

УДК 159.953.3

Л. В. Засекіна

Received March, 17, 2015

Revised April, 7, 2015

Accepted April, 13, 2015

ПСИХОЛІНГВІСТИЧНА ДІАГНОСТИКА Й РЕОРГАНІЗАЦІЯ НЕГАТИВНИХ ГЛИБИННИХ ПЕРЕКОНАНЬ ОСОБИСТОСТІ

У статті представлено результати теоретичного й емпіричного дослідження негативних глибинних переконань особистості як базових когніцій, що визначають поведінку людини. Запропоновано авторське визначення негативних глибинних переконань як низки усвідомлених і неусвідомлених переживань, які відображають ставлення людини до світу, до інших, до самої себе та ґрунтуються на особистісній історії індивідуума. Вибірка досліджуваних містила 72 особи, студентів гуманітарних спеціальностей (психологія, практична психологія, соціальна педагогіка, політологія) Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, віком 18–22 років, серед них 28 – чоловіків, 44 – жінок. Результати емпіричного дослідження дали змогу встановити три групи глибинних переконань: безпорадності/низьких досягнень (56,4 %), неприйняття/нестачі любові (17,3 %), безпорадності/нестачі контролю (25,6 %). Результати пропозиційного аналізу засвідчують про те, що найтипівішою структурою пропозиції для глибинних переконань безпорадності/низьких досягнень є інтернальний аргумент, ставлення з негативною модальністю, екстернальний об'єкт, пов'язаний зі сферою діяльності, а також контекст у вигляді конкретного простору й часу. Основним напрямом психолінгвістичної реорганізації вважаємо трансформацію інтернального аргумента в екстернальний та зміну модальності відношення на позитивну. Найтипівішою структурою пропозиції для глибинних переконань неприйняття/нестачі любові є екстернальний аргумент, відношення з негативною модальністю, контекст у вигляді невизначеного часу. Психолінгвістична реорганізація цієї групи переконань полягає, передусім, у трансформації екстернального аргументу в інтернальний та означення чіткого часового проміжку. Найтипівішою структурою пропозиції для глибинних переконань безпорадності/контролю є інтернальний аргумент, відношення з негативною модальністю, екстернальний об'єкт у вигляді значущих сфер і людей. Психолінгвістична реорганізація полягає в розширенні інтернального об'єкта за допомогою додавання екстернального як можливих чинників життєвих подій людини й зменшення власної відповідальності в різних життєвих ситуаціях.

Ключові слова: негативні глибинні переконання, переживання, неприйняття/нестача любові, безпорадність/низькі досягнення, безпорадність/нестача контролю, пропозиційний аналіз, психолінгвістична реорганізація.

Zasiekina Larysa. Psycholinguistic Diagnostics and Reorganization of Personality's Negative Core Beliefs. The results of theoretical and empirical study of individual core beliefs as deep cognitive constructs connected with behavior are represented in the article. The individual core beliefs are treated as a system of subjectively experienced feeling of conscious or unconscious nature which expresses the attitude of personality towards himself/ herself, the world and other people. 72 students of Lesya Ukrainka Eastern European University, 18–22 years old, 28 man and 44 women were asked during 5 min. to write thoughts (about themselves, others and the world), which decrease their efficiency in different life spheres. The results of experimental study allowed revealing three groups of core beliefs: rejection/ lack of love (17,3 %); helplessness/low achievements (56,4 %); helplessness/low control (25,6 %). The results of propositional analysis show that the most typical structure for propositions of core beliefs with helplessness/low achievements is represented by internal argument, attitude of negative modality, external object of significant life spheres, context of concrete time and space. Psycholinguistic reorganization of the proposition of these core beliefs is connected with transformation of internal argument into external, changing negative modality of the attitude for positive one. The most typical structure for propositions of core beliefs with rejection/ lack of love is represented by external argument, attitude of negative modality and context with indefinite time. Psycholinguistic reorganization of the proposition of these core beliefs is connected with transformation of external argument into internal, changing negative modality of the attitude for positive one, defining the exact time of individual action. The proposition of core beliefs with helplessness/low control is represented by internal argument, attitude of negative modality and external object of significant events and people. Psycholinguistic reorganization of the proposition of these core beliefs is connected with expansion of internal argument by adding external ones, which allow disclosing different factors of life events and decrease the individual responsibility for everything that has happened.

Key words: negative core beliefs, subjectively experienced feeling, rejection/ lack of love, helplessness/low achievements, helplessness/low control, propositional analysis, psycholinguistic reorganization.

Засекина Л. В. Психолингвистическая диагностика и реорганизация негативных глубинных убеждений личности. В статье представлены результаты теоретического и эмпирического изучения негативных глубинных убеждений как базовых когний, влияющих на поведение человека. Предлагается авторское определение негативных глубинных убеждений как совокупности осознанных и неосознанных переживаний личности, отображающих ее отношение к себе, к другим и внешнему миру. Выборка исследуемых включала 72 человека, студентов Восточноевропейского национального университета имени Леси Украинки, в возрасте 18–22 года, среди них – 28 мужчин, 44 женщины, которые на протяжении 5 мин. должны были записать свои негативные мысли о себе, других и мире, мешающие им быть эффективными в разных жизненных сферах. Результаты эмпирического исследования позволили выявить три группы глу-

бинних убеждений: неприяття/недостатка любви (17,3 %); беспомощности / недостаточных достижений (56,4 %); беспомощности / недостатка контроля (25,6 %). Результаты пропозиционального анализа свидетельствуют о том, что типической структурой для глубинных убеждений беспомощности/невысоких достижений является интернальный аргумент, отношение с отрицательной модальностью, экстернальный объект, связанный со сферой деятельности, а также контекст, представленный конкретным пространством и временем. Психолингвистическими способами реорганизации таких пропозиций являются трансформации интернального объекта в экстернальный, изменение модальности отношения на положительную. Пропозициональная структура глубинных убеждений неприяття / недостатка любви представлена экстернальным аргументом, отношением с отрицательной модальностью и неопределенным временем. Психолингвистическая реорганизация таких предложений состоит в трансформации экстернального аргумента в интернальный, изменения модальности отношения в положительную и определения точного временного промежутка. Пропозициональная структура глубинных убеждений беспомощности / недостатка контроля представлена интернальным аргументом, отрицательным отношением и экстернальным объектом как совокупностью значимых событий и людей. Психолингвистическая реорганизация таких предложений состоит в расширении аргумента путем добавления экстернальных аргументов, отображающих возможные факторы-детерминанты жизненных событий, с целью уменьшения чувства исключительно собственной ответственности за все происходящее.

Ключевые слова: негативные глубинные убеждения, переживания, неприятие / недостаток любви, беспомощность / недостаток контроля, беспомощность / невысокие достижения, пропозициональный анализ, психолингвистическая реорганизация.

Постановка наукової проблеми та її значення. У добу перенесення фокуса уваги вчених із ґрунтового дослідження фізичного й соціального світу на людину як центр, причину та наслідок його існування важливого значення набувають зовнішні прояви психічного буття індивідуума, які виражаються в поведінці й мовленні. Не випадкове поширення відносно нового напрямку психологічних досліджень – когнітивно-біхевіорального, який сьогодні поєднує доволі опозиційні для середини ХХ ст. ідеї про пріоритетне значення когнітивних чи поведінкових структур як предмета дослідження психології. На сучасному етапі зрозумілий фактисний взаємозв'язок систем знань індивіда з його поведінкою без фіксації каузальних зв'язків і визначення пріоритетної ролі для кожного з них.

Результати численних досліджень у контексті когнітивно-поведінкової теорії засвідчують про те, що викривлення мислення часто негативно впливає на поведінку, породжуючи спектр психічних проблем особистості:

тривожні розлади, депресивні стани, порушення харчової поведінки тощо. Поряд із цим емпірично доказовий і зворотний зв'язок: позитивний вплив поведінкових експериментів на подолання психічних проблем людини, переважно тривожних розладів: соціальної фобії, генералізованої тривожності, обсесивно-компульсивного розладу та ін.

Погоджуючись із продуктивністю підходу, який дає змогу ґрунтовно поглянути на взаємозумовленість когнітивних і поведінкових утворень та, головне, – установити їх прояв у поведінці, вважаємо неправомірною відсутність ґрунтовних психолінгвістичних досліджень викривлень мислення (читання думок, катастрофізації, знецінення, негативного фільтру, надузагальнення, персоналізації тощо), які оформляються в негативні автоматичні думки, дисфункційні припущення й негативні глибинні переконання, вчасна діагностика, психокорекція та реорганізація яких може гармонізувати психічне життя людини. Адже індивідуальне мовлення, попри значний хід розвитку наукової думки, являє собою чи не єдиний засіб пізнання внутрішнього світу людини, її психічних особливостей і закономірностей. Так, думка Арістотеля епохи Античності про створення «алфавіту світу» в результаті ґрунтовного вивчення мови та найпростіших мовних висловлювань, що уможливить упорядкування фізичного й індивідуального світів, наближається до сучасної філософії постмодернізму, зокрема думки М. Гайдеггера про те, що не ми управляємо мовою, а вона нами, створюючи впорядкування зовнішніх і внутрішніх для особи речей [7; 12].

Важливо відзначити, що саме глибинні переконання – найбільш прихована для самої людини сукупність внутрішніх уявлень, які спрямовують її поведінку в різних життєвих ситуаціях. Продовжуючи цю думку, вважаємо можливим створити «алфавіт глибинних переконань особистості», який дасть змогу визначати базові когніції особистості, що, з одного боку, детермінують поведінку, а з іншого – самі закріплюються конкретними поведінковими актами. Створення такого алфавіту сприятиме діагностиці й коректурі стрижня особистісних проблем, які стрімко зростають зі збільшенням часових, інформаційних, техногенних темпів суспільного життя. Отже, важливість психолінгвістичної діагностики й, за необхідності, корекції глибинних переконань особистості, з одного боку, та відсутність комплексних досліджень цього напрямку – з іншого, зумовили **актуальність** запропонованого дослідження і його практичну значущість.

До **основних завдань цієї статті** належать теоретико-емпіричне вивчення негативних глибинних переконань та їх реорганізація на матеріалі індивідуального мовлення особистості.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Термін «глибинні переконання» належить до поняттєвого обігу когнітивно-поведінкової терапії й тлумачать як ключові уявлення людини про саму себе. Засновник когнітивної терапії А. Бек відзначає помилковість ототожнення глибинних переконань і схем, оскільки останні – це когнітивні структури, що значно ширші за переконання [10]. Така думка суголосна основоположникові теорії схем у психології, ученому Кембриджського університету Ф. Бартлетту [11]. На його думку, схема являє собою сукупність минулих реакцій, які проявляються в мисленні, сприйманні, пам'яті, поведінці. Так, результати експериментального дослідження пам'яті засвідчили, що реципієнти, сприймаючи й запам'ятовуючи певну історію, події якої порушують логічність і послідовність наративного викладу, із великими труднощами відтворюють події цієї історії навіть через найкоротші проміжки часу. Це пов'язано з тим, що на основі життєвого досвіду в людини складаються чіткі очікування, підпорядковані принципу схем, відповідно до якого й повинні розгортатися події.

Основною інтелектуальною операцією, яка слугує «пусковим механізмом для схем», є класифікація, подібних ситуацій, – способів реагування в конкретних ситуаціях. Отже, глибинні переконання – складник схем, які запускають певні очікування (когніції) і відповідні реакції (поведінку) особистості в життєвих ситуаціях. Відповідно, важливо, щоб ці очікування відповідали об'єктивній ситуації й спричиняли адекватні дії людини в розв'язанні життєвих завдань. Треба зазначити, що в руслі когнітивно-поведінкової теорії та практики не йдеться про позитивне мислення, а лише про об'єктивне, яке дає змогу перевіряти правильність чи хибність сформованих у людини глибинних переконань і відповідно надавати психологічну допомогу.

У вітчизняній психології переконання – це стійкі усвідомлені ідеї й вірування, які слугують життєвими орієнтирами для особистості [6]. Релевантними поняттями до категорії переконань у вітчизняній психології виокремлюють настанови, упередження, вірування, ментальні конструкти. На нашу думку, найближчою за семантикою категорією у вітчизняній психології, запропонованою культуро-історичною теорією Л. С. Виготського, яка впритул наближається до глибинних переконань у розумінні А. Бека, є категорія переживання. За Л. С. Виготським, переживання – це особливості ставлення й взаємодії людини зі світом, іншими та самою собою [3].

Розвиваючи ідеї Спінози про те, що переживання – найважливіша й найзагадковіша категорія науки про людину [12], Л. С. Виготський визначає

переживання як одиницю свідомості, яку, по-перше, вважають найповнішою та найпрезентативнішою клітиною свідомості, по-друге, має динамічний характер і взаємодетермінується поведінкою, а по-третє, відображає взаємодію людини із соціумом. У зв'язку з предметом нашого дослідження варто зазначити, що, на думку Л. С. Виготського, глибинні, деколи – болісні переживання якнайповніше відображають внутрішнє життя особистості, її внутрішні конфлікти та виявляються в «афективно-вольових» мовленнєвих реакціях [3].

Продовжуючи цю думку, С. Л. Рубінштейн зазначає, що переживання – це «душевна подія в житті особистості», яка вкорінена в її особистісну історію [6, с. 165]. Важливе зіставлення вченим категорій переживання та емоцій: не будь-яка емоція є переживанням, водночас останнє в будь-якому разі включено в емоційність особистості, адже являє собою неповторну подію в духовному житті людини.

Значущим змістовим наповненням вважаємо семантику слова переживання як проживання певних життєвих подій, участі в них інших осіб, які закарбовуються в досвіді людини та формують чітке ставлення до них. Отже, одиницею операціоналізації глибинних переконань особистості може слугувати спектр її переживань як неповторних подій у духовному житті людини, створення мовного алфавіту яких може впорядкувати й привести до усвідомлення та формулювання глибинних переконань. Пропонуємо тлумачення глибинних переконань особистості як низки усвідомлених і неусвідомлених переживань, що відображають ставлення людини до світу, до інших, до самої себе й ґрунтуються на її особистісній історії людини.

Наслідуючи класифікацію переживань за С. Л. Рубінштейном як усвідомлених і неусвідомлених, вважаємо, що останні можуть проявлятися в мовленні у своєрідних асоціаціях (удало продемонстрованих в експериментах К. Юнга, Д. Діза), конотативних значеннях, які за факторами сили, активності й оцінки методики семантичного диференціалу Ч. Осгуда мають високі показники [4; 6]. На нашу думку, усвідомлені глибинні переконання можуть бути операціоналізовані емпірично на рівні пропозицій і їх структур. Для цього дослідження важливого значення набувають саме усвідомлені переконання, оскільки вони можуть бути виявлені емпірично на матеріалі індивідуального мовлення й дають змогу впорядкувати уявлення людини про себе та навколишній світ.

Дж. Бек розрізняє два види негативних глибинних переконань: неприйняття, безпорадності [1]. Науковець наводить перелік вербальних тверджень, які належать до кожного виду. Так, негативні переконання

безпорадності представлені такими пропозиціями, як *я безсильний, я слабкий, я в пастці, мене не поважають, я недостатньо успішний* тощо. До вербальних проявів неприйняття належать твердження типу *мене ніхто не любить, я поганий, я непривабливий, мені судилося бути самотнім* й ін. На думку засновника Оксфордського центру когнітивно-поведінкової терапії Д. Вестбрука, усі негативні глибинні переконання можна виокремити в три групи: переконання, пов'язані з нестачею любові (*мене ніхто не любить, я не вартий любові*); переконання, пов'язані з досягненнями (*я нічого не вмію, некомпетентний тощо*); переконання, пов'язані з контролем (*станеться щось страшне*) [2].

Для емпіричного психолінгвістичного дослідження негативних глибинних переконань, що переважно слугують ґрунтом для деструктивної поведінки особистості, використано пропозиціональний аналіз. На основі пропозиціональної моделі пам'яті, за Дж. Р. Андерсоном і Г. Х. Бауером [9], а також травматичної пам'яті, за Л. В. Засекіною, О. П. Василюк, розроблено пропозиціональну модель глибинних переконань особистості [5].

До головних структурних елементів пропозиції належить факт, який фіксує реальну подію або результат діяльності, і контекст, що описує середовище, у якому існує факт. Факт складається з аргументу, що залежно від особливостей репрезентації подій набуває інтернального або екстернального значення. Коли центральне місце в пропозиції займає досліджуваний (наприклад, *я слабкий чи я не знайду достойної роботи*), аргумент – інтернальний. Якщо йдеться про інших учасників події або про певне явище, яке породило це переконання (наприклад, *людям не можна довіряти*), то аргумент – екстернальний. Наступний елемент факту – предикат, який висвітлює, що саме думають про аргумент, і складається зі ставлення та об'єкта. Ставлення відображає те особливе переживання-ставлення, яке надається собі, іншим і світові (наприклад, *я боюся майбутнього*). Об'єкт так само, як і аргумент, поділяється на два види: інтернальний, екстернальний. У зв'язку із цим простежуємо певну закономірність: об'єкт набуває інтернального характеру лише в разі екстернальності аргумента – й навпаки. Контекст складається з місця та часу виникнення події. Вузол події об'єднує контекст і факт в одну пропозицію, зображуючи ідеї та безпосередні асоціації між ними.

Перебіг емпіричного дослідження. Вибірка досліджуваних містила 72 особи, студенти гуманітарних спеціальностей (психологія, практична психологія, соціальна педагогіка, політологія) Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, віком 18–22 років. Серед

них 28 – чоловіки, 44 – жінки. Завдання емпіричного дослідження – установити види негативних глибинних переконань, їх пропозиціональну структуру, а також відносини між різними видами переконань і можливі шляхи їх психолінгвістичної реорганізації.

Досліджуваним запропонували впродовж 5 хв написати негативні думки про себе, про інших та про світ, які, на їх думку, заважають їм досягати ефективних результатів діяльності й розв'язувати життєві проблеми. У середньому кожен респондент фіксував близько трьох–п'яти негативних переконань.

За результатами змістового аналізу записаних думок відібрано ті, які стосуються безпорадності й неприйняття, а також відображають нестачу любові, досягнень, контролю. Кожне твердження оцінювали за двома параметрами: безпорадність/неприйняття; нестача любові, досягнення, контролю. У результаті змістового аналізу відповідей 72 респондентів виявлено 468 різних переконань, які мають такий відсотковий розподіл (див. табл. 1).

Таблиця 1

Відсотковий розподіл видів негативних глибинних переконань, %

№ з/п	Вид глибинних переконань	Відсотковий розподіл
1	Переконання неприйняття	21,15
2	Переконання безпорадності	30,77
3	Переконання досягнення	19,23
5	Переконання любові	13,46
6	Переконання щодо нестачі контролю	15,38 %
	Разом	100 %

Як видно з табл. 1., найбільший відсоток переконань представлений переживаннями безпорадності в різних життєвих ситуаціях, переважно пов'язаних із нестачею досягнень. Отже, для досліджуваних юнацького віку важливого значення набуває саме компетентність, що зумовлено, очевидно, пошуком професійної ідентичності особистості, належності до певної групи, яка може бути набута завдяки власним досягненням. Домінувальним видом любові в цей період для більшості юнаків є батьківська любов, яка за нормальних обставин доволі сильна, або ж романтична чи еротична любов на стадії свого зародження, що вирізняється яскравістю, інтенсивністю. Саме цей факт і зумовлює, на наше переконання, найнижчий відсоток глибинного переконання досліджуваних про нестачу любові.

Припускаємо, що варіативність глибинних переконань змінюватиметься в онтогенезі, що пояснюється динамічністю переживань у різні вікові періоди.

Для встановлення відношень між різними видами переконань здійснено кореляційний аналіз між показниками частотності їх уживання у відповідях респондентів. Оскільки, за коефіцієнтом Колмогорова-Смирнова, розподіл даних відповідав нормальному (Asymp. Sig.>0,05), використано коефіцієнт кореляції Пірсона. Статистичну обробку даних здійснено за допомогою програми SPSS.

Таблиця 2

Кореляційний аналіз показників частотності вжитку різних видів негативних глибинних переконань

Вид переконань	Неприйняття	Безпорадність	Нестача любові	Нестача досягнень	Нестача контролю
Безпорадність	-0,386**	1,000	-0,309*	0,843	0,457
Нестача любові	0,929**	-0,309**	1,000	-0,334	-0,472
Нестача досягнень	-0,476**	0,843	-0,309*	1,000	-0,266*
Нестача контролю	-0,262*	0,457	-0,472**	-0,266*	1,000
Неприйняття	1,000	-0,386**	0,929**	-0,474**	-0,262*

Примітка: дані, позначені в табл. 2:

* – значущі при $p \leq 0,05$:

** – значущі при $p \leq 0,01$.

Як видно з табл. 2, найвищий кореляційний зв'язок простежуємо між показниками частотності вжитку глибинних переконань безпорадності й низькою самооцінкою досягнень ($r=0,843$, $p \leq 0,01$). Отже, більшість глибинних переконань із безпорадності характеризуються уявленнями про низькі досягнення досліджуваних. На вербальному рівні вони втілюються в такі пропозиції: «я – невдаха», «я ніколи не зможу почуватися впевнено», «я не знаю всього, що потрібно», «я не знайду роботу» тощо. Цікавий факт негативного кореляційного зв'язку між показниками частотності вжитку глибинних переконань безпорадності та дефіциту любові. Це означає, що чим більш безпорадна особа, тим більше любові вона отримує. Можемо припустити, що сильна батьківська любов, яка в окремих випадках може виявлятися у відносинах гіперопіки, значною мірою зумовлює формування переконання безпорадності в молодій людині в різних життєвих ситуаціях.

Глибинні переконання неприйняття, навпаки, стимулюють високі досягнення людини, що пояснюється негативним кореляційним зв'язком ($r=0,474, p \leq 0,01$). При цьому вони супроводжуються відчуттям нестачі любові, власне для здобуття якої ці досягнення й спрямовані, що засвідчує тісний кореляційний зв'язок між показниками частотності неприйняття й браку любові ($r=0,929, p \leq 0,01$). Глибинні переконання неприйняття та нестачі любові втілюються вербально в такі пропозиції, як «*мене ніхто не любить*», «*від людей можна почути тільки погане*», «*я завжди буду один і самотній*» тощо.

Помітний негативний кореляційний зв'язок між глибинними переконаннями беспорядності та нестачею контролю ($r=0,457, p \leq 0,01$). Це засвідчує, що особи, які намагаються тримати все під контролем, рано чи пізно опиняються беспорядними в ситуаціях, які трапляються поза межами їхніх можливостей.

Результати кореляційного аналізу та встановлення зв'язків між різними видами переконань дають змогу виокремити три групи негативних глибинних переконань: беспорядності й низьких досягнень; неприйняття та нестачі любові; беспорядності й контролю.

Для ґрунтовного психолінгвістичного дослідження цих переконань здійснено їх пропозиціональний аналіз. Негативні глибинні переконання неприйняття й нестачі любові склали 17,31 % від усієї кількості досліджуваних тверджень. Результати пропозиціонального аналізу дали змогу встановити структуру пропозицій, яка типова для більшості переконань цієї групи (див. рис. 1). Ці глибинні переконання зазвичай виражені екстернальним аргументом, адже людина більше орієнтується на інших для отримання визнання та схвалення. Відношення цих пропозицій відображає ставлення до інших у пошуках власного визнання, а контекст представлено невизначеним часом, який стосується переважно майбутнього.

Результати пропозиціонального аналізу дають змогу окреслити психолінгвістичні засоби реорганізації цих глибинних переконань: від екстернального аргумента (люди) до інтернального (Я) (що означає орієнтацію на себе, віру у свої сили, формування особистісної асертивності), від неозначеного часу в майбутньому до визначеного часу в теперішньому (наприклад, я спробую довірити чи повідомити щось важливе конкретній людині сьогодні о 19.00). Семантичний аналіз структурних елементів пропозицій засвідчує, що ця група переконань відображає переживання людини як низку ставлень до інших.

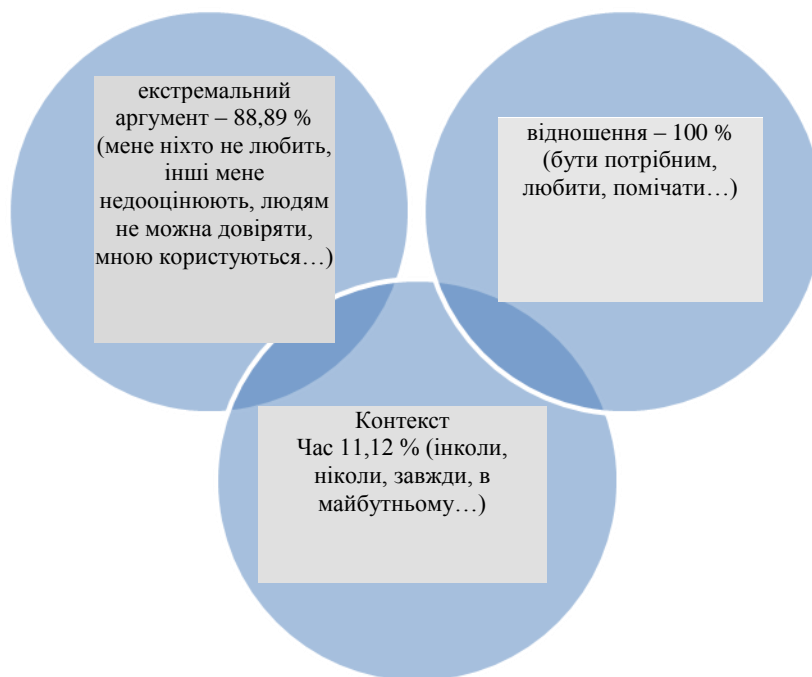


Рис. 1. Пропозиціональна структура вербалізованих глибинних переконань неприйняття / нестачі любові

Інша група глибинних переконань – безпорадності / низьких досягнень становить 56,4 %. Це найпоширеніший вид переконань серед досліджуваних нашої вибірки. Пропозиціональну структуру вербалізованих глибинних переконань цієї групи відображено на рис. 2. Ця група глибинних переконань містить лише інтернальний аргумент, що виражає повну зосередженість на собі, негативне самосприйняття, зумовлене низькою самооцінкою та невпевненістю у своїх силах.

Тому ставлених відображено переважно дієсловами із часткою «не», що передає невдоволення собою. Також, на відміну від попередньої групи переконань, з'являється екстернальний об'єкт, який здебільшого виражений основними сферами діяльності досліджуваних у цей віковий період: робота, навчання тощо, а також простір і час, що надає цим переконанням просторової й темпоральної точності. Результати пропозиціонального аналізу цих переконань дають змогу окреслити можливості їх психолінгвістичної реорганізації: перенесення фокусу уваги із себе на світ та оточення, що вербально втілюватиметься в трансформації інтернального об'єкта в екстернальний (наприклад, ідеальних людей не існує, кожна людина має власні недоліки й переконання; життєві події зазвичай трапляються внаслідок багатьох чинників, а не лише як результат діяльності / бездіяльності однієї людини). Конкретизація цих переконань у чіткому просторі та часі надає їм правдоподібності, тому важливо допомогти особі перевірити їх на об'єктивність. Наприклад, якщо людина думає, що вона нерозумна, то



Рис. 2. Пропозиціональна структура вербалізованих глибинних переконань безпорадності / низьких досягнень

можна з'ясувати, чи були випадки в житті (конкретний простір і час), де їй удавалося успішно розв'язати певні життєві завдання. Корисне породження пропозицій із такою самою структурою: ієтернальним аргументом, ставленням (предикатами без частки «не» і з позитивною семантикою), екстернальними об'єктами й контекстом (конкретним часом і простором), де людині вдавалося досягти конкретних, навіть незначних успіхів. Результати дослідження переконань безпорадності / низьких досягнень засвідчує, що вони зосереджені на переживаннях, породжених ставленням до себе.

Остання група глибинних переконань пов'язана з безпорадністю й контролем. Ця група становить 25,6 %. Пропозиціональну структуру цих переконань представлено на рис. 3.

Отже, остання група глибинних переконань пов'язана з переживаннями, спрямованими на світ, що засвідчує семантика екстернального об'єкта. Психолінгвістична реорганізація цих переконань полягає в розширенні ієтернального аргумента як суб'єкта контролю всього, що відбувається у світі, за допомогою додавання різних екстернальних аргументів, які виражають інші фактори та впливи фізичного й соціального світу (вищі сили, випадковість, інші люди, фізичні умови тощо) та зменшують винятково власну відповідальність за все, що трапляється з людиною.



Рис. 3. Пропозиціональна структура вербалізованих глибоких переконань безпорадності / контролю

Аналіз результатів теоретичного й емпіричного досліджень негативних глибоких переконань особистості дає змогу дійти **висновків** про існування трьох груп – неприйняття / нестача любові, безпорадність / низькі досягнення та безпорадність / нестача контролю, які мають свою специфічну пропозиціональну структуру й потребують особливої психолінгвістичної реорганізації. Найбільш поширеною групою в досліджуваних студентів є переконання безпорадності / низьких досягнень, що зумовлено їх віковими особливостями та провідною діяльністю. **Перспективним** вважаємо психолінгвістичне дослідження негативних глибоких переконань у різні вікові періоди особистості, у різних професійних і статевих групах, що дасть змогу реалізувати діагностичний та терапевтичний потенціали психолінгвістики в наданні психологічної допомоги й підтримки особистості.

Література

1. Бек Дж. Когнитивная терапия / Дж. Бек. – М. : ООО «И. Д. Вильямс», 2006. – 400 с.
Beck J. Kognitivnayaaterapyu [Cognitive therapy] / J. Beck. – Moscow : ООО, «I. D. Williams», 2006. – 400 p.
2. Вестбрук Д. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію / Д. Вестбрук, Г. Кеннерлі, Дж. Кірк. – Львів : Свічадо, 2014. – 420 с.
Westbrook D. Vstup u kognitivnuterapiyu [An introduction to cognitive and behavioral therapy] / D. Westbrook, H. Kennerley, J. Kirk. – Lviv : Svichado, 2014. – 420 p.

3. Выготский Л. С. Анализ эстетической реакции / Л. С. Выготский. – М. : Лабиринт, 2001. – 480 с.
Vygotsky L. S. Myshlenieirech [Thinking and speech] / L. S. Vygotsky. – Moscow: Labirint, 2001. – 368 p.
4. Засекина Л. В. Психолінгвістична діагностика / Л. В. Засекина, С. В. Засекин. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. ЛесіУкраїнки, 2008. – 187 с.
Zasiekina L. V. Psycholingvistychnadiagnostyka [Psycholinguistic diagnostics] / L. V. Zasiekina, S. V. Zasiakin. – Lutsk : RVV «Vezha» Lesya Ukrainka National University, 2008. – 187 p.
5. Засекина Л. В. Психолінгвістичні засоби реорганізації травматичної пам'яті / Л. В. Засекина, О. П. Василюк // Психологічні перспективи. – Луцьк : СНУ імені Лесі Українки, 2015, № 25. – С. 87–94.
Zasiekina L. V. Psycholingvistychnizasobyreorganizatsiitramatichnoyipamyati [Psycholinguistic means of traumatic memory reorganization] / L. V. Zasiekina, O. P. Vasylyuk // Psychologichni perspektivy. – 2015, № 25. – P. 87–94.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : в 2-х т. Т. 2 / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – 488 с.
Rubinstein, S. L. Osnovyobshcheypsichologii [Fundamentals of general psychology] / S. L. Rubinstein. – Moscow : Pedagogika, 1989. – Vol. 2. – 488 p.
7. Хайдеггер М. Феноменология и трансцендентальная философия ценности / М. Хайдеггер. – Киев : Cartel, 1996. – 115 с.
Heidegger M. Phenomenological transzentalnayaphilisophiatsennosti [Phenomenology and Transcendental Philosophy of Value] / M. Heidegger. – Kyiv : Cartel, 1996. – 115 p.
8. Харитонов С. В. Руководство по когнитивно-поведенческой терапии / С. Харитонов. – М. : Психотерапия, 2009. – 176 с.
Haritonov S. V. Rukovodstvopokognitivno-povedencheskoysterapii [Manual for cognitive and behavioral therapy]. – Moscow : Psichoterapiya, 2009. – 176 p.
9. Anderson J. R. propositional theory of recognition memory / J. R. Anderson, G. H. Bower // Memory & Cognition. – 1974. – Т. 2. – № 3. – P. 406–412.
10. Bartlett F. Cambridge, England: 1887-1937 / F. Bartlett // American Journal of Psychology. – № 50. – 1937. – P. 97–110.
11. Beck, A. T. Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective / A. T. Beck, G. Emery, & R. L. Greenberg. – New York, Basic Books, 2005. – 361 p.
12. Gould J. A. Classic Philosophical Questions / J. A. Gould. – Columbus : Bell and Howell Company, 1978. – 671 p.