті емпіричного дослідження поведеться прогнозовано і відповідно до очікувань, то можна буде визнати її валідність. Згідно з очікуваннями шкала Е/І повинна мати позитивні значущі кореляції зі шкалами, що відображають ресурси самоактуалізації і мати значущу зворотну кореляцію зі шкалами – антиресурсами самоактуалізації людини. До ресурсних шкал методики ОДЕС відносяться 6 шкал: Е = (Емоційний оптимум), К = (Рівноправний діалог), П1 = (Гідність), П2 = (Рішучість), П3 = (Вдячливість) та П4 = (Наполегливість). Інші шкали, крім Сж відносяться до антиресурсних.

Як видно з таблиці 3 шкала Е/І поводиться повністю відповідно до очікувань за критерієм знака коефіцієнта кореляції: має прямий кореляційний зв'язок зі шкалами-ресурсами та зворотний – зі шкалами-антиресурсами. За рівнем значущості, як було зазначено вище, збіг з очікуваннями становив 82,6%. Таким чином загалом можна стверджувати, що шкала Е/І (Есенціальність /Інфернальність) поводиться відповідно до очікувань дослідників усередині методики ОДЕС. Отже, полюс «есенціальне» шкали Е/І також можна віднести до ресурсних шкал, тоді як полюс «інфернальне» - до антиресурсних.

Розглянемо, як шкала Е/І поводиться з іншими методиками. І тому сформулюємо гіпотезу 2.

Гіпотеза 2. Шкала Е/І повинна прогнозовано значуще корелювати зі шкалами та показниками інших наведених вище тестів. Враховуючи, що сумарно шкал і показників, з якими ми корелюємо шкалу Е/І на цьому етапі 130, складно спрогнозувати як повинна поводитися шкала, що валідізується. Тому

обмежимося емпіричними результатами та оцінимо шкалу за фактом.

Виявилось, що шкала Е/І має значні кореляції з такими методиками: 1) є прямий кореляційний зв'язок з усіма 3 шкалами опитувальника вольового самоконтролю (ТСК); 2) є значні кореляції з проєктивними методиками – показниками за кольоровим тестом М. Люшера та портретного тесту В. Джоса; 3) є прямий кореляційний зв'язок з окремими шкалами тесту психологічного благополуччя Ріфф. Що ж до перших двох пунктів, то внаслідок невеликої вибірки обстежуваних, які пройшли ці методики - від 24 до 40 осіб, то важко робити серйозні висновки з цих результатів. Можна лише відстежити деякі тенденції. Разом з тим значно якіснішими висновки можна зробити у зв'язку з шкалою Е/І та шкалою особистісного зростання та психологічного благополуччя. Хоча рівень значущості і невеликий, але достатній ($0,05 > p > 0,01$), а обстежуваних 128 і 129 відповідно (табл. 3). В цілому це добре узгоджується з даними Kushlev K., Radosic N., Diener E., які показали, що задоволеність життям та позитивні емоції сприяють просоціальній поведінці (2022). Тенденцію вибирати висловлювання, у яких кількість есенціальних ознак більше, ніж інфернальних можна розглядати як ознаку особистісного зростання, психологічного добробуту, здатності долати труднощі і вибудовувати пріоритети. Подальшої перевірки на більшій вибірці заслуговують на результати кореляції шкали Е/І з векторами багатства, гуманізації та ментальності тесту В. Джоса. Можна сформулювати припущення, що ознакою есенціальності в тесті Джоса може бути така формула: pr -, ad +, l +. Це відповідає поєднанню трьох спонукальних команд:

1. «Заощаджуй!» (рґ -), 2. «Пристосовуйся, жертвуючи несуттєвим!» (ad +) 3. «Покажи людям хто ти є!» (l +). Можливо, йдеться про реалізацію сутнісного в людині на конкретному етапі адаптації. У складних економічних та соціальних умовах самореалізація може бачитись як необхідність жорстко контролювати наявні ресурси та намагатися проявити себе з кращого боку. Можливо, в іншій ситуації ці спонукальні команди для реалізації тенденції до самоактуалізації були б інші. Загалом і гіпотезу 2 вважаємо підтвердженою.

Гіпотеза 3. Шкали методики ОДЕС можуть бути не тільки статистично пов'язаними зі шкалою Е/І, а й бути її предикторами.

З метою перевірки цієї гіпотези проведемо аналіз методом множинної лінійної регресії ANOVA. Для цього на першому етапі ми побудували модель, в яку як можливі предиктори увійшли всі шкали методики ОДЕС, а шкала Е/І виступила як залежна змінна. Далі ми по черзі виключали з предикторів шкали, які мали незначну статистичну значущість і дійшли наступної моделі (табл. 4).

Таблиця 4. Модель предикторів шкали Е/І /Model of predictors of the E/I scale

Шкали ОДЕС	Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Знач.
	B	Стандартна Помилка	Бета		
Е- (Апатія)	-,220	,085	-,106	-2,594	,010
К+- (Нерівноправний діалог)	-,211	,085	-,105	-2,481	,013
П1- (Самоприпинення)	,232	,063	,153	3,662	,000
ПЗ = (Вдячливість)	,472	,092	,194	5,162	,000
ПЗ- (Самодеструкція)	-,211	,067	-,140	-3,165	,002
П4+ (Упертість)	-,252	,071	-,127	-3,542	,000
П4 = (Наполегливість)	,215	,096	,088	2,241	,025

Примітка: Знач. – значущість.

У нашу модель як предиктори тенденції вибирати висловлювання з великою кількістю ознак есенціальності увійшли 7 шкал з 23 основних шкал.

При цьому скоригований R^2 даної моделі є найвищим у порівнянні з іншими можливими моделями і становить 0,149. Результати представлені у табл. 5.

Таблиця 5. Тестування різних моделей предикторів шкали Е/І /Different models testing of the E/I scale predictors

Модель	R	R ²	Коригований R ²	Стандартна помилка оцінки	Зміна R ²	Зміна F	Знач. Зміна F
Предиктори: ПЗ=	,274	,075	,074	3,8633	,075	67,650	,000
Предиктори: ПЗ=, ПЗ-	,345	,119	,117	3,7728	,044	41,440	,000
Предиктори: ПЗ=, ПЗ-, П4+	,361	,131	,127	3,7500	,012	11,128	,001
Предиктори: ПЗ=, ПЗ-, П4+, Е-	,370	,137	,132	3,7394	,006	5,738	,017
Предиктори: ПЗ=, ПЗ-, П4+, Е-, П1-	,381	,145	,140	3,7238	,008	7,935	,005
Предиктори: ПЗ=, ПЗ-, П4+, Е-, П1-, К+-	,388	,151	,145	3,7127	,006	5,984	,015
Предиктори: ПЗ=, ПЗ-, П4+, Е-, П1-, К+-, П4=	,395	,156	,149	3,7037	,005	5,024	,025

Примітка: Знач. - значущість

Розрахунки показали високий рівень значущості моделі ($p < 0,01$), критерій Дарбіна — Вотсона становив 1,886, що говорить про незначний ефект

автокореляції та допустимість інтерпретації моделі, отриманої на основі ANOVA. Результати моделі ANOVA з 7 предикторами представлені в табл. 6.

Таблиця 6. Розрахунки ANOVA для 7 предикторів шкали Е/І (ANOVA calculations for 7 predictors of the E/I scale)

Модель		Сума квадратів	Середній квадрат	F	Знач.	Дарбін - Уотсон
1	Регресія	2097,645	299,664	21,845	,000	1,886
	Залишок	11344,312	13,717			
	Усього	13441,957				

Примітка: Знач. - значущість

Таким чином, основними предикторами есенціальності чи тенденції вибирати висловлювання з більшим числом ознак есенціальності є емоційні, комунікативні та поведінкові компоненти есенціальності саморегуляції. Подяка, наполегливість і самоприпинення сприяють тенденції вибирати

висловлювання з більшим числом ознак есенціальності, а впертість, самодеструкція, апатія і нерівноправний діалог навпаки – сприяють тенденції вибирати висловлювання з більшою кількістю ознак інфернальності. Несподіванкою стало включення в модель предиктора - шкали П1- («Самоприпинення»).

Очевидно, здатність наполегливо йти до мети, вміння приймати та цінувати результати своєї діяльності у поєднанні можливістю упокорити своє его є головним ресурсом есенціального вибору. Схильність ж виправдовуватися чи тиснути на комунікації, бути впертим, знецінювати себе і ставати емоційно невразливим, навпаки впливає на інфернальний вибір людини.

Висновки:

1. Шкала Есенціальність /Інфернальність (Е/І) спрямована на оцінку здатності людини обирати комунікативні послання, в яких більше ознак істинної самоактуалізації, ніж викривленої.

2. Шкала Е/І сконструйована на основі практичних завдань та пов'язана з іншими шкалами методики діагностики есенціальної саморегуляції ОДЕС, а саме: прямо корелює з ресурсними шкалами (емоційний оптимум, рівноправний діалог, самоповага, рішучість, вдячливість та наполегливість) і зворотно – з антиресурсними шкалами есенціальної саморегуляції (системи, що забезпечує регулювання реалізації тенденції до самоактуалізації).

3. Шкала Е /І пов'язана з вольовою саморегуляцією, особистісним зростанням та психологічним благополуччям. Тобто. люди, які вміють долати складнощі, вибудовувати пріоритети, особистісно розвиватися і створювати у своєму житті добробут також схильні вибирати висловлювання з переважанням ознак есенціальності . Очевидно, що вибір на користь есенціального висловлювання (есенціальний вибір) це також вольовий акт вибудовування пріоритетів справжньої самоактуалізації над спотвореною (інфернального вибору). Це і відбивається в результаті і на житті людини.

4. Предикторами есенціального вибору виступають емоційні, комунікативні та поведінкові компоненти есенційної саморегуляції. Насамперед це здатність цінувати наявні ресурси, можливість відмовитися від егоїстичних домагань і рухатись до досягнення самоактуалізаційних цілей.

Таким чином, ми можемо визнати шкалу Е/І валідною, здатною діагностувати схильність людини вибирати істинний шлях самоактуалізації або її спотворений варіант.

Список використаних джерел/References

Dmytrienco, K. (2012). Саморегуляція поведінки засуджених, схильних до систематичних порушень режиму утримання в місцях позбавлення волі [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06 / Дмитрієнко Катерина Валеріївна ; Харк. нац. ун-т внутр. справ. [Self-regulation of the behavior of convicts prone to systematic violations of the detention regime in places of deprivation of liberty [Text]: autoref. theses of the candidate of psychological sciences: 19.00.06 / Kateryna Valeriivna Dmytrienco; Hark. national University of Internal Affairs affairs]. - Kharkiv. – p.18. (in Ukrainian).

Kocharian, I. (2017). Система радости: эссенциальная саморегуляция психики и ее психологическая коррекция : монография / И. А. Кочарян. – 2-е изд., испр. –Х.: ХНУ им. В.Н. Каразина, [The system of joy: essential self-regulation of the psyche and its psychological

correction: monograph / I. Kocharyan. – 2nd ed., Kharkiv: V.N. Karazin KhNU]. – p. 288.

Cole, P. M., Michel, M. K., Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: a clinical perspective. *Monogr. Soc. Res. Child. Dev.* 59(2-3). 73-100. <https://doi.org/10.2307/1166139>. PMID 7984169.

Thompson, R. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. *Monogr Soc Res Child Dev.* 59(2-3). 25-52. <https://doi.org/10.2307/1166137>. PMID 7984164.

Gross, J. (2002). Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology.* 39(3), p. 281–91. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>. PMID 12212647.

Niven K., Totterdell P., Holman D. (2009). A classification of controlled interpersonal affect regulation strategies. *Emotion.* 9(4), 498–509. <https://doi.org/10.1037/a0015962>. PMID 19653772.

Garnefski, N., Kraaij V. (2007). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European J. of Psychological Assessment.* (23), 141–149.

Baumeister, R., Vohs, K., Tice, D. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science,* 16(6), 351–355.

Bo O'Connor, B., Fowler, Z. (2023). How Imagination and Memory Shape the Moral Mind. *Personality and Social Psychology Review,* 27(2), 226–249. <https://doi.org/10.1177/10888683221114215>.

Bergsma, A., Buijt, I., Veenhoven, R. (2020). Will Happiness-Trainings Make Us Happier? A Research Synthesis Using an Online Findings-Archive. *Frontiers in Psychology,* 11, art. no. 1953. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01953>.

Kocharian, O. (2016). Етапи розвитку клієнт-центрованої психотерапії. [Stages of development of client-centered psychotherapy]. *The Journal of V. N. Karazin Kharkiv National University. A Series of «Psychology»,* (59), 75-85. <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/6041>.

Kocharian, O., Varinova, N. (2016). Теорія процесу у клієнт-центрованій психотерапії. Психологічне консультування і психотерапія. [Process theory in client-centered psychotherapy. *Psychological counseling and psychotherapy,* 1(5), 41-51. <https://doi.org/10.26565/2410-1249-2016-5-04>. (in Ukrainian).

Hobfoll, S. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology,* 6(4), 307-324. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307>.

Kaufman, S. (2023). Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration with Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being. *Journal of Humanistic Psychology,* 63(1), 51-83. <https://doi.org/10.1177/0022167818809187>.

Maunz, L., Glaser, J. (2023). Does Being Authentic Promote Self-actualization at Work? Examining the Links Between Work-Related Resources, Authenticity at Work, and Occupational Self-actualization. *J. Bus. Psychol.* (38), 347-367 <https://doi.org/10.1007/s10869-022-09815-1>.

Molina, M., Iribarne, K., Menéndez, M. Ángela, Álvarez Iturain, A. (2023). La percepción de un futuro significativo y su relación con el autoconcepto y las experiencias positivas durante pandemia de covid-19 en estudiantes de nivel superior: The perception of a significant future and its relationship with self-concept and positive experiences during the covid-19 pandemic in higher level students. *Psicogente,* 26(49). <https://doi.org/10.17081/psico.26.49.5765>.

Kocharian O. (2015). Субвербальная модель клиент-центрированной психотерапии. Психологічне консультування і психотерапія. [The subverbal model of

client-centered psychotherapy]. *Psychological counseling and psychotherapy*, 2(1-2), 49-57. <https://periodicals.karazin.ua/psychotherapy/article/view/4999>.

Kocharian, I., Servinskiy, V. (2019). Опитувальник діагностики есенційної саморегуляції та психометрична оцінка його завдань. *Bulletin of H.S. Skovoroda KhnPU. Psychology*. 60, 209-230. (in Ukrainian).

Kline, P. (1994). Справочное руководство по конструированию тестов. – Киев: ПАН Лтд. [Reference manual for designing tests. – Kyiv: PAN Ltd.].

Kushlev, K., Radosic, N., Diener, E. (2022). Subjective Well-Being and Prosociality Around the Globe: Happy People Give More of Their Time and Money to Others. *Social Psychological and Personality Science*, 13(4), 849–861. <https://doi.org/10.1177/19485506211043379>.

VALIDATION OF THE SCALE OF ESSENTIALITY/INFERNALITY (E/I) QUESTIONNAIRE FOR THE DIAGNOSIS OF ESSENTIAL SELF-REGULATION (QDES)

I. Kocharian

PhD, Associate Professor of General Psychology Department, V.N. Karazin Kharkiv National University Sq. Svoboda, 4, Kharkiv, Ukraine, 61022

The article is devoted to the study of the validity of one of the scales of the QDES psychodiagnostic method "Questionnaire for the diagnosis of essential self-regulation" - Essentiality/Infernalness (E/I). The construct Essentiality/Infernalness is a constituent element of the concept of essential self-regulation, which ensures the realization of a person's tendency to self-actualization. Essentiality is the result of a person's conscious or unconscious choice towards personal growth and development, the realization of a true tendency towards self-actualization. Such a choice can be called essential. The antagonist of the true tendency to self-actualization is the infernal choice - towards the distortion of the tendency to self-actualization. E/I is a special scale that is aimed at determining the ability of the examinee to choose communicative messages that have signs of essentiality - essential self-actualization, or, on the contrary, to choose messages that have signs of infernalness - distorted self-actualization. That is, the ability to either make an essential choice in life or an infernal one. The work presents the tasks of the scale, the signs of essentiality and infernalness are provided. The tasks of the E/I scale differ from the tasks of other scales of the QDES method. In general, the QDES technique is built on the basis of statements with which the examinees either agree or disagree. The tasks of the E/I scale are built on the basis of the statements of prominent persons - people who realized themselves in the profession (writers, philosophers, psychologists, etc.) and people with distorted self-actualization - serial killers. Each task is evaluated for the presence of essential and infernal features. The results of a correlational study of the E/I scale and other scales of the QDES methodology and 15 other psychodiagnostic methodologies are given. Descriptors of the E/I scale among other scales of the QDES methodology are defined. The result of the work is confirmation of the criterion validity of the E/I scale.

Keywords: *essential self-regulation, self-actualization, questionnaire, validity*

The article was received by the editors 22.02.2023 (Стаття надійшла до редакції 22.02.2023)

The article is recommended for printing 29.03.2023 (Стаття рекомендована до друку 29.03.2023)