

Резван Оксана Олексіївна
завідувач кафедри психології, педагогіки та професійної комунікації
ХНУМГ імені О.М. Бекетова,
доктор педагогічних наук, професор
e-mail: rezvanoksana1@gmail.com

СОЦІАЛЬНІ ПОЧУТТЯ СОРОМУ І ПРОВИНИ: ЗМІСТОВА ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ

Усі реакції людини на життєві ситуації обумовлені змістом її ставлень, що виявляються у формі емоцій і почуттів. Усі емоції і почуття за критерієм функціональної необхідності поділяються на базові (радість, здивування, сум, гнів, страх, огида), що забезпечують виживання в природі, і соціальні (сором, провина, заздрість, образа, співчуття, подяка), обумовлені соціалізацією і вихованням людини.

Соціальні почуття *сорому* та *провини* відіграють ключову роль у регуляції міжособистісних взаємин, моральній поведінці та підтриманні соціального порядку. Попри те, що ці емоції традиційно розглядаються у спільному контексті моральних переживань, сучасні психологічні дослідження вказують на їхню принципову відмінність за змістом, структурою, феноменологією та поведінковими наслідками. Встановлення чітких критеріїв диференціації сорому і провини є важливим як для теорії емоцій, так і для прикладних галузей — психологічного консультування, коучингу, психотерапії, соціальної роботи й освіти.

Проблема ускладнюється тим, що на побутовому рівні поняття «сором» і «провина» часто ототожнюються, взаємозамінюються або визначаються через суб'єктивні відчуття людини, що робить науковий аналіз розмитим. У результаті різні дослідники описують їх як близькі феномени, але при цьому надають різних пояснень щодо їхнього виникнення, мотиваційного ядра та соціальної функції. Така концептуальна плутанина обмежує можливість точного емпіричного вимірювання зазначених емоцій, ускладнює побудову психодіагностичних інструментів і знижує ефективність інтервенцій, спрямованих на роботу з деструктивними формами сорому чи дисфункційними проявами провини.

Водночас у сучасній психологічній думці накопичено достатньо теоретичних і емпіричних даних, які дозволяють здійснити змістову диференціацію цих соціальних почуттів на основі низки критеріїв: фокус атрибуції («я як поганий» проти «я зробив поганий вчинок»), характер саморефлексії, наявність/відсутність тенденції до відновлення соціальних зв'язків, когнітивно-моральна структура переживання, поведінкові патерни (уникнення vs. репаративні дії), а також соціокультурні механізми їхнього формування та підтримання.

Почуття сорому виникає в ситуаціях усвідомлення людиною власної невідповідності суспільним нормам і розумінням того, що цю невідповідність бачить хтось інший. У соромі завжди діє механізм порівняння себе з іншими за загально визнаним критерієм «правильності». Сором «працює» як соціальний регулятор поведінки людини, нерідко формуючи при цьому деструктивні стереотипи: «що люди скажуть», «бути не гіршим за інших», «так усі роблять» - тим самим особистість виявляє власну конформність щодо колективних установ, спрямованість на інтеграцію у спільноту. Саме тому порушення нею соціальних законів спричиняє реакцію сорому, яка виявляється на соматичному рівні як почервоніння шкіри (пришвидщення кровообігу – як соматична реакція на загрозу бути викритим: втікай), опущенням очей, голови, прикривання обличчя руками (читається як «мене не має тут бути», «провалитись крізь землю зараз»). Якщо сором виявляється аутентично (сором не перед людьми, а перед самим собою), він може набувати форм аутоагресії: «я з собою не в контакті», «я нікчема, бо нічого не можу», а отже, переживання сорому може провокувати в людини деструктивну поведінку – аж до самоізоляції.

Провина має іншу природу: це дії, які людина зробила або не зробила і які перейшли кордони іншої людини – тому провина лежить у площині відповідальності.

Провина відрізняється від сорому тим, що фокусується на оцінці конкретної дії, а не на самоосуді особистості як такої. При провині людина оцінює свою поведінку, тоді як при соромі відбувається негативне самоосудження, тому провина може бути корисною для самовдосконалення,

натомість сором часто призводить до бажання уникнути соціальної взаємодії та може бути деструктивним.

Екзистенційність переживання колективної провини (часто використовується термін «колективна травма») обумовлена соціальною рефлексією цілих народів щодо трагічних історичних подій, у яких конкретна нація була причиною страждань інших народів. Часто колективна провина стає маніпулятивним тригером для розгойдування електоральних настроїв різними політичними партіями. Звісно, що наверненням цілих народів до почуття колективної провини є справедливим в аспекті її спокутування – виправлення помилок, вибачень, внаслідок чого суттєво знижується ризик повторення подібних вчинків у майбутньому.

Чи варто означувати, що Україна наразі переживає події, які мають у майбутньому стати чинником формування соціальної провини нашого агресора? Питання риторичне – і відповідь на нього має дати згуртованість і однозначність оцінки сьогоднішніх подій усієї світової спільноти.