

## **СИМПТОМОКОМПЛЕКС «ЕМОЦІЙНОГО ХОЛОДУ» У СТРУКТУРІ ЖИТТЄВИХ СТРАТЕГІЙ ОСОБИСТОСТІ**

Роботу присвячено вивченню взаємозв'язку симптомокомплексу «емоційного холоду» з життєвими стратегіями особистості на вибірці студентської молоді. Виділено три типологічних варіанти життєвих стратегій. Показано, що структурні компоненти симптомокомплексу «емоційного холоду» формують певні життєві стратегії особистості. «Здорова залежність» незалежно від статі досліджуваних є складовою смислоутворювальною життєвою стратегією. Компонент «злиття» утворює фундамент для формування залежної життєвої стратегії. Компонент «сепарація» сприяє формуванню автономної життєвої стратегії.

*Ключові слова:* симптомокомплекс «емоційного холоду», життєві стратегії особистості.

**И.А. Бару**

## **СИМПТОМОКОМПЛЕКС «ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ХОЛОДА» В СТРУКТУРЕ ЖИЗ- НЕННЫХ СТРАТЕГИЙ ЛИЧНОСТИ**

Работа посвящена изучению взаимосвязи симптомокомплекса «эмоционального холода» с жизненными стратегиями личности на выборке студенческой молодежи. Выделены три типологических варианта жизненных стратегий. Показано, что структурные компоненты симптомокомплекса «эмоционального холода» формируют определенные жизненные стратегии личности. «Здоровая зависимость» независимо от пола испытуемых является составляющей смыслообразующей жизненной стратегии. Компонент «слияние» образует фундамент для формирования зависимой жизненной стратегии. Компонент «сепарация» способствует формированию автономной жизненной стратегии.

*Ключевые слова:* симптомокомплекс «эмоционального холода», жизненные стратегии личности.

**I.A. Baru**

## **„EMOTIONAL COLDNESS“ SYMPTOM COMPLEX WITHIN THE PERSONALITY'S STRUCTURE OF LIFE STRATEGIES**

The work is devoted to studying of interrelation «emotional coldness» symptom-complex with personality's life strategies on student's youth sample. It is outstanding existing of three typological life strategies variants. It is shown, that structural components of «emotional coldness» symptom-complex are associated with certain variant of personality's life strategy. «Healthy dependence» is linked to the sense-creating life strategy independently from the sex of examining people. The component «fusion» forms the base to formation of dependent life strategy. The component «separation» promotes formation of independent life strategy.

*Key words:* «emotional coldness» symptom-complex, personality's life strategies.

Сучасна ситуація розвитку особистості характеризується наявністю серйозних проблем в процесі соціалізації, що пов'язане з появою нових психологічних феноменів, таких як девальвація дорослості, інфантильність, страх психологічної

інтимності, співзалежність і тому подібне. Все це приводить до спотворення шляху розвитку особистості, відмові від юридично реєстрованих форм браку і популярності цивільних браків і неосексуальних технік, руйнуванню інституту сім'ї, значній трансформації життєвих цінностей сучасної молоді. У зв'язку з цим виникає необхідність дослідження включеності різних форм порушення партнерської взаємодії в структуру життєвих стратегій сучасної молоді з метою виявлення «нормативних» і «девіантних» моделей соціалізації особистості.

Аналіз проблеми формування життєвих стратегій особистості показує, що існують різні позиції її визначення і розуміння: як проблеми життєвого шляху особистості (Б.Г. Ананьєв, С.Л. Рубінштейн), як вибудовування часової перспективи (О.Б. Бекасов, Є.І., Головаха, В.І. Ковальов, А.А. Кронік), як побудова життєвої перспективи (Р. Кастенбаум, К. Левін, Ж. Нюттен, Л. Франк), як прийняття стилю життя, життєвого сценарію (А. Адлер, Е. Фромм), як формування життєвої стратегії (К.О. Абульханова-Славська, О.О. Демченкова, Т.Є. Рєзник, Ю.М. Рєзнік).

У вітчизняній психології проблему стратегії життя найбільш широко розглядала К.О. Абульханова-Славська [1]. Під «життєвою стратегією» розуміється індивідуальна організація і регуляція ходу життя відповідно до цінностей даної особистості та її індивідуальної спрямованості. Життєва стратегія – це вибір, визначення і реалізація цінностей життя. К.О. Абульханова-Славська пропонує розглядати життєвий шлях особистості в його цілісності, а стратегія життя повинна полягати в розкритті і вирішенні справжніх причин протиріч, а не у відході від них шляхом життєвих змін. Розвиваючи ідеї С.Л. Рубінштейна вона вважає, що вирішення протиріч життя сприяє розвитку особистості, і воно лежить у способах відносин людей один з одним. Вона виділила три основні ознаки життєвої стратегії: вибір способу життя, вирішення протиріччя «хочу-маю» і створення умов для самореалізації, творчий пошук.

У зарубіжній психології проблема формування життєвих стратегій розуміється як формування та реалізація життєвого стилю (А. Адлер) або життєвого сценарію (Е. Берн, К. Стайнер).

А. Адлер [2] зазначає, що формування життєвих цілей починається в дитинстві як компенсація почуття неповноцінності, невпевненості і безпорадності у світі дорослих. Життєва мета формується в ранньому дитинстві під впливом особистого досвіду, цінностей, особливостей самої особистості. Саме в дитинстві, на його думку, і формується життєвий стиль – інтегрований стиль пристосування до життя і взаємодії з нею. Життєвий стиль, на думку А. Адлера, проявляється в тому, як людина вирішує три основні проблеми: 1. Професійна проблема – «як знайти заняття, яке дозволило б вижити при всіх обмеженнях земного світу»; 2. Проблема співпраці і дружби – «як знайти таке місце серед людей, щоб можна було співробітничати з ними і разом з ними користуватися перевагами співпраці»; 3. Проблема любові і шлюбу – «як пристосуватися до того факту, що ми існуємо в двох статях, і що продовження і розвиток життя людства залежить від нашого любовного життя». І, не дивлячись на те, що А. Адлер не ставив завдання тіпологізації життєвих стилів, на підставі двох вимірів (соціального інтересу і міри активності) він виділив чотири типи життєвих стилів, що є лише «концептуальним засобом» для кращого з'ясування поняття: 1) соціально корисний; 2) керівник; 3) що уникає; 4) що бере.

У традиціях транзактного аналізу життєвий сценарій визначається як життєвий план, що постійно розгортається. Він формується в ранньому дитинстві і, переважно, під впливом батьків. Е. Берн [3] у своїх ранніх роботах визначав сценарій як «несвідомий життєвий план». Потім він дав більш повне визначення: «...план життя, який складається в дитинстві, підкріплюється батьками, виправдовується ходом подій і досягає піку при виборі шляху». На думку Е. Берна, сценарій передбачає: 1) батьківські вказівки; 2) відповідний особистісний розвиток; 3) рішення в дитячому віці; 4) дійсну «включеність» в якийсь особливий метод, що несе успіх або невдачу; 5) переконуючу установку або переконаність, що викликає довіру.

У сучасній літературі різноманітні порушення партнерської взаємодії найчастіше описуються в термінах життєвого сценарію або стійкої життєвої стратегії. Так, розглядаючи механізм, який ініціює і підтримує відносини токсичної любові

у жінок, Р. Mellody [4] вказує механізм фантазування - мрія про рятівника, яка виникає або як короточасні фантазії, або ж як життєвий сценарій жінки. З. Лев-Старович [5] розглядає ряд жіночих сексуальних комплексів (наприклад, «комплекс Аліси в країні чудес» і «комплекс Титанії»), в основі яких також лежить мрія про рятівника в якості життєвого сценарію. Сучасні російські дослідники Н.Г. Гаранян і А. Б. Холмогорова [6] описують феноменологію типових подружніх відносин у вигляді фігури танцю відкидання – притягнення, що також укладається в певний сценарій (стереотип) розвитку партнерських відносин.

**Метою** роботи було вивчення взаємозв'язку симптомокомплекса «емоційного холоду» з життєвими стратегіями особистості.

Для емпіричного дослідження були використані такі методи: психодіагностичні методики, що утворюють простір ознак «емоційного холоду» (опитувальник співзалежності Б. Уайнхолд і Дж. Уайнхолд, опитувальник протизалежності Б. Уайнхолд і Дж. Уайнхолд, шкала страху інтимності CJ Descutner, M. Thelen, опитувальник міжособистісної залежності Р. Гіршфільда, тест профілю відносин Р. Борнштейн, шкала самотності Д. Рассел, Л. Пепло, М. Фергюсон, шкала тривоги Дж.Тейлор) і життєвих стратегій особистості (методика СЖО Д.А. Леонтьєва, опитувальник життєвої позиції, методика визначення особистісної зрілості Є.С. Штепи, шкала самооцінки Г. Манастер, Р. Корсіні). Для математико-статистичної обробки даних і виявлення життєвих стратегій особистості нами була застосована процедура скорочення розмірності – факторний аналіз (Varimax raw), що дозволило виділити чинники, які ми інтерпретували як типологічні варіанти життєвих стратегій. Дослідницьку вибірку склали 185 осіб (95 дівчат, 90 хлопців) – студенти харківських вузів.

**Результати дослідження.** Результати факторизації даного простору ознак наведені в таблиці 1. Згодом була проведена перевірка відмінностей у рівні вираженості життєвих стратегій у вибірках юнаків і дівчат з використанням t-критерію Стьюдента.

Таблиця 1

Факторна структура життєвих стратегій  
сучасної студентської молоді

Змінні	Фактор 1 «Смислоутворююча життєва стратегія»	Фактор 2 «Залежна життєва стратегія»	Фактор 3 «Автономна життєва стратегія»
Смисложиттєві орієнтації	Цілі у житті (0,79), Процес життя (0,76), Результативність життя (0,80), Локус контролю - Я (0,66), Локус контролю - життя (0,72)		
Типи життєвої позиції	Я поганий - Ти поганий (-0,43)	Я хороший - Ты хороший (-0,41)	Я хороший - Ты хоро- ший (0,43)
Зрілість особи- стості	Життєва філософія (0,40)		Децентрація (0,40) Толерантність (0,39) Автономія (0,46) Контактність (0,48) Самоприйняття (0,45) Креативність (0,54) Синергічність (0,43)
Самооцінка			Реальна (0,44) Рефлексивна (0,55) Максимальна (0,50) Перспективна (0,61) Ідеальна (0,50)
Симптомо- комплекс «емоційного холоду»	Страх психологічної ін- тимності (-0,52) Здорова залежність (0,65) Самотність (-0,68) Особистісна триво- жність (-0,53)	Співзалежність (0,58) Протизалежність (0,62) Деструктивна свержзалеж- ність (0,88) Міжособистісна залежність (0,83) Емоційна опора на інших (0,86) Невпевненість у собі (0,75) Самотність (0,40) Особистісна тривожність (0,39)	Дисфункціональне відділення (0,53) Прагнення до автономії (0,65)
Вага фактора	21,6 %	18,6 %	12,7 %

Примітка: у таблицю винесені лише значимі навантаження по чинниках (від 0,40).

Слід зазначити, що дана факторна структура відтворює виділену і описану нами раніше [7] трикомпонентну структуру симптомокомплексу «емоційного холоду», де кожен з компонентів («здорова залежність», «злиття», «сепарація») пов'язує ознаки «емоційного холоду» із змінними, створюючими стійкі життєві

стратегії особистості. Сумарна дисперсія чинників складає 52,9 %. Розглянемо виділені чинники детальніше:

**Чинник 1** (вага 21,6 %) отримав назву «Смислоутворююча життєва стратегія», оскільки до його складу увійшли всі субшкали методики СЖО з високими значеннями, що, на думку Д.А. Леонтьєва, означає досить високої свідомості життя індивідуумом. Даний фактор є біполярним. Один полюс утворений смисложиттєвими орієнтаціями, показником особової зрілості – життєва філософія і здорова залежність; протилежний полюс об'єднує життєвий сценарій «невдахи» по Е.Берну («я поганий – ти поганий»), страх інтимності, суб'єктивне відчуття самоті і тривоги. Така організація чинника може означати, що здоровий рівень інтимності і близькості в міжособистістних стосунках є результатом осмисленого життєвого шляху особистості, знаходження сенсу свого існування, сформованої життєвої філософії (системи стійких життєвих принципів). Іншими словами, здорова залежність – продукт осмисленого рішення особистості «бути разом». Цільовий компонент смисложиттєвих орієнтацій (цілі в житті) додає цій стратегії тимчасову перспективу, спрямованість в майбутнє. Процесуальний компонент смисложиттєвих орієнтацій або емоційна насиченість життя відображає наповненість такої стратегії плотсько-емоційними переживаннями. Дана стратегія пов'язана з відчуттям продуктивності і задоволеності життям. Локус контролю в подібній життєвій стратегії знаходиться на власній особистості, тобто здібності керувати собою і подіями, приймати рішення, здійснювати вибір.

Втрата сенсу життя або недорозвинення ціннісно-сміслової сфери особистості утворюють фундамент для формування нездатності до утворення і підтримки тривалих стосунків психологічної інтимності, екзистенціальної самотності і життєвого сценарію «невдахи», коли міжособистістні стосунки будуються тільки на гедоністичному ґрунті [3] і незрілих емоційних регуляторів (страх, тривога, провина й тому подібне). Для виявлення гендерних відмінностей в рівні вираженості життєвих стратегій ми провели оцінку значущості відмінностей в групах юнаків і дівчат. Даний фактор є незалежним від статі досліджуваних ( $t$ -Ст'юдента = -1,27,  $p \geq 0,20$ ,  $df = 183$ ).

**Чинник 2** (вага 18,6 %) також є біполярним. Чинник був названий «Залежна життєва стратегія», оскільки до його складу увійшли змінні, що створюють компонент свержалежності (злиття) в структурі симптомокомплексу «емоційного холоду» на одному полюсі і на протилежному полюсі, – життєвий сценарій «Я хороший – ти хороший» (сценарій «переможця» по Е. Берну). В основі даної життєвої стратегії лежить фіксація на значущому іншому (емоційна опора на інших), відсутність почуття власної цінності, готовність перекидати відповідальність за своє життя, вчинки і рішення на оточуючих. Такий стиль побудови міжособистісних відносин і взаємодії зі світом у цілому відображає прагнення «бути веденим» кимось іншим більш сильним і компетентним. Подібна залежна життєва стратегія може бути скомпенсована зміною життєвої позиції на незалежну і автономну з позитивним ставленням до світу в цілому і оточуючим (сценарій «Я хороший – ти хороший»). Фактично цей полюс фактора зміщує акцент відповідальності і значимості з особистості іншого на власну особистість. Перевірка на значимість відмінностей у рівні вираженості залежною життєвою стратегією у юнаків і дівчат у досліджуваній вибірці показала, що дана стратегія більш властива дівчатам ( $t$ -Студента = 2,19,  $p < 0,03$ ,  $df = 183$ ).

**Чинник 3** (вага 12,7 %) є монополярним. Даний чинник ми назвали «Автономна життєва стратегія», тому що в його складі присутні змінні, що відображають прагнення до автономії як нормативну рису особистості (яка згідно концепції Р. Гіршфільда стримує межособистісну залежність), так і її хворобливе посилення і порушення контакту в міжособистісному взаємодії – дисфункціональне відділення (концепція профілю стосунків Р. Борнштейна). Даний чинник включає також всі структурні компоненти самооцінки (реальна, рефлексія, максимальна, перспективна, ідеальна), більшість меж зрілої особистості (децентрація, толерантність, автономія, контактність, самоприйняття, креативність, синергічність) і життєвий сценарій «Я хороший – ти хороший» (сценарій «переможця» по Е. Берну).

Дана життєва стратегія ґрунтується на високій цінності «Я», про що свідчить у складі фактора шкала самооцінки, такі риси як самоприйняття і усвідом-

лення себе в якості сенсу (синергічність), а також елемент життєвої позиції «Я - хороший». Разом з тим, наповнення фактора відображає розвиненість і полюси «Ти», про що свідчать у складі фактора такі риси як децентрація, толерантність, контактність і елемент життєвої позиції «Ти - хороший».

Функціонування такої життєвої стратегії ґрунтується на автономії власного «Я», в той же час, вона виявляється позбавленою чуттєво-емоційних переживань (до складу фактора не увійшли показники зрілої емоційності – глибина переживань і емоційна насиченість життя). Тобто швидше дана стратегія відображає автономію і незалежність з відтінком «я сам по собі», «я нікому нічого не винен». Подібні моделі поведінки та побудови відносин у термінології Е. Берна властиві его-станом Дорослого, який самостійний, незалежний і одночасно позбавлений емоцій і, в певній мірі, самотній. Тому, незважаючи на велику кількість присутніх у складі фактора характеристик зрілої особистості, повністю зрілої дану життєву стратегію вважати не можна.

За результатами перевірки значущості відмінностей даного чинника було виявлено, що його вираженість більш характерна для представників чоловічої вибірки ( $t$ -Стюдента = -1,97,  $p < 0,05$ ,  $df = 183$ ).

З наведених результатів порівняння вираженості життєвих стратегій можна зробити висновки про верифікацію культурних феноменів переважно «жіночої співзалежності» і переважно «чоловічій незалежності (контрзалежності)» [8, 9]. Виразність змістотворної життєвої стратегії є незалежною від статі досліджуваних. Це узгоджується з даними, що приводяться Д. О. Леонтьєвим щодо валідизації тесту «Ціль у житті» Ж. Крамб і Л. Махолік [10], який був узятий за основу методики СЖО. А відповідно до концепції логотерапії В. Франкла ця обставина виступає підтвердженням її положення про те, що сенс життя може бути знайдений будь-якою людиною [11].

### **Висновки.**

1. Структурні компоненти симптомокомплексу «емоційного холоду» формують певні життєві стратегії особистості.



2. «Здорова залежність» незалежно від статі досліджуваних є складовою смислоутворюючої життєвої стратегії, яка є результатом осмисленого життєвого шляху особистості, сформованої життєвої філософії. Дана стратегія пов'язана з відчуттям продуктивності і задоволеності життям, в моделі побудови партнерських відносин реалізовано осмислене рішення особистості «бути разом». Втрата сенсу життя або недорозвинення ціннісно-сміслової сфери особистості утворює фундамент для формування нездатності до утворення і підтримання тривалих відносин психологічної інтимності.

3. Компонент «злиття» утворює фундамент для формування залежної життєвої стратегії, яка в більшій мірі притаманна дівчатам в період ранньої дорослості. Дана життєва стратегія відображає фіксацію на значущому іншому, відсутність почуття власної цінності, готовність до «Служіння». Модель побудови міжособистісних відносин і взаємодії зі світом у цілому відображає прагнення «бути веденим» кимось сильнішим і компетентним.

4. Компонент «сепарація» сприяє формуванню автономної життєвої стратегії, яка в більшій мірі властива юнакам у період ранньої дорослості. Дана життєва стратегія ґрунтується на високій цінності та автономії власного «Я», разом з тим, вона є позбавленою чуттєво-емоційних переживань. Модель побудови міжособистісних відносин реалізує прагнення до незалежності і дистанційованість у взаємодії з партнером.

## Список літератури

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегии жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Сидоренко Е. В. Терапия и тренинг по Альфреду Адлеру / Е.В. Сидоренко – СПб.: Изд.-во «Речь», 2000. – 347 с.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Э. Берн; пер. с англ. – М.: Гранд; М.: Фаир-Пресс, 2000. – 473 с.
4. Mellody P. Toksyczna miłosc i jak sie z niej wyzwolic / P. Mellody – Warszawa: Jacek Santorski & Co, 1993. – 204 s.
5. Лев-Старович З. Секс в культурах мира / З. Лев-Старович; пер. с польс. – М.: Мысль, 1991. – 252 с.
6. Гаранян Н.Г. Замысловатый танец современной пары / Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова // Семейная психология и семейная терапия. – М., 2000. – №1. – С. 3-11.

7. Бару И.А. Гендерные особенности структуры расстройств партнерского взаимодействия современной студенческой молодежи / И.А. Бару // Вісник Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна. Серія Психологія. – 2012. – № 1009. – С. 96-100.
8. Гидденс Э. Трансформация интимности / Э. Гидденс – СПб.: Питер, 2004. – 208 с.
9. Жидко М.Є. Особистісні чинники формування відносин подружньої співзалежності у чоловіків / Максим Євгенович Жидко. – Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01/ Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна. – Х., 2006 – 19 с.
10. Crumhaugh J.S. An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis / J.S. Crumhaugh, L. Maholick // Journal of Clinical Psychology. – 1964. – Vol. 20, №2. – P. 200-207.
11. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл; пер. с англ. и нем. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.