

performance. In particular, we found that the prevail hardy-conviction of the today's students is the «challenge», while the level of «commitment» is below average, though exactly this attitude contributes to the most high achievements in the educational activity.

Статтю подано до друку 02.10.2014.

© 2014 р.

С. Л. Кравчук (м. Київ)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОРОМ'ЯЗЛИВОСТІ ТА ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Постановка проблеми. Визначення психологічних особливостей збентеження, сором'язливості стало предметом систематичних досліджень порівняно недавно. Сором'язливість – складна властивість, що охоплює широкий психологічний континуум. Вона може варіювати від періодичного відчуття незручності в соціальних ситуаціях до неврозу, який може повністю зруйнувати життя особистості.

Більшість сором'язливих людей сприймають сором'язливість як неприємну та небажану рису. Внаслідок сором'язливості люди переживають різної міри вираженості самотність, депресію, низьку самооцінку та невпевненість в собі. В чому полягають особливості зв'язку сором'язливості з емоційною стійкістю особистості?

Емоційні явища представлені не тільки ситуативними емоціями, але і стійкою схильністю до переживання емоцій певної модальності. Психологічні особливості емоційного реагування, що проявляються у особистості визначають її емоційність.

До проблеми дослідження особливостей емоційності особистості зверталися Б.М. Теллов (1960), В.Д. Небиліцин (1971), В.С. Мерлін (1973), П.Б. Зільберман (1973), Л.М. Аболін (1974), П. Фресс (1975), А. Басс та Р. Пломін (1975), В.К. Вілюнас (1976), Г.М. Бреслав (1977), Б.І. Додонов (1978), В.М. Русалов (1979), Я. Стреляу (1982), І.В. Пацявичус (1981), О. Кондаш (1981), А.Є. Ольшаннікова (1983), Ф. Крюгер (1984), Ф. Зімбардо (1991), П.І. Іванов (1995), В.Л. Маришук (1995), О.П. Саннікова (1997), М.В. Єрмолаєва (1999), Л.Я. Дорфман (1997), К. Ізард (2000), Г. Крейг (2000), Є.П. Ільїн (2002) та інші.

Під емоційною стійкістю слід розуміти несприйнятливості особистості до емоціогенних факторів, тобто наявна емоційна стабільність особистості.

Емоційна лабільність – швидкість, з якою припиняється даний емоційний стан чи відбувається зміна одного переживання іншим. Лабільність емоцій характеризується тим, що людина швидко реагує на зміну ситуацій, обставин, інших людей, вільно виходить з одних емоційних станів та входить в інші.

Надмірно виражена емоційна лабільність може ускладнювати відношення з оточуючими людьми, так як особистість стає реактивною, імпульсивною, погано керує собою. Емоційна лабільність робить людину нездатною виробити тверді погляди та переконання, сформувані симпатію чи антипатію до когось, набути постійні уподобання.

Сором'язливість як особливість особистості дуже близька до полохливості, а збентеження – до страху. Надмірна сором'язливість може мати певні негативні наслідки для особистості.

За даними В. Джонса та Б. Карпентера, сором'язливі люди описують себе як незграбних, як таких, що бояться злих язиків, не вміють наполягати на своєму, говорять, що вони приречені на самотність.

Саме тому вивчення психологічних особливостей зв'язку сором'язливості та емоційної стійкості залишається однією з важливих та актуальних проблем в психологічних дослідженнях щодо розуміння особливостей емоційних реакцій, емоційних властивостей, що визначають емоційність особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Збентеження можна визначити як зняковіння, відчуття незграбності. Сором'язливість відображує схильність до стресового реагування на звичайні життєві ситуації, що перебігає за пасивно-оборонним типом.

Найбільш значний внесок в розробку поняття "сором'язливість", здійснили Г. Кемпбелл (1896), Р. Кеттелл (1946), Д. Каплан (1972), Т.М. Сорокіна (1977), П. Пілконіс та Ф. Зімбардо (1979), І.С. Кон (1989), Дж. В.М. Куніцина (1995), М.В. Шингаєва (1998), Нгуен Кі Тионга (2000), Л.М. Галігузова (2000), Ільїн Є.П. (2002) тощо.

Сором'язливість – досить розповсюджене явище. Так, за даними Ф. Зімбардо [7], 80 % опитаних ним американців відповіли, що в деякий період свого життя вони були сором'язливими. За даними В.Н. Куніциної [11], у школярів розповсюдженість сором'язливості коливається від 25 % до 35 %.

Важливу роль у формуванні сором'язливості відіграють культурні цінності, соціальні норми та інші фактори середовища. Соціальні цінності одних культур в більшій мірі сприяють сором'язливості порівняно з іншими.

В суспільствах, що породжують сором'язливість, любов ставиться в залежність від досягнень, невдачі перебільшуються та інтерналізуються, винагороди є рідкими, а вільний вираз ідей та почуттів практично не отримують схвалення.

За даними Ф. Зімбардо, міра сором'язливості відрізняється у представників різних культур. У японців і на Тайвані вона вища. У них же набагато більше сором'язливих чоловіків, ніж жінок. В Ізраїлі, Мексиці, Індії, навпаки, більш сором'язливі жінки. В США ці відмінності відсутні.

У маленьких дітей збентеження виникає без видимої причини, при звертанні до них незнайомих людей. У дорослих людей збентеження може викликатись як невдачею в будь-якій справі, так і успіхом.

К. Ізард [8] виділяє 2 типи збентеження: соціальне та особистісне. На його думку, перший тип пов'язаний із стурбованістю людини тим, яке враження вона здійснює на людей, наскільки вона може відповідати їх очікуванням. Другий тип пов'язаний з наявністю суб'єктивного відчуття дискомфорту, саме переживання збентеження.

Легкість виникнення збентеження характеризує емоційну властивість особистості, що називається сором'язливістю.

В працях психоаналітичної орієнтації сором'язливість пов'язується з відхиленнями в розвитку особистості, коли порушується гармонія "Воно", "Я" та "Над-Я".

Так, Д. Каплан розцінює сором'язливість як результат орієнтації "Я" на себе (прояв нарцисизму). Вчений вважає, що глибоко сором'язливі люди схильні до фантазій, які доставляють їм велике задоволення. Тобто, сором'язливі люди схильні до яскравих і тривалих мрій – "снів наяву".

Р. Кеттелл розглядає сором'язливість як біологічно обумовлену рису, пов'язану із збудливістю нервової системи. Він стверджує, що сором'язливі люди мають високу збудливість нервової системи і високу чутливість. Внаслідок цього вони особливо вразливі до соціального стресу.

Дж. Чік також вважає, що близько 40 % людей сором'язливі від природи. У таких людей є певна біологічна схильність симпатичної нервової системи, яка полягає в надмірній чутливості до конфліктів та погроз.

Д. Деніелс та Р. Пломін вказують, що сором'язливість обумовлена як спадковістю, так і умовами виховання.

Сучасні біхевіористи говорять, що сором'язливість – це закріплена фобічна реакція на соціальні події. Це закріплення може бути результатом наступних передумов: - попереднього негативного досвіду в спілкуванні з людьми в певних ситуаціях як при безпосередньому контакті, так і при спостереженні за невдачами інших. Найбільше збентеження спостерігається в тому випадку, якщо людина зазнає невдачу в групі. А при неуспішності в одиночній ситуації збентеження буває виражене слабше внаслідок відсутності інших; - відсутності “правильних” соціальних навичок; - побоювання власної неадекватної поведінки і, як її наслідку, постійного неспокою відносно правильності своїх дій; - визнання власної неповноцінності, наприклад: “Я сором'язливий”, “Я не зможу це зробити”, “Хочу до мами” тощо.

Згідно біхевіористам, дитина може навчитись сором'язливості.

Згідно Ф. Зімбардо, сором'язливість – не особистісний розлад, а, скоріше за все, певний паттерн чи риса, пов'язана із прагненням уникати спілкування чи ухилятися від соціальних контактів. На його думку, сором'язливість може бути проявом певного роду соціальної фобії.

Серед найбільш впливових факторів, що визначають збільшення сором'язливих людей Ф. Зімбардо виділяє наступні:

1) комп'ютерні технології та інформаційну дієвість інтеракцій, що дозволяють людям, зберігаючи дистанцію, підтримувати контакти з іншими людьми за відсутності безпосереднього особистісного спілкування;

2) автоматизація роботи, що зменшує процес живого спілкування;

3) вплив безконтрольної криміналізації суспільства, що виховує в людях страх, який утримує їх від контактів;

4) незворотні зміни в сімейних структурах, що відображують збільшення в декілька разів розлучень, сімей з одним батьком чи відсутністю батьків дома через надмірну зайнятість. Все це навчає дітей стереотипам взаємодії, яку вони пізніше переносять в своє життя;

5) зниження цінності спільного відпочинку [7].

П. Пілконіс та Ф. Зімбардо виявили, що сором'язливі люди мають меншу екстравертованість, менший контроль над своєю поведінкою в ситуаціях соціальної взаємодії і більш стурбовані взаємовідносинами з оточуючими, ніж не сором'язливі люди.

І.С. Кон [10] вважає, що сором'язливість обумовлена інтроверсією, зниженою самоповагою, невдалим досвідом міжособистісних контактів.

Вчені розрізняють вікову сором'язливість, яка виникає в період активного засвоєння дитиною соціального досвіду.

Так, відомий американський психолог, професор Гарвардського університету Дж. Каган зі своїми співробітниками виявили, що деякі новонароджені мають тенденцію, яку можна назвати “вразливістю” чи “боязкістю”, що проявляється при зустрічі з незнайомими предметами, людьми чи ситуаціями. Встановлено, що ця тенденція зберігається в поведінці суб'єкта і в подальшому.

Під час свого першого шкільного дня “вразливі”, стоячи в стороні, зосереджено спостерігають за іграми своїх більш розкутих однолітків. Ці психологічні особливості поступово трансформуються в стійку рису у дорослих людей, які частіше залишаються сором'язливими протягом всього свого життя.

Отже, можна відмітити зв'язок сором'язливості з однією з темпераментальних тенденцій, що виявляється вже у новонароджених. Таку тенденцію Дж. Каган назвав “стримуванням”. На думку вченого, схильність до такого типу поведінки може потім розвинути в форму соціальної тривожності, що розглядається як “виучені реакції”.

П. Пілконіс та Ф. Зімбардо серед учнів 4-6-х класів шкіл і коледжів виявили 42 % сором'язливих, причому відмінностей між хлопчиками та дівчатами за частотою її проявів не було. Але вже в 7-8-х класах їх кількість збільшилась до 54 %, причому за рахунок дівчат.

За дослідженнями, дитяча сором'язливість – явище, що зникає разом з появою досвіду контактів.

Дані Л.Н. Галігузової [4] свідчать про те, що існує сензитивний період сором'язливості. В лонгітюдному дослідженні нею виявлено, що сором'язливість слабше за все проявляється у 4-х річних дітей, різко зростала на 5 році життя, знижувалась до 6 років і значно скорочувалась до 7 років.

Істотно і те, що після 4-х років розширюється сфера прояву сором'язливості [4].

За даними вчених, сором'язливість особливо різко проявляється в юності.

В.Л. Леві і Л.З. Волков [12] виділяють три типи патологічної сором'язливості підлітків:

1. Шизоїдно-інтровертований тип.

Даний тип пов'язаний з ізолюваністю підлітка в групі, його неконформною поведінкою, скороченням спілкування з людьми ("втеча від оцінок"). Ця форма, досить близька до аутистичності, є стійкою і найбільш несприятливою в сенсі терапевтичного прогнозу.

2. Псевдошизоїдний тип.

Даний тип виникає у "закомплексованої" людини через наявні у неї фізичні дефекти, фізичну чи соціальну неповноцінність (ожиріння, заїкання, косоокість, смішне ім'я чи прізвище). Сором'язливість даного типу проявляється тільки з незнайомими людьми. Намагаючись подолати сором'язливість, підлітки часто проявляють розв'язність.

3. Психастенічний тип.

Даний тип характеризується зниженим рівнем домагань в старшому віці, відсутністю прагнення до лідерства, конформною поведінкою. Запущена сором'язливість може приймати різні форми "втечі", в тому числі і пристрасті до алкоголю, наркотиків.

Результати досліджень показують, що чоловіки, які були сором'язливі в дитинстві (у віці 8 років), пізніше одружувались, пізніше ставали батьками і пізніше набували стабільного положення, ніж не сором'язливі.

Жінки, сором'язливі в дитинстві, продовжували залишатись такими без шкідливих для себе наслідків. Вони вчасно виходили заміж і заводили дітей, але тільки менше часу віддавали професійній кар'єрі. Вони виходили заміж за чоловіків, що мають більш високе соціальне положення, можливо тому, що сором'язлива жінка вважається більш відповідною для домашнього життя дружиною [13].

За даними вчених П. Пілконіса та Ф. Зімбардо, надмірна сором'язливість має негативні наслідки: 1. Сором'язливість сприяє соціальній ізоляції і тим самим повністю чи частково позбавляє людину радості спілкування та соціальної, зокрема емоційної, підтримки. 2. Людина виявляється вразливою в стресових ситуаціях внаслідок нерозвиненості навичок соціальної взаємодії. 3. У сором'язливих людей складається неправильне уявлення про свою соціальну поведінку. 4. Сором'язливість не дає можливості іншим людям позитивно оцінити достоїнства сором'язливої людини. Іноді збентеження розцінюється як замкненість, відчуженість, зазнайство, пихатість. 5. Сором'язливість утримує людину від виразу власних думок. Людина не здатна відстоювати свої права. 6. Сором'язливість, як правило, супроводжується негативними переживаннями самотності, тривоги і депресії.

Сама значна міра збентеження спостерігається в тому випадку, якщо людина зазнає невдачу в групі.

При неуспіху в одиночній ситуації збентеження буває виражено слабко внаслідок відсутності інших.

Переживання збентеження часто перебігає на фоні інтересу до людей та страху перед соціальною взаємодією.

Тому Е. Шостром називає сором'язливість дивною емоцією, яка позначає одночасно тенденцію до створення контакту та уникнення його. В результаті вона заважає людині, обмежуючи її свободу.

Значний внесок в розробку понять “емоційна стійкість”, “емоційна лабільність” та “емоційна нестійкість” здійснили Т. Рібо (1899), К.К. Платонов, Л.М. Шварц (1948), Дж. Гілфорд (1959), М.Д. Левітов (1964), Л.С. Славина (1966), С.М. Оя (1969), П.Б. Зільберман (1974), В.М. Смірнов та А.І. Трохачев (1974), П. Фресс (1975), Я. Рейковський (1979), О.А. Чернікова (1980), Г.Б. Суворов (1981), В.М. Писаренко (1986), Л.М. Аболін (1987), М.О. Амінов (1988), О.Ф. Лазурський (1995), М.І. Дьяченко та В.О. Пономаренко (1990), Л.П. Баданіна (1996), Є.П. Ільїн (2002) та інші.

П. Фресс вказує, що емоційна нестійкість характеризується чутливістю людини до емоціогенних ситуацій [17].

В.М. Смірнов та А.І. Трохачев зазначають, що під емоційною стійкістю можна розуміти константність психічних та рухливих функцій в умовах емоціогенних впливів [16].

Л.П. Баданіна розуміє під емоційною нестійкістю інтегративну особистісну властивість, що відображує схильність людини до порушення емоціональної рівноваги [2]. В число показників цієї властивості можна включити підвищену тривожність, фрустрованість, страхи, нейротизм.

Дослідники О.А. Чернікова [18], М.О. Амінов [1] розглядають емоційну стійкість як емоційну стабільність, так як вони говорять про стійкість певного емоційного стану. Під емоційною стійкістю слід розуміти несприйнятливості до емоціогенних факторів, а також здатність контролювати та стримувати астенічні емоції, що виникають.

Є.П. Ільїн вказує, що не існує “загальної” емоційної стійкості. Для різних емоціогенних факторів ця стійкість буде різною [9]. Тому, на його думку, правильніше було б говорити не про емоційну стійкість, а про стійкість особистості до конкретного емоціогенного фактору.

Я. Рейковський розглядає емоціональну стійкість як гіпотетичну особливість людини та вказує на два її значення: 1) людина є емоційно стійкою, якщо її емоціональне збудження, незважаючи на сильні подразники, не перевищує порогової величини; 2) людина є емоціонально стійкою, так як, незважаючи на сильне емоціональне збудження, в її поведінці не спостерігається порушень [15]. Отже, на думку Я. Рейковського, емоційна стійкість може розглядатися як здатність емоційно збудженої людини зберігати певну спрямованість своїх дій, адекватне функціонування та контроль над виразом емоцій.

М.І. Дьяченко та В.О. Пономаренко вказують, що під емоційною стійкістю слід розуміти властивість особистості та психічний стан, що забезпечує доцільну поведінку в екстремальних ситуаціях [5]. М.І. Дьяченко та В.О. Пономаренко вказують, що емоційна стійкість як якість особистості є єдністю компонентів: 1) мотиваційного. Сила мотивів визначає в значній мірі емоційну стійкість. Одна і та ж людина може виявити різну міру емоційної стійкості залежно від того, які мотиви збуджують її проявляти активність. Змінюючи мотивацію, можна збільшити (чи зменшити) емоційну стійкість; 2) емоціонального досвіду особистості, накопиченого в процесі подолання негативних впливів екстремальних ситуацій; 3) вольового, який виражається в свідомій саморегуляції дій, приведенні їх у відповідність з вимогами ситуації; 4) інтелектуального. Даний компонент передбачає оцінку та визначення вимог ситуації, прогноз її можливої зміни, прийняття рішень про способи дій.

К.К. Платонов поділяє емоційну стійкість на емоційно-вольову, емоційно-моторну та емоційно-сенсорну [14]. Емоційно-вольова стійкість характеризується мірою вольового

володіння людиною своїми емоціями. Емоційно-моторна стійкість передбачає стійкість психомоторики, а емоційно-сенсорна – стійкість сенсорних дій.

П.Б. Зільберман розглядає емоційну стійкість як адаптацію до емоційно значимої ситуації. Вчений виділяє дві стадії: 1) емоційна реактивність, що характеризується вегетативними зрушеннями, які виникають в організмі під впливом емоціогенного фактору; 2) емоційна адаптація до зрушень вегетатики, що виникли в організмі. На другій стадії здійснюється пригнічення вегетативних зрушень, що виникли, та здійснюється саморегуляція, спрямована на збереження доцільної поведінки. А саморегуляція – це вольовий процес [6].

Дослідник Б.Х. Варданян також визначає емоційну стійкість як властивість особистості, що забезпечує гармонійне відношення між всіма компонентами діяльності в емоціогенній ситуації і тим самим сприяючи успішному виконанню діяльності [3].

Є.П. Ільїн вказує, що про справжню емоційну стійкість слід говорити в тому випадку, коли можна визначити: 1) час появи емоційного стану при тривалій та постійній дії емоціогенного фактору; чим пізніше з'являються емоційні стани, тим вищою є емоційна стійкість; 2) сила емоціогенного фактору, яка викликає певний емоційний стан; чим більшою повинна бути сила цього впливу, тим вищою є емоційна стійкість людини [9].

На думку Є.П. Ільїна, не існує загальної емоційної стійкості. До різних емоціогенних факторів ця стійкість буде різною. Є.П. Ільїн зазначає, що правильніше говорити не про емоційну стійкість, а про стійкість особистості до конкретного емоціогенного фактору.

На нашу думку, необхідно розглядати емоційну стійкість особистості як її інтегральну характеристику, що базується на взаємодії емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності особистості.

Формулювання цілі статті. Наша мета: з'ясувати психологічні особливості зв'язку сором'язливості, емоційної стійкості з індивідуально-психологічними характеристиками особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. В нашому дослідженні взяли участь 925 осіб юнацького віку. Серед них: 157 осіб – студенти Київського державного університету харчових технологій, 176 осіб – студенти Київського національного університету імені Тараса Шевченка, 255 осіб – студенти Національного університету імені М.П. Драгоманова, 337 осіб – студенти Київського національного лінгвістичного університету.

З метою дослідження психологічних особливостей емоційної лабільності та емоційної стійкості особистості нами використовувались наступні методики: 1) Фрайбурзький особистісний опитувальник (автори: Й. Фаренберг, Х. Зелг, Р. Гампел) для діагностики індивідуально-психологічних характеристик, що мають першорядне значення для процесів соціальної адаптації та регуляції поведінки; 2) особистісний опитувальник – Інтерперсональний діагноз Т. Лірі для діагностики міжособистісних відносин та властивостей особистості, істотних при взаємодії з іншими людьми; 3) опитувальник, спрямований на діагностику типологій психологічного захисту (автор: Р. Плутчик); 4) опитувальник САМОАЛ (А.В. Лазукін в адаптації Н.Ф. Каліна).

Згідно результатам кореляційного дослідження за коефіцієнтом кореляції Пірсона були виявлені прямі значущі зв'язки сором'язливості з фемінінністю (відповідно $r = 0,62$, $p < 0,01$), емоційною лабільністю (відповідно $r = 0,49$, $p < 0,01$), депресивністю (відповідно $r = 0,44$, $p < 0,01$), невротичністю (відповідно $r = 0,36$, $p < 0,01$), дратівливістю (відповідно $r = 0,36$, $p < 0,01$).

Також були виявлені зворотні значущі сором'язливості з саморозумінням (відповідно $r = -0,48$, $p < 0,01$), прагненням до самоактуалізації (відповідно $r = -0,45$, $p < 0,01$), креативністю (відповідно $r = -0,43$, $p < 0,01$), аутосимпатією (відповідно $r = -0,43$, $p < 0,01$), цінностями

особистості, що прагне до самоактуалізації (відповідно $r = -0,28$, $p < 0,01$), автономністю (відповідно $r = -0,27$, $p < 0,01$), орієнтацією в часі (відповідно $r = -0,22$, $p < 0,01$).

Це свідчить про те, що особистість юнацького віку з сором'язливістю більш схильна до фемінінності, емоційної лабільності, депресивності, невротичності, дратівливості.

Особистість юнацького віку з сором'язливістю менш схильна до саморозуміння, прагнення до самоактуалізації, креативності, аутосимпатії, цінностями особистості, що прагне до самоактуалізації, автономністю, не розуміє екзистенційну цінність життя "тут і тепер".

Згідно результатам кореляційного дослідження за коефіцієнтом кореляції Пірсона були виявлені прямі значущі зв'язки сором'язливості з наступними механізмами психологічного захисту: проекцією (відповідно $r = 0,31$, $p < 0,01$), заміщенням (відповідно $r = 0,29$, $p < 0,01$). Також був виявлений зворотній значущий зв'язок сором'язливості з запереченням (відповідно $r = -0,20$, $p < 0,01$).

Це свідчить про те, що особистість юнацького віку з сором'язливістю більш схильна до використання таких механізмів психологічного захисту як проекція, заміщення та менш схильна до використання заперечення.

Були виявлені зворотні значущі зв'язки нестійкого емоційного стану із схильністю до афективного реагування з цінностями особистості, що прагне до самоактуалізації (відповідно $r = -0,57$, $p < 0,01$), орієнтацією в часі (відповідно $r = -0,30$, $p < 0,01$), позитивним поглядом на природу людини (відповідно $r = -0,25$, $p < 0,01$), врівноваженістю (відповідно $r = -0,27$, $p < 0,01$).

Це свідчить про те, що особистість юнацького віку з емоційною стійкістю менш схильна до невротичності, емоційної лабільності, депресивності, сором'язливості, реактивної агресивності, спонтанної агресивності та більш схильна до врівноваженості, поділяє цінності особистості, що прагне до самоактуалізації, розуміє екзистенційну цінність життя "тут і тепер", має позитивний погляд на природу людини.

За результатами кореляційного дослідження за коефіцієнтом кореляції Пірсона були виявлені прямі значущі зв'язки емоційної нестійкості з наступними механізмами психологічного захисту особистості: заміщенням (відповідно $r = 0,69$, $p < 0,01$), регресією (відповідно $r = 0,43$, $p < 0,01$), проекцією (відповідно $r = 0,36$, $p < 0,01$), раціоналізацією (відповідно $r = 0,26$, $p < 0,01$), витісненням (відповідно $r = 0,27$, $p < 0,01$). Це свідчить про те, що особистість юнацького віку з емоційною стійкістю менш схильна до використання заміщення, регресії, проекції, раціоналізації, витіснення.

За коефіцієнтом кореляції Пірсона були виявлені зворотні значущі зв'язки сором'язливості з життєстійкістю особистості (відповідно $r = -0,55$, $p < 0,01$); емоційної лабільності з життєстійкістю особистості (відповідно $r = -0,42$, $p < 0,01$). Також був виявлений зворотній значущий зв'язок емоційної нестійкості з життєстійкістю особистості (відповідно $r = -0,51$, $p < 0,01$). Отримані результати свідчать про те, що особистість юнацького віку з сором'язливістю, емоційною нестійкістю, емоційною лабільністю менш схильна до життєстійкості.

За коефіцієнтом кореляції Пірсона були виявлені прямі значущі зв'язки емоційної стійкості з орієнтацією в часі (відповідно $r = 0,44$, $p < 0,01$), саморозумінням (відповідно $r = 0,30$, $p < 0,05$) та прагненням до самоактуалізації (відповідно $r = 0,33$, $p < 0,05$).

Особистість з емоційною стійкістю живе теперішнім, не відкладає своє життя "на потім" та не є невротично заглибленою в минулі переживання. Така особистість добре розуміє екзистенційну цінність життя "тут і тепер", здатна отримувати задоволення від актуального моменту. Емоційно-лабільна особистість невротично заглиблена в минулі переживання, має завищене прагнення до досягнень, недовірлива, невпевнена в собі.

Згідно результатам коефіцієнта кореляції Пірсона, виявились зворотні значущі зв'язки емоційної стійкості з регресією (відповідно $r = -0,73$, $p < 0,01$), заміщенням (відповідно $r = -0,51$, $p < 0,01$) та витісненням (відповідно $r = -0,43$, $p < 0,01$) як механізмів психологічного захисту особистості та прямий значущий зв'язок з інтернальним локусом контролю (відповідно $r = 0,34$, $p < 0,05$). Особистість з емоційною лабільністю характеризується схильністю до застосування регресії, заміщення, витіснення як механізмів психологічного захисту особистості та екстернального локусу контролю.

Емоційна стійкість позитивно впливає на ефективність діяльності та зменшує негативний вплив сильних стресових факторів. Емоційна стійкість характерна для тих осіб, які краще здійснюють контроль своїх власних емоційних реакцій. Емоційна стійкість виражається в здатності особистості забезпечувати можливість збереження певної спрямованості дій особистості в емоціогенній ситуації за допомогою саморегуляції та самоконтролю.

Висновки та перспективи подальших досліджень у даному напрямку.

1. Сором'язливість – складна властивість, що охоплює широкий психологічний континуум та може варіювати від періодичного відчуття незручності в соціальних ситуаціях до неврозу. Сором'язливість як властивість, пов'язана із прагненням уникати спілкування чи ухилятися від соціальних контактів. Сором'язливість відображує схильність до стресового реагування на звичайні життєві ситуації, що перебігає за пасивно-оборонним типом. 2. Емоційну стійкість слід розглядати як психічний стан та інтегративну властивість особистості, що характеризується взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності особистості. 3. Особистість юнацького віку з сором'язливістю більш схильна до фемінінності, емоційної лабільності, депресивності, невротичності, дратівливості. 4. Особистість юнацького віку з сором'язливістю менш схильна до саморозуміння, прагнення до самоактуалізації, креативності, аутосимпатії, цінностей особистості, що прагне до самоактуалізації, автономності, не розуміє екзистенційну цінність життя “тут і тепер”. 5. Особистість юнацького віку з сором'язливістю більш схильна до використання таких механізмів психологічного захисту як проєкція, заміщення та менш схильна до використання заперечення. 6. Особистість юнацького віку з емоційною стійкістю менш схильна до невротичності, емоційної лабільності, депресивності, сором'язливості, реактивної агресивності, спонтанної агресивності та більш схильна до врівноваженості, поділяє цінності особистості, що прагне до самоактуалізації, розуміє екзистенційну цінність життя “тут і тепер”, має позитивний погляд на природу людини. 7. Особистість юнацького віку з емоційною стійкістю менш схильна до використання заміщення, регресії, проєкції, раціоналізації, витіснення. 8. Особистість юнацького віку з сором'язливістю, емоційною нестійкістю, емоційною лабільністю менш схильна до життєстійкості. 9. Особистість з емоційною стійкістю живе теперішнім та не є невротично заглибленою в минулі переживання. Емоційно-лабільна особистість невротично заглиблена в минулі переживання, має завищене прагнення до досягнень, недовірлива, невпевнена в собі.

В подальшому ми плануємо продовжити розробку проблеми вивчення психологічних особливостей сором'язливості та емоційної стійкості особистості, подолання стресів, особливостей змін, що відбуваються у свідомості сучасної молоді.

Література

1. Аминов Н.А. Психофизиологические и психологические предпосылки педагогических способностей / Н.А. Аминов // Вопросы психологии. – 1988. – № 5. - С. 71-77.
2. Баданина Л.П. Соотношение психологических и нейропсихологических коррелятов эмоциональной неустойчивости у младших школьников: [Автореф. дис. ...канд. наук] / Л.П. Баданина. – СПб., 1996. - 21 с.

3. Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы / Б.Х. Варданян. – М., 1983. - С. 542-543.
4. Галигузова Л.Н. Психологический анализ феномена детской застенчивости / Л.Н. Галигузова // Вопросы психологии. – 2000. – № 5. - С. 28-38.
5. Дьяченко М.И. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости / М.И. Дьяченко, В.А. Пономаренко // Вопросы психологии. – 1990. – № 1. - С. 106-113.
6. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость и стресс / П.Б. Зильберман // Психический стресс в спорте: Материалы Всесоюзного симпозиума. – Пермь, 1973. - С. 13-15.
7. Зимбардо Ф. Застенчивость (что это такое и как с ней справиться) / Ф. Зимбардо. – С.-Пб.: Питер Пресс, 1995. - 256 с.
8. Изард К. Психология эмоций / К. Изард. – С.-Пб.: Питер, 2000. - 464 с.
9. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – С.-Пб.: Питер, 2001. - 752 с.
10. Кон И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М., 1989. - 252 с.
11. Куницына В.Н. Нарушения, барьеры, трудности межличностного неформального общения / В.Н. Куницына // Актуальные проблемы психологической теории и практики. – С.-Пб., 1995. - С. 82-92.
12. Леви В.Л. Застенчивость как межгрупповой феномен / В.Л. Леви, Л.З. Волков // Проблемы взаимодействия в группах учащихся. – Минск, 1970. - С. 23-46.
13. Либин А.В. Дифференциальная психология: На пересечении европейских, российских и американских традиций / А.В. Либин. – М.: Смысл, 2004. - 701 с.
14. Платонов К.К. Очерки психологии для лётчиков / К.К. Платонов, Л.М. Шварц. – М., 1948. - 192 с.
15. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковский. – М., 1979. - 392 с.
16. Смирнов В.М. О психологии, психопатологии и физиологии эмоций / В.М. Смирнов, А.И. Трохачев // Чувства, влечения, эмоции / Под ред. В.С. Дерябина. – Л., 1974. - 258 с.
17. Фресс П. Эмоции / П. Фресс // Экспериментальная психология. – Вып. 5. – М.: Прогресс, 1975. - С. 111-195.
18. Черникова О.А. Соперничество, риск, самообладание в спорте / О.А. Черникова. – М., 1980. - 336 с.

Представлены результаты исследования особенностей связи застенчивости, эмоциональной устойчивости личности юношеского возраста с индивидуально-психологическими характеристиками. Осуществлен анализ понятий “застенчивость” и “эмоциональная устойчивость” личности. Отмечено, что застенчивость – сложное свойство, которое охватывает широкий психологический континуум и может изменяться от периодического ощущения неудобства в социальных ситуациях до невроза. Проанализировано, что эмоциональная устойчивость – интегративное свойство личности, которое характеризуется взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных и мотивационных компонентов психической деятельности личности.

The results of research of peculiarities of connection of diffidence and emotional stability are presented with individual-psychological characteristics of personality. The analysis of notions of diffidence and emotional stability is realized. It is analysed, that diffidence is complicated property, which takes in wide psychological spectrum and can changes from periodic feeling of inconvenience in social situations to neurosis. It is analysed, that emotional stability is integrative property of personality which is characterized co-operation of emotional, will, intellectual and motivational components of psychical activity of personality. It is exposed, that emotional stability it follows to understand property of personality and mental state.

Статтю подано до друку 10.12.2014.