

*Наталія Чабанюк,  
Перша заступниця державного закладу  
професійної (професійно-технічної) освіти  
зі специфічними умовами навчання  
«Житомирська академія поліції»,  
доцент кафедри соціальної та практичної психології,  
Житомирський державний університет імені Івана Франка,  
м. Житомир, України  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6609-8130>*

## **МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ В ЛОГОТЕРАПІЇ**

Сьогодні проблема сенсу життя дедалі більше привертає увагу психологів і людей допомагаючих професій у зв'язку із кризами, війною та особистісними викликами. Втрата сенсу життя стає одним з найпоширеніших запитів, з яким звертаються за психологічною допомогою. Як стверджує В. Франкл, головним механізмом пошуку сенсу виступають цінності, адже саме вони задають життєві орієнтири, спрямовують вибір та структурують внутрішній світ особистості. Очевидно, розуміння й усвідомлення клієнтом власної системи цінностей допомагають йому відкрити власний сенс у будь-якій ситуації. Тому дослідження цінностей має не лише теоретичне, але й практичне значення для психологічної допомоги та психотерапії.

Як зазначає Е. Лукас, що поки особистість перебуває у свідомості, завжди існує можливість знаходження сенсу, при цьому неважливо, в якій ситуації суб'єкт перебуває. Особам із багатою системою цінностей (що володіють багатьма цінностями у житті) зазвичай простіше виявити певний «сенс моменту», тому що одна з цінностей неодмінно виходить на передній план. Однак їм належить дотримуватися решти цінностей у черзі та не дозволяти їм тиснути на себе [2].

М. Шелер підкреслював ієрархічність цінностей: від гедоністичних і життєвих – до духовних і релігійних. Ця ієрархія вказує, що не всі цінності рівнозначні, а смисложиттєві орієнтири будуються навколо «вищих» цінностей.

За концепцією В. Франкла, людина знаходить сенс трьома шляхами: через діяльність, переживання та позицію щодо неминучих страждань.

Існує багато стандартизованих інструментів діагностики цінностей. В. Горбунова у статті «Психодіагностика цінностей у практиці командотворення» детально їх описує. Авторка зазначає, що деякі з цих

інструментів пропонують перелік цінностей, які респонденти мають проранжувати, оцінити за ступенем важливості чи мотиваційною силою, обрати з кількох параметрів значущіший [1].

Найбільш розповсюджені для дослідження цінностей наступні інструменти: «Ціннісний опитувальник» Ш. Шварца, опитувальник ціннісних вподобань Г. Олпорта, Ф. Вернона та Г. Ліндсея, «Шкала термінальних та інструментальних цінностей» М. Рокича; «Опитувальник робочих цінностей» Д. Сьюпера; тест «Ціннісні орієнтації» О. І. Моткова, Т. О. Огневої.

Аналіз існуючого діагностичного інструментарію свідчить, що більшість методик є вербальними і декларативними, спираються на свідомі відповіді респондента, що робить їх залежними від соціальної бажаності та когнітивних упереджень. Тобто вони часто не відображають реальної ієрархії цінностей у структурі особистості, а лише декларативні уподобання. А в кризових чи стресових умовах такі інструменти не забезпечують достатньої валідності й надійності, оскільки свідомі відповіді можуть відрізнятись від глибинних орієнтацій.

Ціннісний портрет Шварца як більш адекватний інструмент (PVQ) пропонує непрямий спосіб оцінки: респондент оцінює, наскільки він схожий на людину, що поділяє певні цінності. Це знижує вплив соціальної бажаності.

Методика передбачає групування цінностей за чотирма шкалами: «Відкритість до змін» – «Збереження» – «Самоствердження» – «Вихід за межі власного Я».

На відміну від опитувальників Рокича, модель Шварца наближається до ієрархії Макса Шеллера, оскільки демонструє взаємозв'язки між цінностями та можливість їхньої конкуренції або комплементарності.

В. Франкл наголошує, що сенс життя є унікальним для кожної людини і залежить від її цінностей, тому формування ієрархії цінностей є ключовим у пошуку та знаходженні цього сенсу. Ієрархія цінностей впливає на відчуття сенсу життя, оскільки визначає пріоритети та напрямки, які людина вважає важливими і значущими.

Т. Пурйо у своїй праці «Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла» згадує про два типи системи цінностей, які були запропоновані чеським психотерапевтом С. Кратохвілем: «пірамідальну» (одна цінність займає відповідний ранг) та «паралельну» (декілька цінностей можуть займати певний ранг) [3].

С. Кратохвіл навів дві причини, чому «паралельні системи цінностей» психогігієнічно перевершують «пірамідальні»:

1. Коли ціннісний пік «пірамідальної системи цінностей» обривається, руйнується особистість, яка цього не витримує. Інші цінності нижчого рангу не підтримують суб'єкта.

2. Спілкування з іншими особами легше протікає з «паралельними системами цінностей», оскільки зазвичай можна знайти спільні інтереси та взаємну згоду. При «пірамідальних системах цінностей» існує ризик нетерпимості, нерозуміння та навіть засудження інших людей, якщо вони не ставлять таку ж високу цінність на вершину своїх систем цінностей, як сам суб'єкт.

Як зазначає Д. Фабрі, більшість людей мають ціннісні орієнтації десь між цими двома крайнощами. Розширення кола інтересів на ранніх етапах життя за допомогою терапії є хорошою профілактикою, особливо якщо особа віддає перевагу «пірамідальним цінностям». Паралельна переорієнтація дозволить людині сприймати широкі можливості пошуку сенсу та не дозволить їй навісити на свій світ духовні шори.

Пірамідальна та паралельна системи цінностей описують різні способи організації та пріоритизації цінностей у житті людини або групи людей.

Проведений аналіз сучасних підходів до дослідження ціннісних орієнтацій показує, що попри наявність широкого спектра методик (Рокича, Олпорта, Вернона, Ліндсея, Сьюпера, Шварца тощо), більшість із них залишаються декларативними та орієнтованими лише на свідомий рівень відповідей. Вони здатні відображати пріоритети, задекларовані особистістю, однак часто не виявляють прихованих і несвідомих смислів, що визначають поведінку та життєві вибори.

Як показує практика, навіть одна з найбільш валідних моделей – ціннісний портрет Шварца – не завжди дозволяє виявити приховані та несвідомі аспекти ціннісних орієнтацій. Це пояснюється тим, що вона, як і більшість сучасних методик, спирається на вербальні самооцінки респондентів. Людина може свідомо чи несвідомо спотворювати власні відповіді через вплив соціальних норм, бажання виглядати «правильно» або невміння чітко вербалізувати внутрішні смисли.

Попри актуальність концепції С. Кратохвіла про співіснування пірамідальної (ієрархічної) та паралельної (гнучкої, ситуативної) системи цінностей, ця ідея досі не отримала належного відображення у психодіагностичному інструментарії. Сучасні методики дослідження не дозволяють виявити, яку саме структуру – пірамідальну чи паралельну – має система цінностей конкретної особи, а також не враховують можливість їхньої взаємодії чи конфлікту.

Таким чином, постає нагальна потреба у розробці нових, зокрема проєктивних методик, що здатні діагностувати не лише усвідомлені, а й

латентні ціннісні орієнтації, а також визначати індивідуальний баланс між пірамідальною та паралельною організацією цінностей. Це дозволить підвищити валідність дослідження, глибше зрозуміти внутрішній світ клієнта та забезпечити більш ефективну психологічну допомогу в умовах особистісних і соціальних криз.

**Список використаних джерел:**

1. Горбунова В. Психодіагностика цінностей у практиці командотворення. *Психологія особистості*. 2013. № 1(4). С. 132–141.
2. Lukas E., Schönfeld H. Psychotherapy with dignity: logotherapy in action. Tredition GmbH, 2021. Vol. 3: Living logotherapy. 210 p.
3. Пурыо Т. Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла. Харків : УАЛЕА, 2022. 248 с.