

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»

Факультет психології, політології та соціології

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота – бакалаврський дослідницький проект

053 «Психологія»

на тему:

**ВИКОРИСТАННЯ КАУЗОМЕТРІЇ, ЯК ІНСТРУМЕНТАРІЯ ЛОГОТЕРАПІЇ З
ОСОБАМИ, ЯКИМ ВСТАНОВЛЕНО КРИМІНАЛЬНЕ ПОКАРАННЯ НЕ
ПОВ'ЯЗАНЕ З ПОЗБАВЛЕННЯМ ВОЛІ**

поведінкові

Виконала: здобувачка 4 курсу, 1 групи

Галузь знань: 05 «Соціальні та

.....науки»

Спеціальність 053 «Психологія»

Попіль Ксенія Михайлівна

Керівник: к. психол. н., доцент, Ташматов В.А.

Рецензент: д.ю.н., професор О.М. Цільмак

Одеса – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. МЕТОДОЛОГІЧНА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ЛОГОТЕРАПІЇ ТА КАУЗОМЕТРІЇ.....	11
1.1. Логотерапія Віктор Франкл як напрям екзистенційної психології: принципи, сенс життя, екзистенційний вакуум, техніки: дерефлексія, парадоксальна інтенція, сократівський діалог	11
1.2. Каузометрія як метод дослідження життєвого шляху в йоготерапії.....	17
1.3. Психологічні особливості осіб, які відбувають покарання, не пов'язане з позбавленням волі.....	20
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ КАУЗОМЕТРІЇ В ЛОГОТЕРАПІЇ.....	24
2.1. Програма дослідження на тему «Дослідження життєвого досвіду та сенсу життєвих орієнтирів».....	24
2.2. Аналіз результату дослідження та характеристика вибірки.....	26
2.3. Методи дослідження каузометрія (карта подій, моделювання життєвого шляху) СЖО життєстійкість мотивація змін емоційно-вольова сфера.....	30
2.4. Програма логотерапевтичної роботи.....	34
2.5. Практичні рекомендації для психологів органів пробації.....	39
ВИСНОВКИ.....	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	45
ДОДАТКИ.....	48

ВСТУП

Актуальність теми. В умовах, коли світ стикається з глобальними кризами, соціальними змінами та невизначеністю, логотерапія стає особливо актуальною та важливою. Цей підхід у психотерапії, заснований на пошуку сенсу, допомагає людям долати різні життєві труднощі та кризи. Логотерапія надає інструменти, які дозволяють справлятися з важкими переживаннями, такими як втрата близьких або травматичні події, і сприяє розвитку внутрішньої стійкості в умовах нестабільності, які сьогодні стали звичними для багатьох. Крім того, логотерапія відіграє важливу роль у формуванні особистісної зрілості, дозволяючи людям усвідомити свої цінності та цілі, що особливо важливо в сучасному світі, де багато хто відчуває розгубленість і невизначеність. В останні роки багато сучасних напрямків психотерапії, включаючи гуманістичну та когнітивно-поведінкову терапію, починають інтегрувати ідеї Віктора Франкла про сенс життя та відповідальність. Це свідчить про те, що пошук сенсу стає невід'ємною частиною терапевтичного процесу. Сучасне суспільство також стикається з новими викликами, пов'язаними з ресоціалізацією осіб, які вчинили правопорушення. Важливо зазначити, що робота з такими особами набуває особливого значення, особливо коли йдеться про тих, чиї дії, згідно із законодавством, не вимагають ізоляції від суспільства. Це стосується людей, яким призначено заходи кримінального покарання, не пов'язані з позбавленням волі, такі як умовне засудження, штрафи, обов'язкові та виправні роботи, а також обмеження волі. Хоча ці особи не перебувають за ґратами, багато з них стикаються з глибокими психологічними проблемами, які можуть бути корінням їхньої деструктивної поведінки. Ці проблеми, якщо їх не вирішувати, можуть призвести до рецидивів, що створює додаткові труднощі як для самих правопорушників, так і для суспільства в цілому. Тому важливо не тільки застосовувати до них заходи покарання, але й забезпечувати доступ до психотерапевтичної допомоги, включаючи логотерапію, яка може допомогти їм усвідомити свої дії, знайти сенс у житті та змінити свою

поведінку. Таким чином, логотерапія стає важливим інструментом не тільки для індивідуальної роботи з особистістю, але й для соціальної реабілітації, що в кінцевому підсумку сприяє створенню більш гармонійного та безпечного суспільства.

Сучасний етап розвитку правової держави в Україні характеризується докорінною трансформацією пенітенціарної системи. Одним із пріоритетних напрямів цієї реформи є впровадження інституту пробації, що передбачає виконання кримінальних покарань, не пов'язаних з позбавленням волі. Такий підхід базується на принципах гуманізму та соціальної відповідальності, де основною метою стає не ізоляція особи від суспільства, а її успішна ресоціалізація та запобігання рецидивам через виправний вплив без ізоляції.

Однак перебування засудженого у відкритому соціальному середовищі ставить перед психологами складне завдання. Людина, яка перебуває під наглядом органів пробації, щодня стикається з деструктивними факторами: соціальною стигматизацією, труднощами працевлаштування, економічною нестабільністю та впливом звичного криміногенного оточення. У таких умовах формальний контроль є недостатнім. Виникає гостра потреба у змістовному психологічному супроводі, який би працював не лише з поведінковими проявами, а й з глибинними причинами дезорієнтації особистості.

Центральною проблемою психології засуджених є втрата цілісності життєвого шляху. Кримінальний вчинок та наступне покарання часто стають «критичною подією», яка розриває зв'язок між минулим досвідом людини та її уявленнями про майбутнє. В екзистенційній психології це описується як стан «екзистенційного вакууму» глибокого відчуття беззмістовності буття. Віктор Франкл стверджував, що людина, яка не бачить сенсу у своєму існуванні, стає схильною до агресії, депресії та адиктивної поведінки, що безпосередньо корелює з ризиком повторних правопорушень.

Для осіб на пробації характерним є викривлення часової перспективи: минуле сприймається як сукупність фатальних помилок, за які особа не несе

відповідальності, теперішнє розглядається як пасивне очікування закінчення терміну нагляду, а майбутнє постає розмитим або тривожним. Саме тому актуальність теми зумовлена необхідністю пошуку методів, що дозволяють «зшити» ці розірвані фрагменти життєвого часу в єдину осмислену картину.

Логотерапія, як терапія сенсом, пропонує унікальний підхід до ресоціалізації. Традиційні підходи часто базуються на когнітивно-поведінковій парадигмі, зосередженій на усуненні симптомів криміногенних моделей мислення. Проте зміна поведінки на рівні навичок часто виявляється нестійкою, якщо вона не підкріплена зміною ціннісно-сислової сфери. Логотерапевтичний підхід звертається до «ноодинаміки» напруження між тим, ким людина є зараз, і тим, ким вона може стати. В умовах пробації це допомагає засудженому трансформувати почуття провини у почуття відповідальності за майбутнє. Актуальність дослідження полягає у зверненні до «волі до сенсу» як до головного ресурсу виправлення, у той час як поведінкова терапія вчить засудженого як не порушувати закон, логотерапія відповідає на запитання навіщо його не порушувати.

Особи на пробації перебувають у стані «неповної свободи». Це створює унікальну ситуацію, де зовнішні кордони нагляду співіснують із широким полем особистого вибору. В. Франкл наголошував, що свобода невіддільна від відповідальності. Засуджені часто сприймають таку свободу як загрозу через відсутність внутрішнього «стрижня». Актуальність нашої роботи підсилюється необхідністю надання засудженому інструментів для усвідомлення авторства власного життя. Основним бар'єром у роботі психолога пробації є складність візуалізації життєвого шляху клієнта. Каузометрія (метод аналізу причинно-наслідкових зв'язків подій) дозволяє перетворити абстрактні роздуми про життя на конкретну графічну модель - каузограму.

Фундаментальна теза В. Франкла про те, що «людина - це не те, що вона має, а те, що вона обирає», є ключовою для нашого дослідження. Каузометрія актуалізує поняття «психологічного часу», де майбутнє визначає

теперішнє. Якщо за результатами інтерв'ю спостерігається «порожнє майбутнє» (відсутність цільових зв'язків), це є прямим індикатором високої ймовірності рецидиву.

Незважаючи на значний потенціал логотерапії, існує дефіцит методичних рекомендацій щодо її інструментального забезпечення в органах пробації. Відсутність чітких алгоритмів використання каузометрії саме для правопорушників без ізоляції від суспільства робить дане дослідження вкрай затребуваним. Результати роботи можуть стати науковою базою для створення нових корекційних програм, спрямованих на зниження рівня криміналізації суспільства через особистісне зростання кожного окремого правопорушника.

У першому розділі «Методологічна організація дослідження логотерапії та каузометрії» здійснено системний аналіз наукових підходів до проблеми смислової регуляції та часової організації життєдіяльності особистості. Розглянуто теоретичні засади логотерапії Віктора Франкла як наряду екзистенційної психології, розкрито зміст понять «воля до сенсу» та «екзистенційний вакуум», а також описано базові терапевтичні техніки: дерефлексію, парадоксальну інтенцію та сократівський діалог. Обґрунтовано сутність каузометрії як біографічного методу дослідження причинно-наслідкових і цільових зв'язків у суб'єктивній картині життєвого шляху. Окрему увагу приділено аналізу психологічних особливостей осіб, які відбувають кримінальне покарання, не пов'язане з позбавленням волі, та специфіці викривлення їхньої часової перспективи в умовах пробації.

У другому розділі «Емпіричне дослідження використання каузометрії в логотерапії» представлено програму та результати практичного дослідження життєвого досвіду й сенсожиттєвих орієнтирів засуджених без ізоляції від суспільства. Сформовано характеристику досліджуваної вибірки та проведено якісно-кількісний аналіз отриманих даних. Описано методичний інструментарій, що об'єднав каузометричне анкетування із тестом сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО), опитувальниками життєстійкості,

мотивації змін та емоційно-вольової сфери. На основі аналізу емпіричних результатів розроблено програму логотерапевтичної роботи із засудженими, спрямовану на відновлення цілісності їхнього психологічного часу, та запропоновано практичні рекомендації для психологів органів пробації щодо профілактики рецидивної поведінки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання смислової регуляції життєдіяльності, аналізу часової перспективи та дослідження життєвого шляху особистості перебувають у центрі уваги сучасної психологічної науки протягом останніх десятиліть. Теоретичний та емпіричний аналіз проблеми в межах нашої дипломної роботи базується на кількох фундаментальних наукових напрямках. Фундаментальний внесок у розуміння сенсу життя як головного чинника стійкості особистості зробив В. Франкл. Його концепція «екзистенційного вакууму» та логотерапія як метод подолання життєвих криз стали основою для розробки сучасних методів ресоціалізації правопорушників. Розвиток цих ідей у вітчизняній психології пов'язаний з ім'ям Д. Леонтьєва, який розглядає сенс не як абстрактну категорію, а як динамічну складову саморегуляції особистості. Використаний у роботі тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО), розроблений Д. Леонтьєвим на основі ідей Франкла та Крамбо, дозволяє емпірично виміряти рівень осмисленості життя, цілеспрямованості та здатності людини бути суб'єктом власної долі, що є критично важливим для осіб, які відбувають кримінальне покарання.

Важливим підґрунтям для нашого дослідження є теорії, що розглядають часову організацію буття людини. Ф. Зімбардо у межах своєї концепції часової перспективи довів, що суб'єктивне ставлення до часових зон (минулого, теперішнього та майбутнього) визначає когнітивні та поведінкові стратегії індивіда. Застосування Опитувальника часової перспективи (ZTPІ) у нашому дослідженні дозволяє виявити специфічні для засуджених деформації: переважання «негативного минулого» та «фаталістичного теперішнього», що зазвичай корелює з низьким рівнем

самоконтролю та дефіцитом життєвих планів. Також варто згадати внесок Ж. Нюттена, чиї дослідження мотивації та часової перспективи підкреслюють, що саме розвинене «вікно в майбутнє» є ключовим індикатором успішної соціальної адаптації.

Методологія каузометрії, як інструмент дослідження суб'єктивної картини життєвого шляху, була детально розроблена та обґрунтована Kronik A. A. У публікаціях про життя людини постає не як хронологічний ряд, а як складна мережа причинно-наслідкових та цільових зв'язків між подіями. Останні дослідження в цій галузі вказують на те, що психологічне здоров'я та життєстійкість людини залежать від цілісності цієї мережі. Каузометрія дозволяє наочно виявити зони «екзистенційного розриву» у засуджених, де події минулого не сприймаються як підґрунтя для майбутнього, що є прямою мішенню для логотерапевтичного впливу.

Проблематика виправлення та перевиховання осіб у пенітенціарній системі та в умовах пробації широко представлена у працях Д. Ягунова, Дослідник акцентує увагу на необхідності вивчення цілісного життєвого досвіду правопорушників (що в нашому дослідженні реалізується через спеціалізоване анкетування). Богато вчених підкреслюють, що ефективна ресоціалізація можлива лише за умови відновлення позитивних життєвих орієнтирів та зміни ставлення засудженого до власної біографії.

Попри значну кількість теоретичних напрацювань щодо окремих аспектів смислової сфери та часової перспективи, питання їхнього інтегрованого вивчення за допомогою поєднання каузометрії, тесту СЖО та опитувальника ZTPІ залишається недостатньо розкритим. Більшість досліджень фокусуються або на діагностиці відхилень, або на філософських аспектах сенсу.

Мета дослідження на основі теоретичного аналізу та емпіричного вивчення обґрунтувати ефективність використання каузометрії як цілісного інструментарію логотерапевтичної допомоги особам, яким встановлено

кримінальне покарання, не пов'язане з позбавленням волі, виявити специфіку їхніх сенсожиттєвих орієнтацій та часової перспективи.

Завдання дослідження:

1. Теоретично вивчити, як логотерапія допомагає засудженим знайти сенс життя та подолати відчуття порожнечі.
2. Розкрити суть методу каузометрії як способу побудови «карти життя», що допомагає побачити зв'язок між минулими помилками та майбутніми цілями.
3. Розробити практичні поради для психологів пробації, як саме за допомогою каузометрії допомагати засудженим ставити реальні життєві цілі та не повертатися до злочинів.

Об'єкт дослідження є процес психологічного супроводу та ресоціалізації осіб, яким встановлено кримінальне покарання, не пов'язане з позбавленням волі.

Предмет дослідження використання методу каузометрії як інструменту логотерапії для виявлення та корекції сенсожиттєвих орієнтацій та часової перспективи у засуджених.

Методи дослідження. У процесі дослідження будуть використані теоретичний аналіз **методи дослідження каузометрії, анкетування, опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо (ZTPI) та тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтєва та узагальнення.**

Наукова новизна Наукова новизна роботи полягає у використанні каузометрії як інструментарію логотерапії у роботі з особами, яким призначено кримінальне покарання, не пов'язане з позбавленням волі, і може полягати у застосуванні малодослідженого або раніше не застосовуваного в цій специфічній категорії осіб методу (каузометрії) в рамках конкретного психотерапевтичного підходу (логотерапії) для вирішення актуальної проблеми (ресоціалізація та профілактика рецидиву у засуджених без позбавлення волі).

Практичне значення одержаних результатів. Основні висновки роботи можуть бути використані при розробці навчальних курсів таких як юридична психологія, основи суїцидології, психологія емоцій та почуттів, основи психодіагностики, психологія девіантної поведінки. А також у практичній діяльності психолога, який працює за напрямком правоохоронної діяльності.

Публікації автора за темою дослідження: Відповідно до теми дослідження було опубліковано наукову статтю на тему: Метод каузометрії як інструмент логотерапії у роботі з особами, засудженими до покарань, що не пов'язані з утриманням під вартою. Науковий журнал. Габітус. Випуск 85. Видавничий дім «Гельветика» 2026.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, 2 розділів, вісьми підрозділів, висновку, списку джерел, що містить 30 найменувань та додатків. Загальний обсяг становить 58 сторінок.

РОЗДІЛ 1. МЕТОДОЛОГІЧНА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ЛОГОТЕРАПІЇ ТА КАУЗОМЕТРІЇ

1.1. Логотерапія Віктор Франкл як напрям екзистенційної психології: принципи, сенс життя, екзистенційний вакуум, техніки: дерефлексія, парадоксальна інтенція, сократівський діалог.

Екзистенціальна психологія ХХ століття виникла як реакція на кризу традиційних раціоналістичних і біологічних підходів до розуміння людини. У цій новій парадигмі акцент змістився з вивчення не тільки поведінки або несвідомих процесів на більш глибокі і важливі питання існування, такі як свобода, відповідальність, самотність, смерть і пошук сенсу життя. Важливим напрямком у рамках цієї психології стала логотерапія, створена австрійським психіатром Віктором Франклом. Його концепція представляла собою своєрідний «третій віденський напрямок психотерапії», поряд з психоаналізом Зигмунда Фрейда та індивідуальною психологією Альфреда Адлера.

Засновником логотерапії (від грецького «logos» – слово і therapeia турбота, догляд, лікування) є В. Франкл. У цьому напрямку розглядається сенс людського існування і здійснюється пошук змісту. Відповідно до поглядів В. Франкла, прагнення людини до пошуку і реалізації сенсу життя є вродженою мотиваційною тенденцією, властивою усім людям, і є основним двигуном поведінки і розвитку особистості [11, с. 533].

Формування логотерапії відбувалося в драматичному історичному контексті. Франкл пройшов через нацистські концентраційні табори, включаючи Аушвіц - Біркенау. Цей досвід став не тільки особистою трагедією, але й джерелом глибокого філософсько-психологічного осмислення людської природи. Спостерігаючи за поведінкою людей в умовах граничного страждання, Франкл дійшов до висновку, що навіть коли людина позбавлена всього свободи, майна, близьких у неї залишається остання свобода - свобода внутрішнього вибору.

Свої ідеї він виклав у книзі «Сказати життю «Так». Психолог у концтаборі, де показав, що виживали насамперед ті, хто зберігав відчуття сенсу і спрямованості в майбутнє. В першу чергу логотерапія визнає фізичні, психологічні та духовні аспекти людської природи, при цьому в основному фокусується на духовному вимірі (внутрішньому стані душі). Вчені часто вважають її гуманістично-екзистенціальною школою, яка при цьому чудово працює в доповненні з іншими терапіями. Психотерапевту ніщо не заважає використовувати логотерапію як філософію і призму бачення людини, а когнітивно-поведінкову терапію як метод терапії.

Духовний вимір – це як внутрішній центр, де зосереджені унікальність, свобода та здатність обирати. Духовне в цілому неможливо визначити вичерпно, але можна описати його структуру та принципи функціонування. Саме на цьому зосередився В. Франкл. Він визначив духовні навички, сильні сторони, які є центральними для якості людського життя. Відтак, він описував духовні здібності як внутрішні ресурси людини, що дозволяють їй орієнтуватися у сенсах, робити вибори на основі цінностей, брати відповідальність за своє життя, виходити за межі власних обмежень і, що особливо важливо, діяти у напрямку чогось більшого за себе [17, с. 47]. Логотерапія розглядає людину як істоту, здатну долати свої власні переживання та інтереси. У розумінні Віктора Франкла свобода волі не означає відсутність обмежень або вседозволеності. Це скоріше здатність вибирати, як реагувати на обставини, які не завжди можна змінити. Ця свобода тісно пов'язана з відповідальністю. Індивід несе відповідальність не тільки за свої дії, але і за те, який сенс він надає своєму життю. Франкл акцентував увагу на тому, що сенс життя завжди конкретний і унікальний для кожної людини, тому кожен з нас несе особисту відповідальність за його реалізацію.

Ключовим поняттям логотерапії є «воля до сенсу». На відміну від Фрейда, який стверджував, що люди керуються прагненням до задоволення, і Адлера, який підкреслював прагнення до влади і переваги, Франкл вважав,

що головною мотиваційною силою особистості є прагнення знайти і реалізувати сенс свого життя. Сенс не створюється штучно і не нав'язується ззовні, він розкривається в контексті конкретної життєвої ситуації. Людина завжди стикається з питанням: «Що ця ситуація вимагає від мене, як я повинен вчинити в даній ситуації?». Якщо людина знаходить відповідь на це питання, це і визначає справжню позицію особистості.

Франкл виділяв три основні шляхи реалізації сенсу:

- творчі цінності - через працю, творчість, внесок у спільну справу;
- цінності переживання - через любов, красу, мистецтво, природу;
- цінності ставлення - через гідне прийняття неминучого страждання.

Особливо важливим є третій шлях. Коли змінити обставини неможливо, людина може змінити своє ставлення до них. Саме це, на думку Франкла, перетворює трагедію на духовне досягнення.

Згідно з поглядами В. Франкла, сенс об'єктивно наявний у кожній миті життя, навіть у найтрагічнішому. Психолог не може дати людині цей сенс, у кожного він свій. Але психолог може допомогти кожному клієнтові: і дорослому, і дитині його усвідомити. Здебільшого втрата сенсу життя відбувається при сильних психоподіях: катастрофах, аваріях, розлученнях, зраді, загибелі близьких людей, участі у воєнних діях. Отже, завданням логотерапії виступає допомога людині в знаходженні сенсу життя. Унікальний сенс життя (або узагальнені цінності, що виконують ту ж функцію) може бути знайдений людиною в одній з трьох сфер: творчості, емоційних переживаннях, свідомому прийнятті тих обставин, що людина не в змозі змінити [11, с. 535].

Одним з ключових понять логотерапії є «екзистенційний вакуум» це стан внутрішньої порожнечі, втрати орієнтирів і відчуття безглуздості. Франкл пов'язував його з розпадом традиційних цінностей і втратою інстинктивних орієнтирів, які раніше направляли людину.

«У кожного часу свої неврози, і кожному часу потрібна своя психотерапія» це одна з центральних тез екзистенціального підходу В.

Франкла. На його думку сучасна людина має справу вже з фрустрацією не сексуальних потреб, як за часів З. Фрейда, а з фрустрацією потреб екзистенціальних. Сучасний пацієнт вже не стільки страждає від почуття неповноцінності, як за часів А. Адлера, скільки від глибокого почуття втрати сенсу, яке пов'язане з відчуттям порожнечі. У зв'язку з цим В. Франкл говорить про поняття екзистенціального вакууму [13].

У сучасному суспільстві екзистенційний вакуум проявляється в депресії, тривожності, агресії, залежностях, почутті хронічної незадоволеності. Логотерапія пропонує не стільки усунення симптомів, скільки пошук глибокого сенсу як основи психологічного здоров'я.

Сама людина далеко не завжди усвідомлює екзистенціальну фрустрацію, яка може приймати приховані, завуальовані форми. Фрустрирована воля до змісту здатна заміщатися різними компенсуючими формами, виступаючими під масками інтенсифікації волі до влади або прагнення до досягнення всілякого задоволення. Боячись внутрішньої порожнечі, людина може рятуватися від неї втечею в професійну діяльність (трудоголік), в специфічне заглушіння туги (алкоголь) або дипсоманію, пов'язану з різного роду розвагами, пристрастями до ігор, пліткам, численним сексуальним контекстам. Типовою формою прояву екзистенціального вакууму є так звані недільні неврози. Саме екзистенціальний вакуум, згідно зі спостереженнями Франкла, є причиною, що породжує в широких масштабах специфічні «ноогенні неврози», що особливо були поширеними в післявоєнний період в країнах Західної та Східної Європи, а також у США. На думку В. Франкла, необхідною умовою психічного здоров'я є певний рівень напруги, що виникає між людиною і об'єктивним змістом, локалізованим у зовнішньому світі, який людині необхідно реалізувати [22, с. 11].

Практична сторона логотерапії включає ряд оригінальних методів:

1) Парадоксальна інтенція — навмисне посилення страху або симптому з метою руйнування порочного кола тривоги.

Авторський підхід до застосування методики парадоксальної інтенції при роботі з негативними станами ґрунтується на зміні наміру, а саме на сприйнятті негативу як ресурсу, забезпечення за допомогою комплексу вербальної, тілесно зорієнтованої та дихальної психотехнологій актуалізації механізму парадоксальної реакції та набуття позитиву з подальшою його стабілізацією. Такий підхід є суголосним опрацюванню негативних психологічних проявів бойової травми. Стосовно них практикується психологічна їх нормалізація і сприйняття як нормальної первинної реакції на негативні стресові чинники бойових дій та подальше системне їх опрацювання [7, с. 154].

2) Дереклексія переключення уваги з надмірного самоспостереження на зовнішнє завдання або цінність.

Дереклексія – це метод зменшення гіперрефлексії, тобто надмірного зосередження уваги на власних симптомах і проблемах, що може посилювати прояви емоційного вигорання. У роботі з молодими дорослими даний метод полягає у переключенні уваги на соціально значущі ролі, професійні досягнення та усвідомлення власного внеску у спільноту. Це сприяє формуванню самотрансценденції – здатності вийти за межі особистісного «Я» і знаходити мотивацію у зовнішніх цілях, що істотно знижує рівень емоційного виснаження [3, с. 71].

Дереклексія застосовується при психогенних неврозах (сексуальних дисфункціях), а також при психосоматичних захворюваннях і порушеннях сну. Метод дереклексії зменшує «гіперрефлексію» («залишатися подумки» проблемою, іноді навіть зайвою).

3) Сократівський діалог — виявлення прихованих цінностей і смислів через систему питань.

Сократівський діалог – метод цілеспрямованого самоаналізу, що через серію запитань допомагає усвідомити власні цінності, ресурси та життєві смисли. Він сприяє переосмисленню мотиваційних установок, пошуку джерел натхнення і відновленню внутрішньої гармонії, що особливо

актуально за умов кризи ідентичності або втрати сенсу професійної діяльності [3, с. 71].

Слід зауважити, що ці методи спрямовані не на аналіз минулого, а на активізацію внутрішнього потенціалу особистості та орієнтацію на майбутнє.

Згідно з таблицею 1, ми бачимо, що: Фрейд бачив у людині істоту, керовану несвідомими інстинктами. Адлер підкреслював соціальну природу особистості та прагнення до переваги. Франкл розглядав людину як духовну істоту, здатну до вільного вибору та пошуку сенсу навіть в умовах страждання.

Таблиця 1.

Порівняльна характеристика: Фрейд - Адлер – Франкл

Критерій	Зігмунд Фрейд	Альфред Адлер	Віктор Франкл
Напрямок	Психоаналіз (1-а віденська школа)	Індивідуальна психологія (2-а віденська школа)	Логотерапія (3-а віденська школа)
Головна рушійна сила особистості	Воля до насолоди	Воля до влади (прагнення переваги)	Воля до змісту
Основне джерело проблем	Пригнічені несвідомі потяги, внутрішні конфлікти	Почуття неповноцінності, прагнення компенсації	Втрата сенсу, екзистенційний вакуум
Роль несвідомого	Визначальна	Важлива, але соціально орієнтована	Визнається, але акцент на свідомому пошуку сенсу
Уявлення про людину	Багато в чому детермінований інстинктами	Соціальна істота, що прагне до переваги	Вільна та відповідальна істота
Ставлення до свободи	Обмежена (людина підпорядкована несвідомому)	Відносна свобода у виборі життєвого стилю	Внутрішня свобода навіть у екстремальних умовах
Центральне поняття	Лібідо, несвідоме	Почуття неповноцінності, компенсація	Сенс життя

Ціль терапії	Усвідомлення витісненого конфлікту	Формування соціально корисного способу життя	Допомога у знаходженні сенсу
Тимчасова орієнтація	Минуле (дитячі переживання)	Дитинство та формування стилю життя	Сьогодення та майбутнє
Методи	Вільні асоціації, аналіз сновидінь	Аналіз життєвого стилю, ранніх спогадів	Сократичний діалог, дерефлексія, парадоксальна інтенція
Ставлення до страждання	Симптом неврозу	Наслідок комплексу неповноцінності	Можливість набутти сенсу

1.2. Каузометрія в структурі методів йоготерапії.

В умовах сучасної реальності, що характеризується складними взаємозалежностями і багатогранністю процесів, що відбуваються, вміння аналізувати причинно-наслідкові зв'язки і усвідомлено визначати міру відповідальності за прийняті рішення і скоєні вчинки стає критично важливим. Для сфери особистісного зростання, осмислення побудови життєвого шляху та рефлексії індивідуального досвіду особливу цінність мають інструменти, що дають можливість глибоко вивчати базові категорії. Ключовим методологічним інструментом у цій галузі виступає каузометрія.

Каузометрія це міждисциплінарний методологічний підхід, спрямований на системне вивчення причинно-наслідкових зв'язків і розподілу відповідальності в складних соціальних, психологічних, правових і управлінських контекстах. Термін походить від латинського *causa* (причина) і грецького *metron* (міра), що підкреслює його фокус на вимірюванні та аналізі причинних відносин. Каузометрія допомагає зрозуміти, як одні події життя впливають на інші (причинно-наслідкові зв'язки), як людина бачить своє майбутнє і які сенси вона знаходить у своєму минулому досвіді.

Іншими словами, це біографічний метод дослідження, що збирає описи як минулих, так і майбутніх подій життєвої біографії людини. Систему

засобів дослідження, діагностики, корекції та проектування життєвого шляху людини, а також причинно-цільову концепцію психологічного часу особистості й методику каузометрії ще на початку 80-х років минулого століття розробили вітчизняні науковці Євген Головаха й Олександр Кронік з Інституту філософії НАН України [5, с. 63].

Каузометрія дозволяє зробити висновки про можливі деформації картини життєвого шляху, про масштабність, свідомість і реалізованість задумів людини, про особливості її стилю життя і задоволеність своїм минулим, теперішнім часом, майбутнім

За допомогою каузометрії можна аналізувати можливі викривлення в життєвому шляху людини, а також оцінювати рівень її амбіційності, усвідомлення своїх цілей і реальності їх досягнення. Цей метод дозволяє досліджувати особливості способу життя індивіда і його реакції на минуле, сьогодення і майбутнє. Каузометрія може бути використана для вивчення як індивідуальних, так і колективних життєвих траєкторій. Вона надає можливість детально розглянути і скорегувати життєві плани в рамках психотерапевтичної практики. Крім того, даний підхід допомагає формувати перспективи розвитку в контексті професійної орієнтації, сімейних відносин і психогігієнічного консультування.

Цей підхід зосереджений на кількох ключових аспектах, які допомагають глибше зрозуміти механізми причинності у житті. Насамперед йдеться про реконструкцію причинно-наслідкових ланцюжків. Це включає виявлення послідовності подій, які в кінцевому підсумку призводять до певного результату. Наприклад, якщо людина досягла успіху в кар'єрі, важливо простежити, які кроки та рішення призвели до цього успіху, а також які обставини сприяли або, навпаки, перешкоджали цьому процесу. Наступний аспект полягає у аналізі суб'єктивного сприйняття причинності. Це передбачає вивчення того, як сама людина сприймає причинно-наслідкові зв'язки у своєму житті. Важливо зрозуміти, що саме він вважає джерелами своїх успіхів та невдач. Це може бути пов'язане з особистими якостями,

такими як працьовитість або наполегливість, або зовнішні фактори, такі як підтримка з боку оточуючих або удача. Третій елемент підходу — - це дослідження життєвої перспективи. Тут розглядається, як розуміння причинності впливає на майбутнє, його цілі та очікування. Наприклад, якщо людина усвідомлює, що її зусилля та дії призводять до позитивних результатів, вона, швидше за все, буде оптимістичніше налаштована щодо своїх майбутніх планів і прагнень. Також важливим аспектом є усвідомлення особистісних смислів. Це означає, що людина повинна визначити, які смисли вона надає тим чи іншим подіям, виходячи зі свого розуміння їхніх причин та наслідків. Наприклад, невдача може сприйматися як катастрофа або, навпаки, як можливість зростання і навчання. Важливо, щоб людина навчилася отримувати уроки зі свого досвіду та надавати подіям значущість, яка сприятиме її особистісному розвитку. Каузометрія пропонує унікальний погляд на причинність, що виходить за межі простого бінарного розуміння «причина-наслідок». Вона дозволяє систематизувати життєвий досвід, що є важливим кроком у розумінні свого життя. Через каузометричний аналіз людина може впорядкувати свої спогади, виявити патерни, що повторюються, і зрозуміти, як її вибори впливали на перебіг подій. Це може допомогти уникнути повторення помилок у майбутньому та зробити більш усвідомлений вибір. Крім того, каузометрія допомагає виявляти неочевидні зв'язки. Часто причинно-наслідкові залежності є прямими, і здавалося б, що події пов'язані між собою. Однак каузометрія дозволяє виявити латентні зв'язки, непрямі фактори та накопичувальний ефект, які могли бути втрачені при поверхневому аналізі. Це може відкрити нові горизонти для розуміння свого досвіду та допомогти у прийнятті більш виважених рішень. Ще однією важливою стороною каузометрії є можливість прогнозування та коригування. Розуміння причинності дозволяє як аналізувати минуле, а й усвідомлено підходити до прийняття рішень у теперішньому. Це означає, що людина може передбачати можливі наслідки своїх дій та вносити корективи до своїх планів та стратегій. Це особливо актуально в умовах світу, що швидко

змінюється, де важливо бути гнучким і адаптивним. Розвиток рефлексивності також є одним із аспектів, який слідувало б відзначити. Як бачимо каузометрія спонукає людини до глибокої саморефлексії, до аналізу власних мотивів, переконань і цінностей, які є основою його дій. Це може призвести до більш глибокого розуміння себе та своїх потреб, а також виявлення тих аспектів, які потребують змін. Також варто згадати про дослідження причинності, яке пов'язане з поняттям відповідальності. Цей напрямок нерозривно пов'язаний з тим, як людина сприймає свої дії та їх наслідки. Каузометрія надає інструменти глибокого осмислення локусу контролю. Це поняття описує, якою мірою людина почувається господарем свого життя та своїх рішень (внутрішній локус контролю) або, навпаки, вважає, що події визначаються зовнішніми силами (зовнішній локус контролю). Розуміння цього аспекту допомагає провести кордон між тим, що піддається впливу людини, і тим, що знаходиться поза її владою. Аналізуючи причинно-наслідкові дії, людина може також розібратися з питаннями вини та заслуг. Це є важливим моментом для формування здорового сприйняття себе та своїх дій. Коли людина розуміє, які дії призвели до певних результатів, вона може адекватніше оцінити свою роль у цих подіях і, відповідно, свою відповідальність за них. Це може допомогти уникнути почуття провини за обставини, які були поза його контролем, і зосередитися на тому, що він може змінити. Таким чином, даний підхід до дослідження причинності та відповідальності дозволяє людині глибше зрозуміти своє життя та свої дії, що зрештою сприяє особистісному зростанню та розвитку.

1.3. Психологічні особливості осіб, які відбувають покарання, не пов'язане з позбавленням волі.

Основною метою відбування кримінального покарання є виправлення засуджених та їх повноцінна інтеграція в суспільство після відбуття покарання.

Місця позбавлення волі повинні виконувати функції покарання та реабілітації, але для багатьох осіб саме звільнення позначає початок нового

етапу життя, який супроводжується великими викликами і труднощами. У цьому контексті, логотерапія виявляється потужним інструментом у ресоціалізації осіб, що повертаються до суспільства після перебування в ув'язненні. Профілактика злочинів та ресоціалізація серед засуджених є важливою складовою системи кримінально-виконавчої політики, спрямованої на зменшення ризику повторної злочинності та покращення соціальної адаптації осіб, які вже відбули покарання [23, с. 297].

У періоди негативних соціальних змін та криз у частини населення спрацьовує психологічний захист у вигляді різних компенсаторних реакцій, таких як: алкоголізація, наркотизація, прояв агресії до суспільства, зокрема скоєння злочинів. Особливо це стосується осіб молодого та літнього віку, які не можуть «вписатися» в соціальні відносини, що змінилися.

З метою забезпечення вищих цінностей людини, її прав, свобод та інтересів багато держав запровадили у свої Кримінальні та Кримінально-виконавчі кодекси покарання, які є альтернативою позбавленню волі. Практика показала, що такі заходи є найбільш гуманними та виправданими, сприяючи досягненню цілей покарання. Ці положення мають значення для розвитку правового регулювання пенітенціарної системи України, оскільки вони включають певні обмеження для громадян у випадках, передбачених законом, а також стосуються їх прав, свобод та застосування заходів профілактичного виховного впливу.

На сучасному етапі реформування Державної кримінально-виконавчої служби України питання запобігання ухиленню від відбування покарань, не пов'язаних з позбавленням волі, засудженими, які перебувають на обліку в органах пробації, є важливим напрямом діяльності. За своїм характером ця діяльність є багатогранною, в тому числі охоплює кримінологічну складову частину, змістом якої є щоденна робота працівників органів пробації щодо виявлення й усунення причин і умов, що сприяють вчиненню ухилення від відбування покарань, не пов'язаних з позбавленням волі [12, с. 308].

Великі зміни в системі кримінально-виконавчої політики в Україні прийшли із прийняттям в 2015 році «Закону України Про Пробацію» Закону України «Про пробацію», який закладає основи та нові підходи стосовно значної категорії засуджених. Звертаючи увагу на досвід зарубіжних колег ми побачимо, що призначення і виконання покарань, не пов'язаних з позбавленням волі, у світі не нове. Пробація широко застосовується в країнах Європи, Америки, інших державах [27, с. 14].

Термін пробація в перекладі з англійської мови означає «випробування» або умовне звільнення (від покарання). Пробація має декілька значень: перш за все, це забезпечення безпеки суспільства (громади) шляхом запобігання вчиненню правопорушень; можливість надання суду інформації, що характеризує обвинувачену особу для прийняття справедливого рішення (складення досудової доповіді), а також організація виконання покарань, не пов'язаних з позбавленням волі; Існування пробаційного нагляду: контроль за особою, яка вчинила правопорушення, а також допомога, спрямована на підтримку такої особи в суспільстві (консультації, мотивування до змін, сприяння у розв'язанні проблемних питань) й допомога особі, яка готується до звільнення з місць позбавлення волі, в адаптації до життя в суспільстві [15].

Пробаційний нагляд може бути застосований до обвинувачених, санкція статті яких передбачає від 1 до 5 років покарання. Якщо людина скоїла не тяжкий злочин, перед суддею буде вибір: відправити обвинуваченого у в'язницю або ж обрати пробаційний нагляд. засуджений повинен періодично реєструватися в центрі пробації, повідомляти там про зміну місця проживання, роботи або навчання. Також він не має право без дозволу центру виїжджати за кордон [28].

Засудженого можуть зобов'язати працевлаштуватися, пройти курс лікування від наркотичної або алкогольної залежності (у разі виявлення його прихильності до згубних звичок), розладів психіки, або захворювання, що становить небезпеку для здоров'я інших, виконати заходи, передбачені

пробаційною програмою. Для засудженого на пробаційному нагляді можуть застосовувати електронний засіб контролю. З метою дієвості нового покарання.

Законом встановлено наслідки ухилення особи від відбування покарання у виді пробаційного нагляду, яке має місце при невиконанні засудженим покладених на нього законом та судом обов'язків. Крім цього, Законом внесені зміни до статті 389 КК України, якою передбачено кримінальну відповідальність за ухилення засудженого від відбування покарання у виді пробаційного нагляду у вигляді обмеження волі строком до трьох років [15].

Пробація є ефективним інструментом, що дозволяє правопорушникам пройти шлях виправлення без ізоляції, зберігаючи при цьому важливі для життя соціальні, сімейні та професійні зв'язки. Це сприяє їх успішної реінтеграції у суспільство та дає шанс на створення власної родини. Для суспільства пробація служить гарантією захисту від рецидивів, забезпечує справедливе правосуддя та знаходить баланс між заходами покарання, відшкодуванням завданих збитків та благополуччям усіх членів спільноти.

Для держави: зниження злочинності; зниження кількості ув'язнених в місцях позбавлення волі осіб; позитивний економічний ефект: утримання правопорушника у місцях позбавлення волі набагато дорожче для держави, ніж перебування на пробації; а також залишаючись у суспільстві особа не втрачає роботу та сплачує внески у держбюджет; дотримання міжнародних стандартів. Пробація є дієвим засобом гуманізації кримінального правосуддя, знаходячи баланс між контролем над правопорушниками та їх підтримкою, що гарантує спокій суспільства. Заміщаючи позбавлення волі, пробація допомагає зменшити кількість ув'язнених та покращити процес їхньої реабілітації. Економічна вигода, зменшення випадків повторних злочинів та загальна гуманність системи роблять пробацію важливим компонентом сучасного кримінального права України.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ВИКОРИСТАННЯ КАУЗОМЕТРІЇ В ЛОГОТЕРАПІЇ

2.1. Актуальність дослідження.

Пошук сенсу життя є однією з базових екзистенційних потреб людини. Незалежно від епохи та культурних особливостей, люди прагнуть зрозуміти своє місце у світі, цілі свого існування та значення своїх дій. У сучасному, мінливому світі, що характеризується інформаційним перенасиченням, глобалізацією, невизначеністю та часто споживацьким підходом до життя, ця потреба стає ще гострішою. Люди стикаються з екзистенційними кризами, почуттям порожнечі та розгубленості. Наявність чітких життєвих орієнтирів та осмисленості буття є ключовим чинником психологічного благополуччя, задоволеності життям, стресостійкості та загального психічного здоров'я. Дефіцит сенсу та відсутність чітких життєвих цілей можуть бути передумовами для розвитку різних форм дезадаптації, включаючи алкоголізм, наркоманію, депресивні стани, а в деяких випадках і до кримінальної поведінки. Вивчення цього аспекту допомагає розробляти ефективні профілактичні програми.

Мета дослідження життєвого досвіду та сенсу життєвих орієнтацій полягає у комплексному вивченні того, як люди формують і сприймають свій життєвий досвід, а також які цінності та цілі (життєві орієнтації) визначають їхню поведінку, рішення та загальний психологічний стан, з метою виявлення закономірностей та розробки рекомендацій щодо підвищення осмисленості та якості життя.

Завдання дослідження:

1. Виявити основні характеристики життєвого досвіду досліджуваної групи (наприклад, найважливіші події, травматичний досвід, період проживання, успішний/невдалий досвід).
2. Визначити провідні життєві орієнтації (цінності, цілі, мотиваційні установки) респондентів.
3. Оцінити рівень осмисленості життя у досліджуваних.

4. Виявити особливості формування життєвого досвіду та орієнтацій залежно від демографічних, соціально-психологічних та особистісних характеристик респондентів (вік, стать, освіта, сімейний стан тощо).

Об'єкт дослідження. Люди, які перебувають у певній життєвій ситуації, представники різних соціальних груп.

Предмет дослідження. Особливості життєвого досвіду та його вплив на рівень осмисленості життя у осіб, які пережили важкі життєві випробування.

Етапи дослідження:

1. Розробка програми навчального дослідження:

- 1.1. відпрацювання методики збору даних;
- 1.2. розробка методичного інструментарію.

2. Проведення дослідження:

- 1.3. збір даних методом анкетного опитування);
- 1.4. узагальнення зібраних даних.

3. Обробка даних дослідження .

Методи дослідження: комплекс із двох взаємодоповнюючих методик: Опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо (ZTPI) та Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва, анкетне опитування, аналіз даних

Гіпотеза дослідження ґрунтується на припущенні, що використання каузометрії як інструментарію логотерапії є ефективним засобом ресоціалізації осіб, засуджених до покарань без позбавлення волі, оскільки воно дозволяє трансформувати деформовану часову перспективу засуджених у цілісну систему життєвих сенсів.

Вибірка та її репрезентативність - 151 респондент який перебуває на обліку в центрі пробації за вчинення злочину, за яке призначено запобіжний захід, не пов'язаний із позбавленням волі.

2.2. Аналіз результату дослідження та характеристика вибірки

Емпіричний етап дослідження був спрямований на комплексне вивчення особливостей життєвого шляху та сенсожиттєвих орієнтацій осіб, які відбувають покарання, не пов'язані з позбавленням волі. Процес організації дослідження базувався на принципах гуманістичної психології, де респондент розглядається не лише як об'єкт правового впливу, а як особистість, що володіє потенціалом до самодетермінації та пошуку нових життєвих смислів. Основним методом збору первинних даних стало анкетування дослідження життєвого досвіду та смисложиттєвих орієнтацій, спрямоване на вивчення соціально-демографічного профілю, особливостей життєвого шляху та ставлення до вчиненого правопорушення у осіб, що мають досвід взаємодії з кримінальною юстицією.

У дослідженні взяли участь 151 респондент. Характеристика вибірки за основними показниками представлена нижче.

Демографічні характеристики:

Стать: Вибірка є переважно чоловічою - 92,1% (139 осіб). Частка жінок склала 7,3% (11 осіб).

Вік: Найбільш представленою групою є особи віком 26–35 років (37,7%) та 36–45 років (31,8%). Молодь віком 18–25 років становить 19,2%, а респонденти старше 46 років — близько 10%. Це свідчить про те, що вибірка охоплює найбільш соціально активні та працездатні вікові групи.

Демографічні характеристики:

Стать: Вибірка є переважно чоловічою — 92,1% (139 осіб). Частка жінок склала 7,3% (11 осіб).

Вік: Найбільш представленою групою є особи віком 26–35 років (37,7%) та 36–45 років (31,8%). Молодь віком 18–25 років становить 19,2%, а респонденти старше 46 років — близько 10%. Це свідчить про те, що вибірка охоплює найбільш соціально активні та працездатні вікові групи.

Соціально-економічний статус:

Освіта: Рівень освіти респондентів є досить високим: 47,7% мають середню спеціальну освіту, а 29,8% — вищу. Лише 20,5% обмежилися повною середньою освітою.

Зайнятість: Рівень трудової активності серед опитаних є помірним — 58,3% респондентів працюють. Водночас значна частка (39,1%) на момент опитування офіційно не працевлаштовані, що може виступати одним із факторів екзистенційного вакууму та фінансових труднощів.

Кримінально-правовий аспект:

Досвід призначення кримінального покарання мають 10,6% опитаних. Серед видів покарань, не пов'язаних із позбавленням волі, переважають штрафні санкції, іспитовий строк та громадські роботи. Цікаво, що при аналізі причин правопорушення лише 11,9% респондентів вказали на власні свідомі рішення, тоді як значна більшість схильна пов'язувати подію з «іншими» факторами або випадковими обставинами (5,3%). Важливо зазначити, що 17,2% опитаних твердо переконані, що могли уникнути правопорушення, а 8,6% — «скоріше так».

Суб'єктивна картина життєвого шляху (каузометричні маркери):

Аналіз значущих життєвих подій показав, що найважливішими для респондентів є:

1. Створення сім'ї (33,8%);
2. Фінансові труднощі (29,1%);
3. Втрата близьких (27,8%).

Оцінюючи свій загальний життєвий досвід, більшість опитаних схиляються до позитивного сприйняття: 34,4% — «скоріше позитивний» та 29,8% — «позитивний». Лише близько 9% оцінюють свій шлях як переважно негативний.

Важливим для логотерапевтичного аналізу є показник міжподійних зв'язків. 55% респондентів вважають події свого життя «частково пов'язаними», а 13,9% - «слабо пов'язаними». Високий рівень впливу життєвих подій на теперішнє життя (оцінки 4 та 5 за п'ятибальною шкалою)

зафіксовано у 56,3% опитаних. Це підтверджує доцільність використання каузометрії для структурування життєвого досвіду та пошуку нових сенсів у межах логотерапії.

Дослідження було реалізовано у кілька послідовних етапів, що дозволило забезпечити системність збору та опрацювання даних:

1. Проектувальний етап: На основі теоретичного аналізу концепцій логотерапії Віктора Франкла та каузометричного підходу було сформовано діагностичний комплекс. Основна увага приділялася розробці інструментарію, який дозволив би виявити не лише фактичні події життя засуджених, а й суб'єктивне ставлення до них, рівень відповідальності та віру в майбутнє.

2. Діагностичний етап: Робота з респондентами проводилася на базі органів пробації. Процедура анкетування була організована таким чином, щоб мінімізувати вплив стресового фактору та забезпечити максимальну щирість відповідей. Респонденти заповнювали спеціалізовані опитувальники, що охоплювали блоки питань щодо сприйняття свого минулого, теперішнього та проектування майбутнього.

3. Етап структурування даних: Отримані відповіді були систематизовані та підготовлені до статистичної обробки. На цьому етапі виокремлювалися основні психологічні тенденції, що характеризують вибірку в цілому.

Вибірка представлена засудженими, які перебувають під наглядом органів пробації, що визначає їхній специфічний соціально-правовий статус: на відміну від ув'язнених, вони інтегровані у суспільство, мають доступ до звичних соціальних зв'язків, проте змушені долати психологічні наслідки вчиненого правопорушення та обмеження, накладені законом.

Аналіз якісних характеристик вибірки дозволяє виділити наступні ключові аспекти:

Локус контролю та відповідальність: У структурі особистості респондентів спостерігається внутрішня суперечність. Більшість опитаних

демонструє високий рівень декларованої відповідальності за власне життя, проте при переході до аналізу причин правопорушення спостерігається тенденція до екстернальності - схильності пояснювати власні дії зовнішніми обставинами, впливом оточення або випадковістю.

Сенсожиттєвий контекст: Характерною рисою групи є наявність сформованого запиту на пошук життєвих смислів. Досліджувані демонструють здатність до екзистенційної рефлексії, зазначаючи, що навіть кризовий досвід правопорушення та відбування покарання може стати точкою переосмислення життєвих пріоритетів.

Часова перспектива та цілепокладання: Респонденти виявляють виражену спрямованість у майбутнє. Для більшості учасників дослідження майбутнє має високу суб'єктивну цінність, що виявляється у наявності життєвих планів різного ступеня деталізації - від загальних прагнень «змінити життя» до конкретних кроків у професійній чи сімейній сферах.

Установка на трансформацію: Важливою характеристикою вибірки є високий рівень віри у можливість змінити своє життя на краще. Ця внутрішня установка є фундаментальною для проведення логотерапевтичної роботи, оскільки вона виступає природним антидотом до почуття безпорадності та фаталізму.

Сприйняття ризиків рецидиву: Суб'єктивна оцінка ймовірності повторного вчинення правопорушення у багатьох респондентів носить унікальний характер.

Загальна характеристика групи підтверджує, що виявлені особливості - висока віра в зміни (83,4%) на фоні труднощів з усвідомленням відповідальності за минуле - роблять вибірку ідеальною для застосування каузометричного методу як інструменту логотерапії. Це дозволить респондентам перевести абстрактні бажання змінити життя у площину конкретного планування та усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків між подіями їхнього життєвого шляху.

2.3. Методи дослідження каузометрії.

З метою вивчення особливостей сенсожиттєвої сфери та часової перспективи осіб, що відбувають покарання, не пов'язане з позбавленням волі, було обрано комплекс із двох взаємодоповнюючих методик: Опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо (ZTPI) та Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва.

Даний вибір обумовлений принципами логотерапії Віктора Франкла: для пошуку сенсу життя необхідно розуміти, як людина інтегрує своє минуле, сприймає теперішнє та проєктує майбутнє [24].

Згідно з Ф. Зімбардо, часова перспектива — це неусвідомлений процес, завдяки якому особистий досвід розподіляється по часових категоріях (минуле, теперішнє, майбутнє). Це допомагає нам надавати життю змісту та порядку. Опитувальник часової перспективи Філіпа Зімбардо (ZTPI) являє собою комплексну психодіагностичну методику, розроблену для вимірювання системи ставлень особистості до часового континууму. В основі тесту лежить концепція, що наше сприйняття минулого, теперішнього та майбутнього є неусвідомленим когнітивним процесом, який безпосередньо керує нашою поведінкою, емоційним станом та життєвим вибором. Інструментарій складається з 56 тверджень, які респондент оцінює за п'ятибальною шкалою від «зовсім не характерно» до «дуже характерно». Ці твердження розподіляються за п'ятьма ключовими факторами: Негативне минуле (фокус на травмах і помилках), Позитивне минуле (ресурсне ставлення до традицій та ідентичності), Гедоністичне теперішнє (прагнення до негайного задоволення), Фаталістичне теперішнє (віра в зумовленість долі) та Майбутнє (здатність до планування та відкладеної винагороди) [30].

Обробка результатів методики базується на розрахунку середнього значення для кожної з цих п'яти шкал. Процедура підрахунку починається з етапу перекодування обернених питань у шкалі Майбутнього - №24 та №56. Для них бали нараховуються у зворотному порядку: відповідь «5» зараховується як «1», «4» стає «2», а середня оцінка «3» залишається

незмінною. Після цього бали за кожною шкалою сумуються та діляться на кількість питань у відповідній групі (Негативне минуле - 10 питань, Позитивне - 9, Гедоністичне теперішнє - 15, Фаталістичне - 9, Майбутнє - 13). Отримане числове значення в діапазоні від 1 до 5 і є показником вираженості конкретної часової орієнтації, де результати вище 3.5–4.0 вважаються високими та свідчать про домінування певного фактора у світогляді людини [2].

Інтерпретація результатів вимагає аналізу всього профілю, а не лише окремих показників. Наприклад, критично високі бали за шкалою Негативного минулого часто вказують на схильність до депресивних станів, тоді як надмірний акцент на Майбутньому може призводити до стресу та неможливості насолоджуватися життям. Особлива увага приділяється інтегральному показнику відхилення від збалансованої часової перспективи (DBTP). Це математична модель, яка вимірює, наскільки реальний профіль респондента відрізняється від «ідеального» балансу, де переважають Позитивне минуле та Майбутнє при низьких рівнях негативізму та фаталізму. Чим меншим є це відхилення, тим вищим вважається рівень психологічного благополуччя та життєстійкості особистості. У науковій роботі, зокрема при вивченні мотивації чи подоланні кризових станів, ці дані дозволяють побачити, чи не заблокована здатність людини до змін її специфічним ставленням до часу [30].

Тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Дмитра Леонтьєва є адаптованою версією тесту «Мета життя» (Purpose in Life Test, PIL) Джеймса Крамбо та Леонарда Махоліка, який базується на логотерапії Віктора Франкла. Ця методика дозволяє емпірично оцінити рівень «екзистенційного вакууму» та структуру сенсожиттєвих орієнтацій особистості. Опитувальник складається з 20 пар протилежних тверджень, де респонденту необхідно обрати цифру від 1 до 7, яка найбільш точно відображає його позицію між двома полюсами [6].

Змістовно методика СЖО включає загальний показник осмисленості життя та п'ять субшкал, що відображають різні аспекти часової та змістовної спрямованості особистості. Перша шкала «Цілі в житті» характеризує наявність планів і намірів у майбутньому, які надають життю свідомої спрямованості. Друга шкала «Процес життя або інтерес і емоційна насиченість життя» визначає, чи сприймає людина свій теперішній досвід як цікавий та емоційно наповнений. Третя шкала «Результативність життя або задоволеність самореалізацією» оцінює пройдену ділянку життєвого шляху, відчуття того, наскільки продуктивним та осмисленим було минуле. Дві останні шкали характеризують локус контролю: «Локус контролю-Я» (віра в себе як сильного суб'єкта, здатного керувати життям) та «Локус контролю-життя» (переконаність у можливості вільно приймати рішення та керувати подіями) [24].

Процедура обробки результатів полягає у підсумовуванні балів за спеціальним ключем, де відповіді на прямі запитання враховуються як є, а на обернені — перекодовуються. У тесті СЖО прямими пунктами (де 1 бал на бланку дорівнює 1 балу в обробці) є № 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17. Оберненими пунктами (де 1 перетворюється на 7, 2 на 6 і так далі за формулою $8 - x$) є № 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20. Загальний показник осмисленості життя розраховується як сума балів за всіма 20 пунктами. Субшкали формуються наступним чином: «Цілі» — пункти 3, 4, 10, 16, 17, 18; «Процес» — пункти 1, 2, 4, 5, 7, 9; «Результат» — пункти 8, 9, 10, 12, 15, 20; «Локус контролю-Я» — пункти 1, 15, 16, 19; «Локус контролю-життя» — пункти 7, 10, 13, 14, 18, 19. Варто зауважити, що деякі пункти входять до кількох шкал одночасно через їхню високу факторну вагу.

Інтерпретація отриманих даних вимагає порівняння сирих балів із нормативними значеннями (стенами або процентилями), оскільки середні показники можуть різнитися залежно від віку та соціальної групи респондентів. Високі бали свідчать про сформовану ієрархію сенсів, активну життєву позицію та впевненість у здатності впливати на власну долю. Низькі

бали вказують на стан екзистенційної фрустрації, коли життя сприймається як низка випадкових подій, позбавлених глибинного змісту. Використання СЖО у поєднанні з методикою ZTPІ Зімбардо дозволяє отримати об'ємну картину того, як саме людина конструює свій життєвий світ, чи є її плани на майбутнє (за СЖО) підкріплені позитивним ставленням до минулого та активним теперішнім (за ZTPІ). У дослідницькій роботі з особами, що відбувають покарання, або в процесі логотерапії, СЖО слугує ключовим індикатором динаміки змін ціннісної сфери та готовності до ресоціалізації [26].

Обґрунтування вибору діагностичного комплексу, що складається з Опитувальника часової перспективи Ф. Зімбардо (ZTPІ) та Тесту сенсожиттєвих орієнтацій Д. Леонтьєва (СЖО), базується на необхідності глибокого екзистенційного аналізу особистості засуджених, які відбувають покарання без ізоляції від суспільства. В межах логотерапевтичного підходу, де центральною категорією є пошук та реалізація сенсу, ці методики виступають цілісним інструментарієм для оцінки «екзистенційного вакууму» та потенціалу ресоціалізації. Особи, які вчинили правопорушення, часто демонструють специфічну деформацію часового досвіду: їхнє минуле сприймається як суцільна травма або низка помилок (високе Негативне минуле за ZTPІ), що блокує здатність бачити перспективу та ставити конструктивні цілі (низький показник «Цілі в житті» за СЖО). Використання даного комплексу дозволяє психологу не просто констатувати деструктивну поведінку, а виявити внутрішні часові та сенсові механізми, які її спричиняють. Для контингенту, що перебуває на пробації або засуджений до обмеження волі без її позбавлення, критично важливим є локус контролю — відчуття власної здатності керувати життям у межах наявних юридичних обмежень. Шкали «Локус контролю-Я» та «Локус контролю-Життя» у методиці СЖО в поєднанні з показником Фаталістичного теперішнього за Зімбардо дають можливість ідентифікувати засуджених із позицією «жертви обставин», які не вірять у можливість виправлення та вважають свою

кримінальну траєкторію неминучою. Логотерапія в такому контексті працює на подолання цього фаталізму, а результати тестування стають мішенями для корекції: трансформація імпульсивного Гедоністичного теперішнього в усвідомлений Процес життя, наповнений емоційним інтересом та відповідальністю за майбутнє. Заміна складної та трудомісткої процедури каузометрії на поєднання ZTPІ та СЖО є методично виправданою, оскільки цей тандем дозволяє отримати структуровану кількісну модель життєвого шляху респондента без надмірного інтелектуального навантаження, яке часто стає перешкодою при роботі з засудженими. ZTPІ надає інформацію про емоційний фон та динаміку часових орієнтацій, тоді як СЖО розкриває змістовне наповнення цих орієнтацій через призму цінностей та задоволеності самореалізацією. Такий підхід забезпечує високу прогностичну цінність дослідження: поєднання високої орієнтації на Майбутнє з високим рівнем Результативності минулого життя свідчить про сформовану внутрішню опору та низький ризик рецидиву, що є головним показником успішності логотерапевтичного втручання та загальної ефективності кримінального покарання без позбавлення волі. В результаті, цей діагностичний блок стає фундаментом для створення індивідуальних програм психологічного супроводу, спрямованих на відновлення цілісності особистості та її повернення до повноцінного життя в суспільстві [1, с. 9].

2.4. Програма логотерапевтичної роботи.

Проблема ресоціалізації осіб, засуджених до кримінальних покарань без позбавлення волі, є однією з найбільш актуальних у сучасній юридичній психології та системі пробації. Особи, які перебувають на обліку уповноважених органів з питань пробації, нерідко характеризуються порушенням системи життєвих цінностей, зниженим рівнем відповідальності, труднощами соціальної адаптації, внутрішньою дезорієнтацією та відсутністю чітких життєвих перспектив. Значна частина таких осіб має негативний життєвий досвід, конфліктні соціальні взаємини, а

також схильність до перекладання відповідальності за власні вчинки на зовнішні обставини [14].

У зв'язку з цим важливого значення набуває застосування методів психологічної допомоги, спрямованих на переосмислення життєвого досвіду, формування життєвих смислів та позитивної часової перспективи. Одним із найбільш ефективних підходів у даному напрямі виступає Logotherapy, засновником якої є Viktor Frankl. Логотерапія базується на ідеї про те, що головною мотиваційною силою людини є прагнення до пошуку сенсу життя. Втрата сенсу, екзистенційна фрустрація та внутрішня спустошеність можуть сприяти формуванню деструктивної поведінки, у тому числі криміногенної. Саме тому логотерапевтична робота з особами, засудженими до покарань без позбавлення волі, спрямована на допомогу у знаходженні особистісних смислів, формуванні відповідальності та усвідомленні власної свободи вибору [25].

У межах даної програми логотерапевтична робота поєднується із використанням каузометрії, Опитувальника часової перспективи Philip Zimbardo та Тесту смисложиттєвих орієнтацій Dmytro Leontiev. Використання комплексу зазначених методик дозволяє всебічно дослідити особливості життєвого шляху особистості, її часову орієнтацію, рівень осмисленості життя та ставлення до майбутнього.

Каузометрія використовується як метод психологічного аналізу життєвого шляху особистості. Вона дає можливість дослідити суб'єктивне сприйняття людиною власного життя через визначення найбільш значущих подій, встановлення причинно-наслідкових зв'язків між ними та аналіз їхнього впливу на подальший життєвий шлях. Особливого значення каузометрія набуває у роботі із засудженими, оскільки дозволяє виявити життєві кризи, травматичні події, негативний соціальний вплив та інші фактори, які могли сприяти формуванню протиправної поведінки [29].

Опитувальник часової перспективи Philip Zimbardo застосовується з метою дослідження особливостей сприйняття особистістю минулого,

теперішнього та майбутнього. Дана методика дозволяє визначити домінуючу часову орієнтацію особи: позитивне або негативне ставлення до минулого, фаталістичне чи гедоністичне сприйняття теперішнього, а також ступінь орієнтації на майбутнє. Для осіб, схильних до протиправної поведінки, характерними часто є фіксація на негативному минулому, недостатня орієнтація на майбутнє та імпульсивність у прийнятті рішень. Саме тому робота із часовою перспективою є важливим елементом психологічної корекції [30].

Тест смисложиттєвих орієнтацій Dmytro Leontiev використовується для визначення рівня осмисленості життя, наявності життєвих цілей, задоволеності самореалізацією та відчуття контролю над власним життям. Дана методика дозволяє оцінити, наскільки особа сприймає своє життя як змістовне, чи бачить перспективу майбутнього та чи відчуває власну здатність впливати на життєві обставини [10, с. 25].

Метою програми є формування у засуджених позитивних життєвих смислів, розвиток відповідального ставлення до власного життя, корекція деструктивних часових орієнтацій та формування конструктивної життєвої перспективи шляхом використання логотерапії, каузометрії та психодіагностичних методик.

На першому етапі роботи проводиться психодіагностичне обстеження засуджених. Застосовуються каузометрія, опитувальник часової перспективи Зімбардо та тест смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва. Психолог досліджує особливості життєвого шляху особи, її ставлення до минулого, теперішнього та майбутнього, рівень осмисленості життя, наявність життєвих цілей та відчуття особистої відповідальності. Отримані результати дозволяють визначити основні проблемні сфери та індивідуалізувати подальшу психокорекційну роботу [18, с. 154].

Наступний етап передбачає проведення каузометричного аналізу життєвого шляху. Засудженому пропонується визначити ключові події власного життя, оцінити їх значущість та простежити причинно-наслідкові

зв'язки між ними. У процесі аналізу особа поступово усвідомлює взаємозв'язок між власними рішеннями, життєвими обставинами та наслідками, до яких вони призвели. Особлива увага приділяється подіям, що мали вплив на формування криміногенної поведінки.

У межах логотерапевтичної роботи здійснюється переосмислення негативного життєвого досвіду та формування нових життєвих смислів. За допомогою сократівського діалогу, рефлексивних бесід та аналізу життєвих ситуацій психолог допомагає засудженому усвідомити власні цінності, визначити значущі життєві цілі та побачити перспективи особистісного розвитку. Значна увага приділяється формуванню відповідальності за власні рішення та усвідомленню свободи внутрішнього вибору навіть у складних життєвих обставинах. Одним напрямом роботи є корекція часової перспективи особистості. Психолог допомагає засудженому зменшити фіксацію на негативному минулому, подолати фаталістичне ставлення до життя та сформуванню орієнтацію на майбутнє. Для цього використовуються вправи на планування життєвих цілей, побудову перспективи майбутнього, аналіз можливих шляхів самореалізації та розвиток навичок відповідального прийняття рішень.

На завершальному етапі програми проводиться, повторна психодіагностика із застосуванням тих самих методик. Це дозволяє оцінити динаміку змін у часовій перспективі, рівні осмисленості життя та особливостях сприйняття власного життєвого шляху. Очікуваними результатами програми є підвищення рівня осмисленості життя, формування позитивної життєвої перспективи, розвиток відповідальності, зниження рівня екзистенційної фрустрації та підвищення мотивації до соціально прийнятної поведінки [9, с 56].

Таким чином, використання каузометрії у поєднанні з логотерапією, Опитувальником часової перспективи Зімбардо та тестом смисложиттєвих орієнтацій Леонтєва дозволяє забезпечити комплексний підхід до психологічної роботи з особами, яким встановлено кримінальне покарання,

не пов'язане з позбавленням волі. Такий підхід сприяє глибшому усвідомленню особистістю власного життєвого досвіду, формуванню позитивних життєвих смислів та створює передумови для ефективної ресоціалізації й попередження повторної протиправної поведінки.

Розроблена програма логотерапевтичної роботи спрямована на психологічну корекцію та ресоціалізацію осіб, яким встановлено кримінальне покарання, не пов'язане з позбавленням волі. Її зміст базується на основних положеннях Logotherapy, засновником якої є Viktor Frankl, та орієнтований на формування у засуджених позитивних життєвих смислів, відповідального ставлення до власного життя і здатності до конструктивного планування майбутнього [24].

У процесі реалізації програми передбачається комплексний вплив на особистість засудженого через аналіз його життєвого шляху, дослідження часової перспективи та рівня осмисленості життя. Використання каузометрії дозволяє виявити ключові життєві події та причинно-наслідкові зв'язки між ними, що сприяє усвідомленню особою власної ролі у формуванні життєвих ситуацій та розвитку відповідальності за прийняті рішення. Застосування Опитувальника часової перспективи Зімбардо дає можливість дослідити особливості сприйняття минулого, теперішнього та майбутнього, а Тест смисложиттєвих орієнтацій Леонтьєва дозволяє визначити рівень сформованості життєвих цілей, наявність життєвих смислів та відчуття контролю над власним життям [19, с. 7].

Програма спрямована не лише на зниження проявів дезадаптації та негативних особистісних установок, але й на розвиток рефлексії, формування позитивної часової перспективи, підвищення рівня осмисленості життя та мотивації до соціально прийнятної поведінки. У межах логотерапевтичної роботи засуджені отримують можливість переосмислити власний життєвий досвід, сформувати нові життєві орієнтири та побачити перспективи особистісного розвитку.

Очікується, що впровадження даної програми сприятиме підвищенню рівня відповідальності, формуванню конструктивних життєвих цілей, зниженню ризику повторної протиправної поведінки та покращенню соціальної адаптації осіб, які перебувають на обліку органів пробації. Таким чином, розроблена програма має практичне значення для діяльності психологів та працівників пробації, оскільки забезпечує комплексний підхід до психологічного супроводу засуджених без ізоляції від суспільства та створює умови для їх ефективної ресоціалізації [8].

2.5. Практичні рекомендації для психологів органів пробації.

Діяльність психолога в системі пробації є специфічною формою соціально-психологічної допомоги, яка поєднує в собі гуманістичну підтримку особистості та функцію соціального контролю. Нижче наведено розгорнуті рекомендації, спрямовані на мінімізацію ризиків повторних правопорушень та успішну ресоціалізацію клієнтів

1. Побудова діагностичного комплексу та оцінка ризиків

Першим етапом взаємодії має бути детальне вивчення криміногенних потреб особистості. Психологу рекомендується:

Диференціація підходів: Не обмежуватися лише стандартизованим інструментарієм (на кшталт оцінки ризиків за методикою CAS), а залучати проєктивні методики для виявлення прихованих агресивних тенденцій та механізмів психологічного захисту.

Аналіз мікросоціального оточення: Пріоритет слід надавати вивченню сімейної системи та найближчого кола спілкування, оскільки саме вони є визначальними факторами або підтримки, або рецидиву.

Виявлення «мішеней» впливу: Чітко фіксувати дефіцитарні сфери (наприклад, низький рівень самоконтролю, відсутність емпатії, схильність до імпульсивних дій), які стануть основою для побудови індивідуальної програми корекції [16].

2. Специфіка встановлення рапорту та робота з супротивом

Оскільки більшість клієнтів пробації є невмотивованими (примусовий характер відвідування), робота з супротивом є ключовою:

Зміна ролевої позиції: Психолог має дистанціюватися від образу «контролера» або «слідчого». Важливо підкреслити, що психологічна консультація — це безпечний простір, де діє принцип конфіденційності (за винятком повідомлень про підготовку злочину).

Використання мотиваційного інтерв'ю: Замість директивних повчань варто використовувати техніку відкритих запитань. Це допомагає клієнту самостійно дійти висновку про необхідність змін у житті.

Валідація почуттів: Визнання труднощів, з якими стикається клієнт (безробіття, стигматизація), допомагає зняти захисні бар'єри та сформувати довіру.

3. Напрями психокорекційної та розвивальної роботи

Корекційний вплив має бути комплексним і спрямованим на переформатування життєвих сценаріїв:

Розвиток когнітивно-поведінкових навичок: Навчання клієнтів алгоритмам «зупинись-подумай-дій». Це критично важливо для осіб зі схильністю до насильницьких злочинів. Необхідно пропрацьовувати тригери, що запускають агресивну реакцію.

Формування життєвих перспектив: Психолог повинен допомогти клієнту в структуруванні майбутнього. Використання технік тайм-менеджменту та постановки цілей за SMART дозволяє перетворити абстрактне "бажання почати нове життя" у конкретний покроковий план.

Корекція деформованої системи цінностей: Робота з правосвідомістю через обговорення наслідків злочину для потерпілих (розвиток емпатії) та для самого клієнта [4].

4. Робота з кризовими станами та профілактика адикцій

Суб'єкти пробації часто мають досвід вживання ПАР або перебувають у депресивних станах через соціальну ізоляцію:

Раннє виявлення суїцидальних ризиків: Регулярний моніторинг емоційного фону, особливо в періоди загострення життєвих криз (втрата роботи, розлучення).

Направлення до профільних фахівців: Психолог пробації не повинен замінювати нарколога чи психіатра. Важливо мати налагоджену мережу переадресації до реабілітаційних центрів чи груп самопомоги (АА, АН) [20].

5. Професійна гігієна та профілактика вигорання психолога

Через постійну роботу з деструктивним контингентом психолог піддається ризику вторинної травматизації:

Супервізія та інтервізія: Обов'язкова участь у групових обговореннях складних випадків для отримання підтримки від колег.

Емоційне відсторонення: Чітке дотримання професійних кордонів. Важливо пам'ятати, що відповідальність за зміни в житті клієнта несе сам клієнт, а психолог лише надає інструменти для цих змін.

Постійне навчання: Оволодіння новими методами роботи (арт-терапія, КПТ, гештальт-підхід) дозволяє розширити арсенал засобів і підтримувати професійний інтерес [21, с. 83].

Впровадження даних рекомендацій дозволить перетворити діяльність психолога з формального заповнення анкет на реальний інструмент соціальної трансформації. Ефективність пробації вимірюється не кількістю проведених бесід, а якісними змінами в особистісній структурі засудженого: підвищенням рівня відповідальності, стабілізацією емоційного стану та відмовою від кримінальних патернів поведінки.

ВИСНОВКИ

В ході виконання бакалаврської роботи доведено ефективність застосування каузометрії як інструментарію логотерапії у роботі з особами, яким призначено покарання, не пов'язане з позбавленням волі. Логотерапія Віктора Франкла являє собою унікальний синтез філософії та клінічної практики. Вона стверджує, що людина - це не лише біологічна та соціальна істота, а насамперед духовна, здатна до вільного вибору та пошуку сенсу.

Головний внесок Франкла в психологію полягає в утвердженні гідності людської особистості навіть у найнелюдськіших умовах. Його концепція показує, що сенс - це не абстрактна ідея, а життєва необхідність, що забезпечує внутрішню стійкість і психологічне здоров'я.

Усі поставлені завдання були послідовно вирішені, що дозволило успішно досягти основної мети даного дослідження. Першим етапом роботи стало теоретичне вивчення впливу логотерапії на засуджених. У ході дослідження було доведено, що логотерапія, з її акцентом на пошуку сенсу життя, є важливим і цінним інструментом для людей, які перебувають у статусі правопорушника. Часто такі особи стикаються з відчуттям порожнечі, втратою життєвих орієнтирів, а також з почуттям провини та сорому, які можуть супроводжувати їхню злочинну поведінку. Однак, завдяки логотерапії, можливе перетворення цих негативних станів через усвідомлення свого індивідуального покликання, цінностей та відповідальності. Логотерапія допомагає переорієнтувати особистість, зміщуючи акцент з минулих помилок на майбутні можливості. Це, у свою чергу, створює мотивацію для позитивних змін і сприяє соціальній реінтеграції. Усвідомлення сенсу життя стає важливим кроком для засуджених, дозволяючи їм не тільки справлятися з наслідками своїх дій, а й знаходити нові шляхи для самореалізації та поліпшення якості свого життя. Таким чином, використання логотерапії у поєднанні з каузометрією відкриває нові горизонти в реабілітаційному процесі, дозволяючи засудженим не тільки усвідомити свої помилки, але й будувати плани на

майбутнє, що є ключовим аспектом їх соціальної адаптації. Це підтверджує важливість застосування даних методів у роботі з особами, які відбувають покарання, що робить результати нашого дослідження актуальними та значущими для подальшого розвитку практики логотерапії у кримінальній юстиції.

Другим етапом стало розкриття сутності методу каузометрії. Метод каузометрії є унікальним і потужним інструментом у рамках логотерапії, який дозволяє створити комплексну «карту життя» людини. Цей метод, насамперед, орієнтований на тих, хто скоїв злочини, надаючи їм можливість візуалізувати та усвідомити причинно-наслідкові зв'язки між їхніми минулими діями та наслідками цих дій, включаючи кримінальне покарання. Процес візуалізації допомагає засудженим зрозуміти, як їхні вибори та вчинки впливали на їхнє життя та життя оточуючих. Важливим аспектом каузометрії є те, що вона не тільки допомагає проаналізувати зроблені помилки, але й сприяє виявленню прихованих ресурсів і потенціалу, які можуть бути використані для позитивного розвитку. Побудова «карти життя» дозволяє глибше зрозуміти себе, усвідомити свою відповідальність за свої дії та формувати конструктивні шляхи для досягнення майбутніх цілей. Цей метод допомагає людям усвідомити, що вони є авторами свого життя і можуть змінити його напрям, якщо будуть готові працювати над собою.

Третій етап це розробка практичних рекомендацій для психологів пробації: На основі теоретичного аналізу та практичних рекомендацій логотерапії було розроблено та систематизовано практичні рекомендації для психологів пробації щодо ефективного застосування каузометрії. Ці рекомендації включають: етапність роботи: від початкового діагностичного аналізу до формування конкретних життєвих цілей; техніки виконання: детальний опис методів побудови «карти життя», використання метафор, асоціацій, візуалізації. Робота з супротивом і блоками: шляхи подолання супротиву з боку засуджених, робота з негативними переконаннями та травматичним досвідом. Постановка реалістичних цілей: методи формування

SMART-цілей, що відповідають індивідуальним можливостям та обставинам. Побудова нової «нормативності»: фокусування на формування нової «нормативності»: акцент на розвиток нових, конструктивних моделей поведінки та соціальної адаптації. Профілактика рецидиву: інтеграція каузометрії в процесі реабілітації для мінімізації ризику повернення до злочинної діяльності. Інтеграція каузометрії в процес реабілітації є важливим кроком для мінімізації ризику повернення до злочинної діяльності. Психологи повинні працювати над тим, щоб допомогти засудженим усвідомити наслідки своїх дій і навчитися уникати тих ситуацій, які можуть призвести до повторних правопорушень.

Використання методу каузометрії як інструментарію логотерапії відкриває нові перспективи в роботі з особами, яким призначено кримінальне покарання, не пов'язане з позбавленням волі. Цей комплексний підхід не тільки допомагає засудженим усвідомити причини своєї поведінки та подолати відчуття порожнечі, але й активно сприяє формуванню нових, конструктивних сенсів життя. Психологи, які застосовують каузометрію, можуть значно поліпшити якість життя своїх клієнтів, допомагаючи їм не тільки усвідомити свої помилки, але й знайти шляхи для особистісного зростання та соціальної адаптації. Таким чином, застосування даного методу в практичній діяльності психологів пробації може стати важливим кроком до зниження рівня рецидивів і створення більш безпечного суспільства, де кожен має можливість змінитися і побудувати своє життя заново.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.

1. Березовська М. Г. Психологічні чинники готовності засуджених до ресоціалізації в умовах пробації. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Психологічні науки*. 2020. Вип. 12 (57). С. 24–33.
2. Грисенко Н. В. Характер зв'язку часової перспективи та задоволеності життям у молоді. *Journal of psychology research volume 24 (7) Наукове видання*. Дніпро. 2018. С.45-59.
3. Данілова Д. Е., Кушнерьова А. І. Техніки логотерапії у профілактиці та подоланні вигорання в осіб ранньої дорослості. *Mental Health: Global Challenges and Modern Realities*. 2024. Т. 2. С. 69-74.
4. Жмаков О. А. Мотиваційне Інтерв'ювання (МІ): Як цей метод допомагає людині «дозріти» до лікування та подолати внутрішній опір. URL: <https://narco-help-puls.com/motyvatsiyne-interv-yuvannya-mi-dopomoha-lyudyni-dozrity-do-likuvannya/>
5. Когутяк Н. Каузометрія як метод геронтопсихології особистості / Н. Когутяк // *Психологія особистості*. 2010. № 1. С. 61-69.
6. Корольчук М. С., Осьодло В. І. Психодіагностика : навч. посіб. / за ред. М. С. Корольчука. Київ : Ельга : Ніка-Центр, 2010. 400 с.
7. Лазоренко Б. П. Парадоксальна інтенція у забезпеченні психологічної готовності особистості до протидії загрозам війни // *Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми підготовки особистості до виконання службових та бойових завдань в умовах воєнного стану : зб. тез доп. наук.-практ. конф. (Київ, 23 листоп. 2023 р.)*. Київ : НУОУ, 2023. С. 153–157.
8. Маланчук П. М., Голодна А. С. Пробація в Україні: бути чи не бути // *Молодий вчений*. 2016. № 12.1. С. 598–601.
9. Максимова Н. Ю. Психологічні засади ресоціалізації осіб, схильних до девіантної поведінки. *Психологія і суспільство*. 2023. № 1. С. 42–58.
10. Метельська Н. Й. Психологічні основи дослідження та розвитку професійної самосвідомості працівників освіти. *Методичні матеріали та рекомендації* / за ред. Седих К. В. Полтава, 2019. 105 с.

11. Осика О. В. Логотерапія В. Франкла в психокорекційній роботі зі школярами. Проблеми сучасної психології. 2013. Вип. 21. С. 531-541.
12. Остапчук Л. Г. Поняття «ухилення» та «запобігання ухиленню» від відбування покарань, не пов'язаних з позбавленням волі. Підприємництво, господарство і право. 2019. № 11. С. 307–312.
13. Оніщенко Н. В., Побідаш А. Ю. Базові концепції подолання кризових ситуацій в сучасній психологічній науці. 2011. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/> (дата звернення: 01.03.2026).
14. Панок В. Г., Рудь Г. В. Психологія життєвого шляху особистості. К.: Ніка-Центр, 2006. 280 с.
15. Про пробацію : Закон України від 05 лют. 2015 р. № 160-VIII // Відомості Верховної Ради України. 2015. № 13. Ст. 93. URL: rada.gov.ua (дата звернення: 01.03.2026).
16. Про затвердження Порядку здійснення нагляду та проведення соціально-виховної роботи із засудженими до покарань, не пов'язаних з позбавленням волі : Наказ Міністерства юстиції України від 29.01.2019 № 272/5// База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: rada.gov.ua (дата звернення: 14.05.2026).
17. Руда О. Духовні здібності людини: логотерапевтичне бачення самодистанціювання та самотрансценденції. Сенс як ресурс у воєнний час: логотерапевтичний погляд : матеріали Всеукр. форуму з міжнар. участю (м. Івано-Франківськ, 9 верес. 2025 р.). : Редакційно-видавничий відділ ЗВО «Університет Короля Данила». 2025. С. 47–50
18. Сенік О. Адаптація опитувальника часової перспективи особистості Ф. Зімбардо (ZTPI). Соціальна психологія. К., 2012. № 1-2 (51-52). С. 153-168.
19. Скворчевська Є. Л. Психологічні особливості часової перспективи та сприйняття часу у психологічних дослідженнях. Науковий огляд. 2016. № 1 (22). С. 1–9.

20. Сопек П., Мороз Л. І., Яковенко С. І. Практична психологія у правоохоронній діяльності : навч.-метод. матеріали / за ред. Л. І. Мороз, С. І. Яковенка. Київ : Паливода А. В., 2005. 164 с.
21. Сорока О. В. Арт-терапія в соціальній сфері : курс лекцій. Тернопіль : ТДПУ, 2008. 86 с.
22. Слензак К. О. Особливості пошуку сенсу життя у віці ранньої дорослості : кваліфікаційна робота / Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія», Каф. психології та педагогіки. Київ, 2021. 80 с.
23. Ташматов В. Застосування логотерапії у процесі ресоціалізації засуджених до позбавлення волі. *Вектори соціальної, організаційної та економічної психології* : матеріали III Міжнар. наук.-практ. онлайн-конф. (Київ, 23 лют. 2024 р.). Київ, 2024. С. 296–299.
24. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу: психолог у концтаборі / пер. з англ. О. Замойської ; ред. К. В. Озерова. Харків. 2019. 160 с.
25. Фурман А. А. Психологія особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір: [монографія]. Одеса: ОНПУ; Тернопіль: ТНЕУ, 2016. 312 с.
26. Фурман А. А. Психологія смислоттєвого розвитку особистості: монографія. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508 с.
27. Шеремет С. Р. Особливості роботи психолога із засудженими до покарань, не пов'язаних із позбавленням волі : диплом. робота / Хмельниц. нац. ун-т. Хмельницький, 2020. 87 с. URL: elar.khmnu.edu.ua (дата звернення: 01.03.2026).
28. Ягунов Д. В. Служба пробації: концепція, принципи діяльності, організаційна структура: Конспект лекцій. Одеса: ОРІДУ НАДУ, 2006. 74 с.
29. Kronik A. A. How Young Are You? : Understanding Psychological Age, Time, Causometry, to Create Meaningful, Harmonious, Productive Lives. New York : New Academia Publishing, 2018. 124 p.
30. Zimbardo P., Boyd J. The Time Paradox. New York : Free Press, 2009. 375 p.

ДОДАТКИ

Додаток 1

АНКЕТА

Доброго дня шановний респонденте! Я здобувачка 4-го курсу, факультету психології, політології та соціології Національного університету «Одеська юридична академія», проводжу навчальне дослідження для написання бакалаврської роботи на тему: «Особливості життєвого досвіду та пошуку сенсу життя особистості»

Дане опитування проводиться з метою дослідження особливостей життєвого досвіду та ціннісно-сислової сфери особистості. Отримані результати допоможуть проаналізувати індивідуальні життєві орієнтири, цінності та уявлення про власне життя.

Опитування триватимете не більше 10 хвилин!.

1. Ваш вік:

- До 18 років
- 18-25 років
- 26-35 років
- 36-45 років
- 46-55 років
- 56 років і старше

2. Стать:

- Чоловіча
- Жіноча
- Інше _____

3. Освіта:

- Середня
- Середня спеціальна
- Вища
- Інше _____

4. Чи працюєте Ви зараз?

- Працюю
- Не працюю
- Навчаюсь

5. Чи призначалось Вам кримінальне покарання?

- Так
- Ні

6. Вид покарання:

- Іспитовий строк
- Громадські роботи
- Штраф
- Інше _____
- Не застосовувалося/не було покарання

7. Які події були для Вас найбільш значущими? (можна обрати кілька варіантів)

Проблеми в сім'ї

Втрата близької людини

Фінансові труднощі

Проблеми із законом

Влив оточення (друзі або компанія)

Успіхи в навчанні/роботі

Створення сім'ї

Інше _____

8. Як Ви оцінюєте свій життєвий досвід загалом?

Переважно негативний

Скоріше негативний

Нейтральний

Скоріше позитивний

Позитивний

9. Наскільки життєві події вплинули на Ваше теперішнє життя? (оцінка по шкалі від 1 до 5)

1 бал

2 бали

3 бали

4 бали

5 балів

10. Події у моєму житті пов'язані між собою:

Зовсім не пов'язані

Слабо пов'язані

Частково пов'язані

Сильно пов'язані

Дуже сильно пов'язані

11. Моє правопорушення було наслідком:

Випадкових обставин

Впливу інших людей

Моїх власних рішень

Життєвих труднощів

Сукупності причин

Інше _____

12. Я вважаю, що міг(могла) уникнути правопорушення:

Так

Скоріше так

Важко сказати

Скоріше ні

Ні

Інше _____

13. Хто найбільше вплинув на мої життєві рішення:

Я сам(а)

Сім'я

Друзі/оточення

Обставини

Інше _____

14. Моє життя має сенс (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

1

2

3

4

5

15. Я розумію свої життєві цілі (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

1

2

3

4

5

16. Я відчуваю відповідальність за своє життя: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

1

2

3

4

5

17. Я можу знайти сенс життя навіть у складних ситуаціях: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

1

2

3

4

5

18. Моє майбутнє має для мене значення: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

1

2

3

4

5

19. Я усвідомлюю причини свого правопорушення:

Повністю

Частково

Слабо

Не усвідомлюю

Інше _____

20. Я відчуваю відповідальність за вчинене:

Повністю

Частково

Майже ні

Ні

Інше _____

21. Це правопорушення:

Повністю змінило моє життя

Частково змінило

Майже не вплинуло

Не вплинуло

Інше _____

22. Чи маєте Ви цілі на майбутнє:

Чіткі цілі

Є загальні плани

Немає чітких цілей

23. Ймовірність повторення правопорушення:

Дуже низька

Низька

Важко сказати

Висока

Дуже висока

Інше _____

24. Я вірю у можливість змінити своє життя: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

1

2

3

4

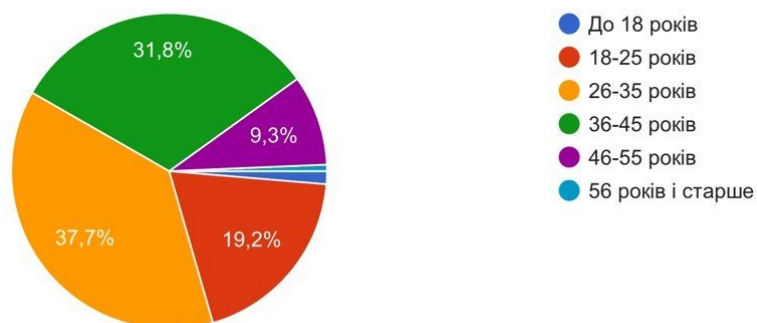
5

Дякуємо за участь!

Візуалізація результатів анкетування респондентів.

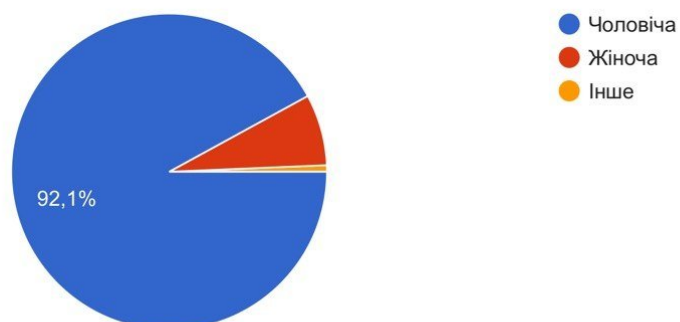
1. Ваш вік:

151 ответ



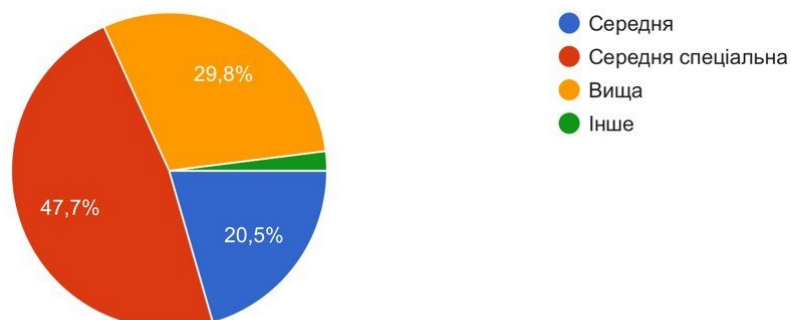
2. Стать:

151 ответ



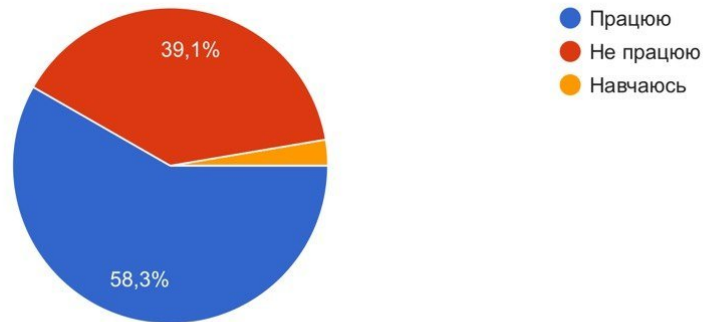
3. Освіта:

151 ответ



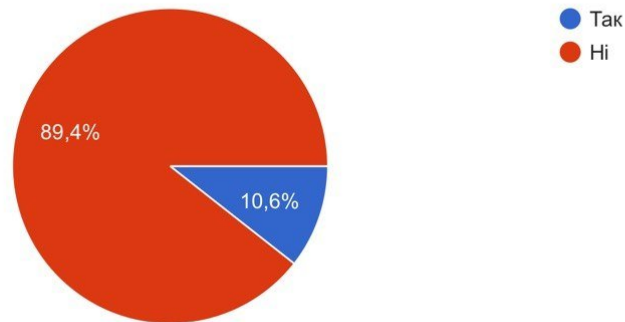
4. Чи працюєте Ви зараз?

151 ответ



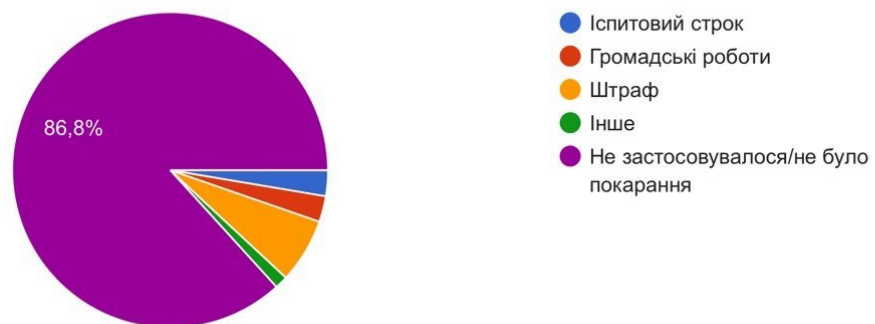
5. Чи призначалось Вам кримінальне покарання?

151 ответ



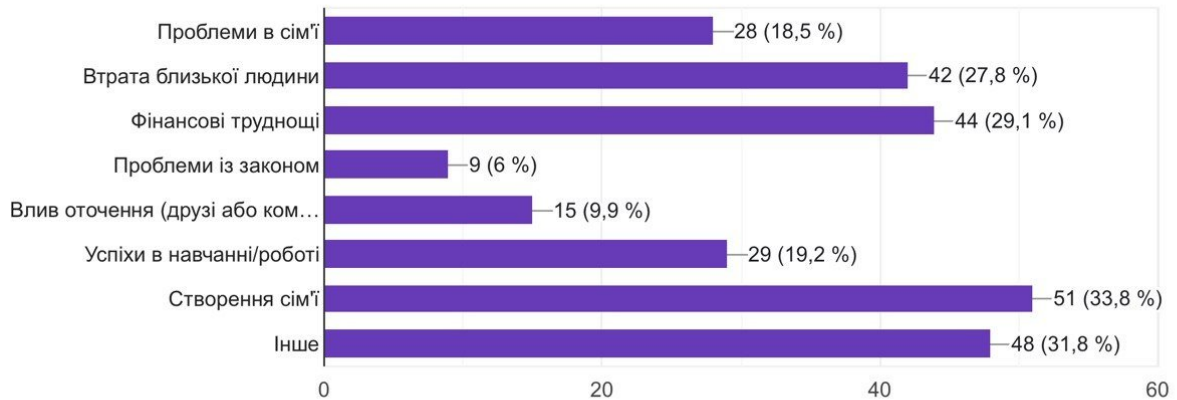
6. Вид покарання:

151 ответ



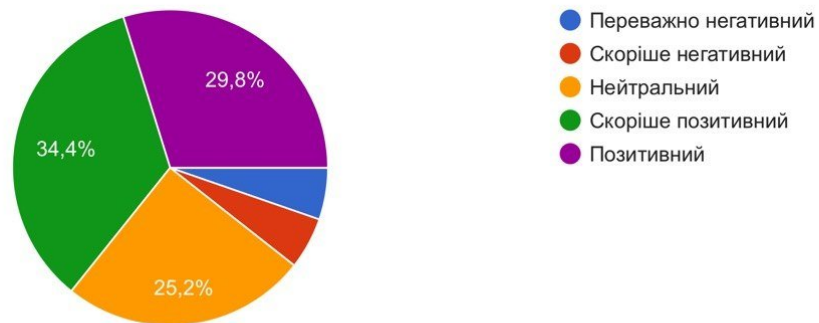
7. Які події були для Вас найбільш значущими? (можна обрати кілька варіантів)

151 ответ



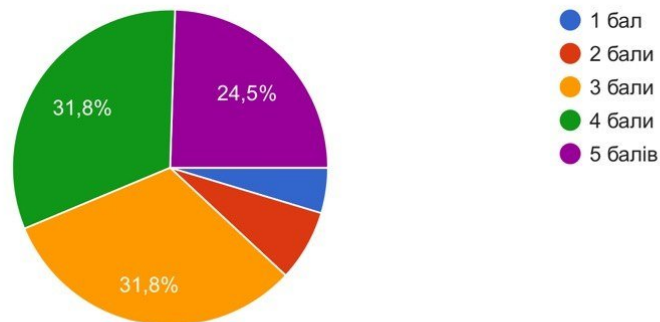
8. Як Ви оцінюєте свій життєвий досвід загалом?

151 ответ



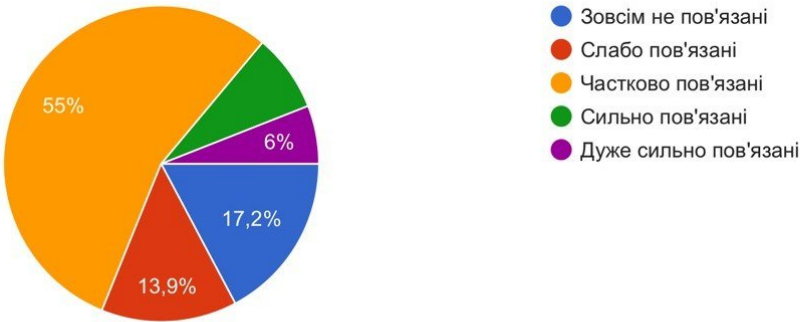
9. Наскільки життєві події вплинули на Ваше теперішнє життя? (оцінка по шкалі від 1 до 5)

151 ответ



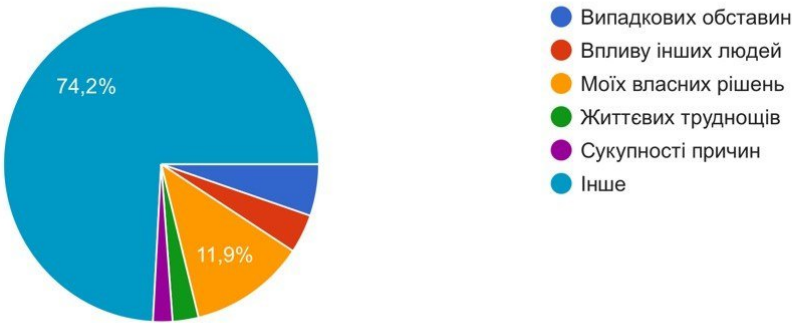
10. Події у моєму житті пов'язані між собою:

151 ответ



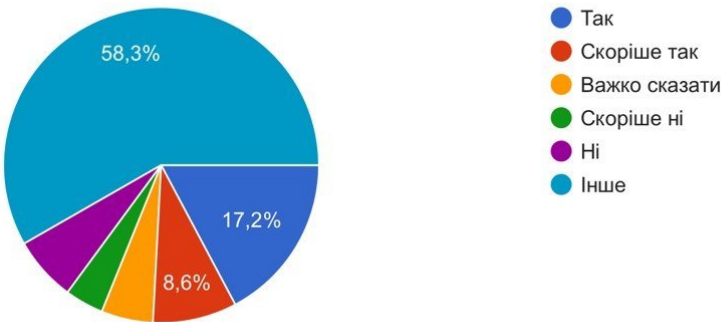
11. Моє правопорушення було наслідком:

151 ответ



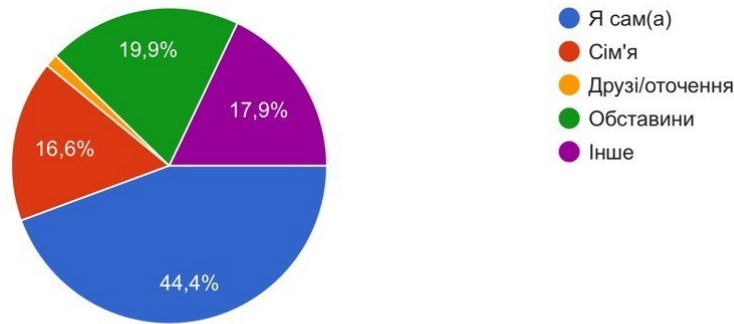
12. Я вважаю, що міг(могла) уникнути правопорушення:

151 ответ



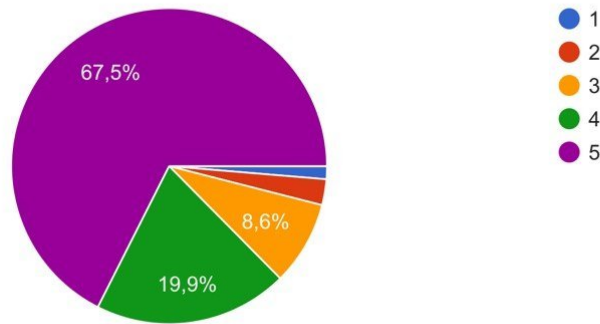
13. Хто найбільше вплинув на мої життєві рішення:

151 ответ



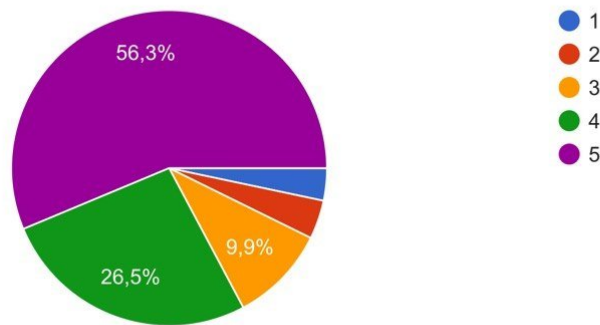
14. Моє життя має сенс (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

151 ответ



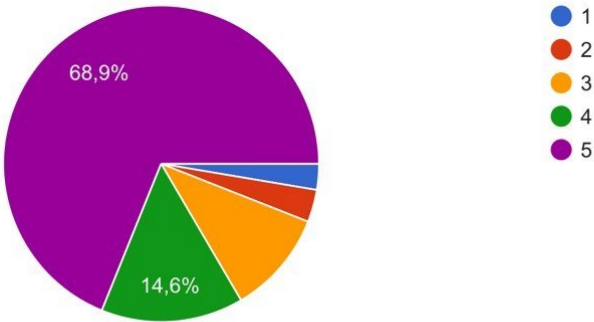
15. Я розумію свої життєві цілі (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

151 ответ



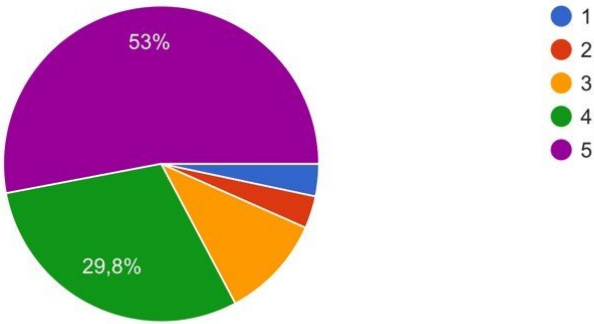
16. Я відчуваю відповідальність за своє життя: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

151 ответ



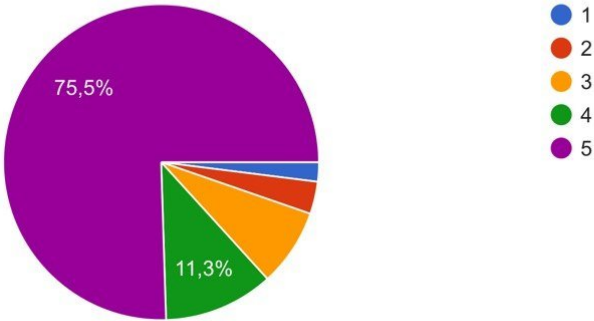
17. Я можу знайти сенс життя навіть у складних ситуаціях: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

151 ответ



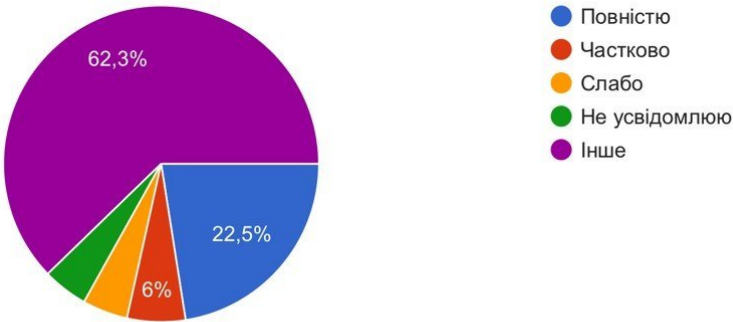
18. Моє майбутнє має для мене значення: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

151 ответ



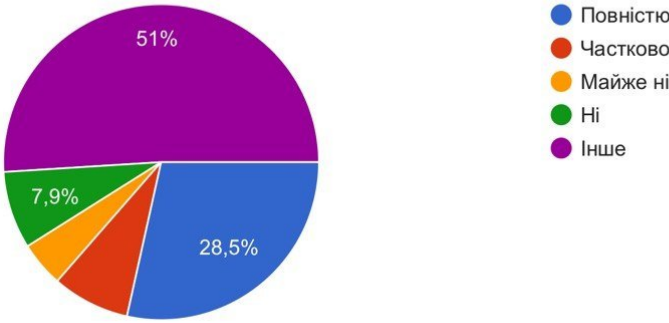
19. Я усвідомлюю причини свого правопорушення:

151 ответ



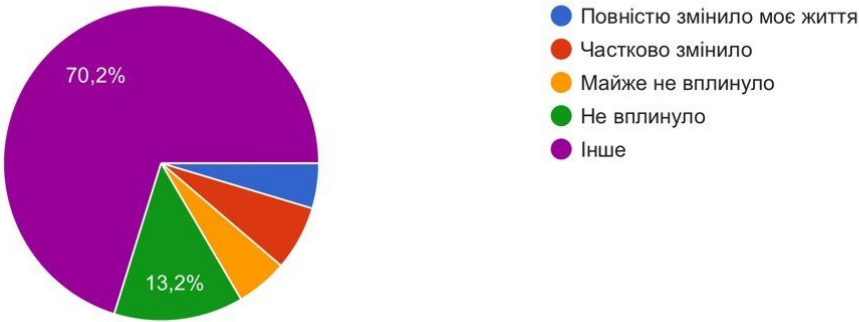
20. Я відчуваю відповідальність за вчинене:

151 ответ



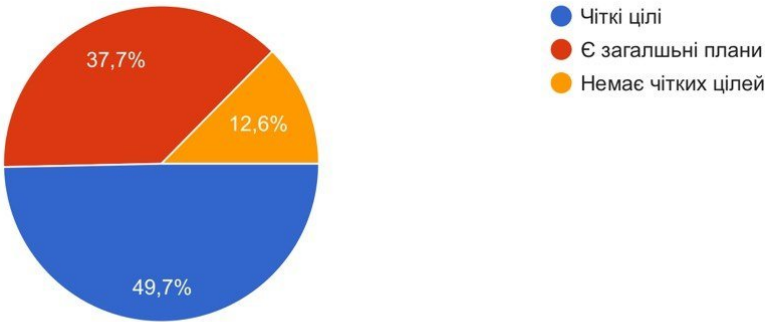
21. Це правопорушення:

151 ответ



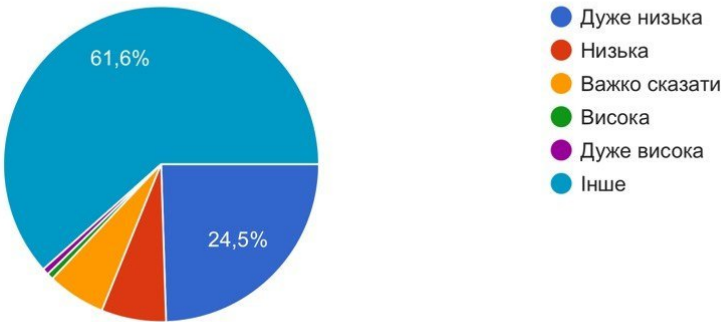
22. Чи маєте Ви цілі на майбутнє:

151 ответ



23. Ймовірність повторення правопорушення:

151 ответ



24. Я вірю у можливість змінити своє життя: (оцінка 1-мінімальний, 5-максимальний)

151 ответ

