

УДК 159.942:159.923.3

ОСОБИСТІСНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСІБ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ

Півень М.А.

Національний аерокосмічний університет імені М.С. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Стаття присвячена дослідженню феномену емоційної зрілості особистості. Оглянуті найбільш відомі підходи до вивчення поняття «емоційна зрілість особистості». Представлений взаємозв'язок між інтегральним показником емоційної зрілості особистості та особистісними особливостями. Показані розбіжності у особистісних особливостях в групах випробовуваних з високим та низьким рівнем емоційної зрілості.

Ключові слова: емоційна зрілість, особистість, особистісні особливості.

Постановка проблеми. В даний час в період демократичної трансформації суспільства, переоцінки всієї системи цінностей актуалізуються проблеми формування всебічно розвиненої, відповідальної, особистісно, соціально та емоційно зрілої особистості, з чіткими життєвими орієнтирами, гнучкою по відношенню до змін в суспільстві. Очевидним є те, що зрілість особистості та її емоційної сфери визначають ефективність соціального функціонування людини, її соціально-психологічну адаптацію, впливають на готовність встановлювати конструктивні, взаємно продуктивні, відкриті, теплі партнерські відносини, що реалізуються в зрілих формах дружби, любові, у здатності створювати емоційно близькі гармонійні сімейні стосунки. На противагу цьому незрілість сприяє створенню інфантильних феноменів комунікації, таких як страх психологічної інтимності [11], міжособистісна залежність/контрзалежність [4; 10], девальвація зрілості та інфляція мужності [5], синдром «емоційного холоду» у дівчат [2], синдром «токсичної любові» [3], самотність та інші. Тому поняття емоційної зрілості може бути ключовим для створення повноцінного та якісного життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У теперішній час відзначається дефінітивна розмитість поняття зрілості взагалі, а також особистісної та емоційної зрілості зокрема. Проблема емоційної зрілості особистості розглядалася в дослідженнях вітчизняних і зарубіжних психологів (А. Ребер, І.Г. Павлова, А.Н. Лук, О.О. Чудіна, О.Я. Чебикін, О.Л. Яковлева, В. Меннінгер та ін.), психофізіологів (П. Фресс, П.В. Симонов) та психотерапевтів (К. Роджерс, А. Маслоу, О.С. Кочарян, Д. Абрахамсен, К. Фітсморіс та ін.).

Пройдений нами теоретичний аналіз найбільш популярних психологічних концепцій дозволив виділити наступні базові моделі емоційної зрілості особистості: а) парціальні моделі (отождошення емоційної зрілості та емоційної компетентності; емоційна зрілість versus емоційний інтелект; емоційна зрілість як новоутворення певного віку; емоційна зрілість як суспільна норма); б) генеративні моделі (емоційно зріла особистість як: «повноцінно функціонуюча людина»; як особистість, яка самоактуалізується; як автентична особистість; як дитина; як дорослий; як особистість, яка включена до трансперсональних структур).

Найбільш ґрунтовно та всебічно проблема емоційної зрілості представлена в працях представників гуманістичної парадигми, а саме – клієнт-центрованому підході [9]. Емоційно зріла

людина, за К. Роджерсом, характеризується як: відкрита усвідомленню власних почуттів, причин, що їх викликали, та їх зміст; як та, що довіряє своїм почуттям, приймає їх; як спроможна переживати емоції різного діапазону, глибини та інтенсивності; яка вмє вербалізувати власні емоційні переживання; яка здібна до емпатії.

Емоційно зріла особистість є чутливою до власних емоцій і розуміє їх. Емоційно зріла людина здатна побачити всю глибину своїх переживань, вона має мужність входити в контакт з власними переживаннями і підтримувати ті емоції і переживання, які є справжніми. Також, емоційно зріла людина здатна відійти від звичних інфантильних стратегій емоційного реагування, які є відповіддю на травматичну ситуацію, при цьому реакція стає не звичною, а спонтанною та обумовленою ситуацією. У емоційно зрілої людини емоції «текучі», а не застигли, вони за своєю природою динамічні. Якщо відбувається фіксація емоції в тому чи іншому вигляді – це свідчить про її відсутність в розгорнутому сенсі, а також про те, що людина зіткнулася з дитячим психотравмуючим досвідом. Таким чином, поняття «емоційна зрілість» визначається як певний рівень розвитку особистості дорослої людини, яка характеризується відкритістю емоційному досвіду, усвідомленням власних почуттів та прийняттям їх, розвиненою емоційною сферою і емоційною саморегуляцією, здатністю адекватно ситуації і згідно з власними переживаннями проявляти і виражати емоції і почуття.

На підставі моделі емоційно зрілої особистості як «повноцінно функціонуючої людини» виділяється п'ять головних структурних компонентів емоційної зрілості особистості: рефлексія емоцій, емоційна саморегуляція, емпатія, емоційна експресивність та прийняття власних емоцій.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Більшість досліджень, спрямованих на вивчення емоційної зрілості носять фрагментарний або опосередкований характер (О.Л. Яковлева, П. Фресс та ін.). О.Я. Чебикінін та І.Г. Павловою вивчалася становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці [6]. Однак дослідження емоційної зрілості як цілісного особистісного утворення, її структурних компонентів та психологічних факторів, в період ранньої дорослості, що ґрунтується на гуманістичній парадигмі є проблемою, яка потребує розробки.

У зв'язку з вищесказаним метою статті був аналіз особистісних особливостей осіб з різним рівнем емоційної зрілості.

Для емпіричного дослідження були використані наступні методики: Методика діагностики емоційної зрілості особистості МДЕЗО (О.С. Кочарян, М.А. Півень) [7] та Фрайбургський особистісний опитувальник FPI-B [8].

Для математико-статистичної обробки даних нами була застосована оцінка достовірності відмінностей U-критерий Манна-Уїтні для великих вибірок, та кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції за Кендаллом). Отримані результати дослідження були проаналізовані з допомогою електронно-статистичної програми SPSS 13.0.

Характеристика вибірки. Дослідницьку вибірку склали 197 чоловік (114 жінок, 83 чоловіка) – студенти гуманітарних та технічних спеціальностей Національного аерокосмічного університету ім. М.Є. Жуковського «ХАІ», які навчаються на 4 та 5 курсах у віці від 20 до 23 років. Для реалізації поставленої мети методом крайніх груп та за допомогою методики МДЕЗО із цієї вибірки було створено дві дослідницькі групи, таким чином першу групу склали 65 людей з високим рівнем емоційної зрілості (33 чоловіка, 32 жінки), другу групу склали 65 людей з низьким рівнем емоційної зрілості (24 чоловіка, 41 жінка).

Виклад основного матеріалу. В першу чергу стояла задача вивчення взаємозв'язку між інтегральним показником емоційної зрілості особистості (на загальній вибірці 197 чоловік) та особистісними особливостями (таблиця 1).

Таблиця 1
Взаємозв'язок між інтегральним показником емоційної зрілості особистості та особистісними особливостями

| Шкали опитувальника (особистісні особливості) | Інтегральний показник емоційної зрілості особистості (коефіцієнт кореляції τ -Кендалла; рівень значущості) |
|---|---|
| Невротичність (F1) | -0,29; $p < 0,01$ |
| Спонтанна агресивність (F2) | -0,27; $p < 0,01$ |
| Депресивність (F3) | -0,33; $p < 0,01$ |
| Дратливість (F4) | -0,26; $p < 0,01$ |
| Товариськість (F5) | 0,37; $p < 0,01$ |
| Врівноваженість (F6) | 0,21; $p < 0,01$ |
| Реактивна агресивність (F7) | -0,23; $p < 0,01$ |
| Сором'язливість (F8) | -0,36; $p < 0,01$ |
| Відкритість (F9) | 0,39; $p < 0,01$ |
| Екстраверсія (F10) | 0,23; $p < 0,01$ |
| Емоційна лабільність (F11) | -0,28; $p < 0,01$ |
| Маскулінність (F12) | 0,23; $p < 0,01$ |

Як видно із таблиці 1, емоційна зрілість корелює з товариськістю, врівноваженістю, відкритістю, екстраверсією та маскулінністю. Тобто із зростанням доброти, чуйності, тепла у відносинах, довіри, відкритості та врівноваженості та рішучості зростає загальний рівень емоційної зрілості.

Виявлена зворотна кореляція між емоційною зрілістю та невротичністю, спонтанною агресивністю, депресивністю, дратливістю, реактивною агресивністю, сором'язливістю та емоційною лабільністю. Таким чином із підвищенням внутрішнього спокою, соціальної активності та ініціативності, підвищення фону настрою та стриманості автоматично підвищуються показники емоційної зрілості.

маності автоматично підвищуються показники емоційної зрілості.

На підставі результатів дослідження, отриманих за допомогою Фрайбургського багатofакторного особистісного опитувальника FPI-B побудовані усереднені профілі індивідуальних властивостей та станів особистості у двох досліджуваних групах (рис. 1) – з високим рівнем емоційної зрілості (1 група) та низьким рівнем емоційної зрілості (2 група).

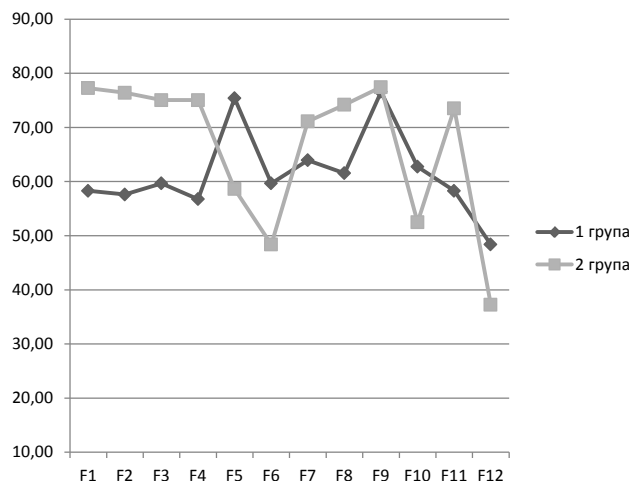


Рис. 1. Усереднені особистісні профілі в досліджуваних групах

Примітка: F1 – невротичність; F2 – спонтанна агресивність; F3 – депресивність; F4 – дратливість; F5 – товариськість; F6 – врівноваженість; F7 – реактивна агресивність; F8 – сором'язливість; F9 – відкритість; F10 – екстраверсія; F11 – емоційна лабільність; F12 – маскулінність

З малюнку видно, що профілі в групах досить різні. А саме, в групі людей з високим рівнем емоційної зрілості особистості вершинами графіку є такі показники як товариськість та відкритість. Тобто для цих людей провідними особистісними рисами є комунікабельність, вільне входження до контакту з іншими людьми, відкритість новому соціальному досвіду, бажання допомагати оточуючим та легкість сходження з людьми. При цьому такі показники як невротичність, спонтанна агресивність, депресивність, врівноваженість, реактивна агресивність, сором'язливість, екстраверсія, емоційна лабільність та маскулінність знаходяться в діапазоні середніх оцінок, тобто не оказують на особистість провідного впливу.

Для особистісного профілю представників другої групи властиве переважання таких складових як: невротичність, спонтанна агресивність, депресивність, дратливість, реактивна агресивність, сором'язливість, відкритість та емоційна лабільність, причому ці показники знаходяться на високому рівні виразності та можуть завдавати руйнівного впливу на особистість. Показник відкритість свідчить про достовірність результатів тестування, тобто випробовувані чесно та відкрито відповідали на запитання, він не відноситься до змістовних шкал опитувальника. Такі шкали як товариськість, врівноваженість, екстраверсія та маскулінність знаходяться на середньому рівні виразності.

Таким чином, ведучими особистісними рисами емоційно незрілої особистості є висока тривож-

ність та нервова возбуди́мість, відсутність соціальної конформності, та навпаки бажання діяти всупереч інтересам суспільства, при цьому на перший план виходить негайне задоволення власних бажань (дитяча психічна організація), імпульсивність думок та вчинків, потреба в гострих почуттях, за відсутністю яких виникає зниження фону настрою, при цьому їм також властива заглибленість у власні переживання і емоційна чуткість та вразливість, що скривається за маскою роздратованості та недовіри оточуючим. Найбільш звичною та приємною захисною формою поведінки від травмуючих особистість переживань є конфліктна, при цьому таке реагування може відштовхувати від себе оточуючих, хоча у емоційно незрілої особистості є внутрішнє бажання бути прийнятою та зрозумілою. Також емоційно незрілій особистості властива невпевненість в собі, вразливість, неможливість перенести значні психічні навантаження, насамперед інтелектуальна праця завдає емоційного та психічного виснаження.

Нижніми значеннями графіку є наступні показники: товариськість, врівноваженість, екстраверсія та маскулі́нність. Дані шкали знаходяться в середньому діапазоні, тому можемо припустити, що вони не визначають поведінку особистості, але діють як пом'якшувальні негативні особистісні риси фактори.

Для створення більш докладної картини були встановлені розбіжності між 12 факторами особистості. Для реалізації цього завдання було використано U-критерій Манна-Уїтні [1].

На підставі проведеної оцінки розбіжностей за ступенем виразності 12 факторів особистості в досліджуваних групах, було виявлено, що особистість з високим рівнем емоційної зрілості має статистично значиме переважання в таких показниках як товариськість ($U=754, p \leq 0,0001$), врівноваженість ($U=1431,5, p \leq 0,001$), екстраверсія ($U=1578, p \leq 0,011$) та маскулі́нність ($U=1424,5, p \leq 0,0001$). Таким чином випробовувані першої групи більш схильні до створення широкого кола соціальних зв'язків, вони більш чуйні і готові проявити турботу, в них високий рівень самооцінки та самовладання, тому стресові фактори не завдають руйнівного впливу. Такі люди більш адаптовані та добре ідентифікуються з соціальними нормами, вони добре орієнтуються в ситуації «тут і тепер», та відкрито сприймають нове, така поведінка призводить до того, що ці люди опиняються у центрі уваги та стають лідерами, вони в змозі швидко прийняти рішення та нести за нього відповідальність. Вони, на відміну від представників другої групи більш сміливі та рішучі, сприймають дійсність зі всіма її проявами (як позитивними, так і негативними).

Представникам групи з низьким рівнем емоційної зрілості особистості властиве переважання у таких особистісних властивостях як: невротичність ($U=1029,5, p \leq 0,0001$), спонтанна агресивність ($U=1146,5, p \leq 0,0001$), депресив-

ність ($U=865,5, p \leq 0,0001$), дратливість ($U=1121, p \leq 0,0001$), реактивна агресивність ($U=1701, p \leq 0,052$), сором'язливість ($U=823, p \leq 0,0001$) та емоційна лабільність ($U=961, p \leq 0,0001$). По-перше, випробовуваним другої групи більш властиві короточасні спалахи емоційної збудливості та роздратованості, вони схильні до непродуманих, невпорядкованих дій та можуть багато разів повторювати помилки, не роблячи відповідних висновків. В той самий час оцінку оточуючими їхньої поведінки такі люди сприймають як посягання на власну свободу та можуть реагувати агресивно. Такі люди на перший погляд можуть здаватися розкутими та впевненими у собі завдяки легкості і швидкості прийняття рішень, підтримці яскравих подій, але можуть в той самий час відштовхувати мінливістю, необов'язковістю та нестриманістю. По-друге, представники групи з низьким рівнем емоційної зрілості особистості на відміну від випробовуваних першої групи менш схильні до праці з високим рівнем напруги, їм складніше сконцентруватися на важкій справі, вони схильні до самокритики, тому їм важливо виглядати у власних очах успішними, при чому їм важко оцінити свій реальний рівень можливостей.

Висновки. 1. Найбільш вираженою особистісною рисою осіб із високим рівнем емоційної зрілості є товариськість, а провідними рисами представників групи з низьким рівнем емоційної зрілості є невротичність, спонтанна агресивність, депресивність, дратливість, реактивна агресивність, сором'язливість та емоційна лабільність, причому ці показники знаходяться на високому рівні виразності та можуть завдавати значного негативного впливу на особистість.

2. Випробовуваним з високим рівнем емоційної зрілості більш властиві такі особистісні особливості як товариськість, врівноваженість, екстраверсія та маскулі́нність, а для випробовуваних з низьким рівнем емоційної зрілості характерні більш високі показники по шкалах невротичність, спонтанна агресивність, депресивність, дратливість, реактивна агресивність, сором'язливість та емоційна лабільність.

3. Такі дані дають нам змогу стверджувати, що зниження рівню емоційної збудливості, тривожності, агресивності, конфліктної поведінки та підвищення фону настрою, самооцінки та впевненості у собі призведуть до підвищення емоційної зрілості особистості, корекція цих показників може виступати однією із мішеней психологічного впливу.

Перспектива подальших досліджень полягає у розширенні спектру індивідуально-психологічних факторів, що розкривають та підтримують функціонування емоційної зрілості особистості із метою подальшої розробки системи профілактичних, психокорекційних та розвивальних заходів щодо попередження та усунення вже сформованих порушень розвитку досліджуваного феномену.

Список літератури:

1. Гублер Е.В. Применение непараметрических критериев статистики в медико-биологических исследованиях / Е.В. Гублер, А.А. Генкин. – Л.: Медицина, 1973. – 141 с.
2. Доценко О.Ю. Особливості стилів виховання дівчат із синдромом «емоційного холоду» / О.Ю. Доценко // Вісник Одеського національного університету ім. І.І. Мечникова. – Одеса, 2013. – Сер.: Психологія. – т. 18. – вип. 4 (30). – С. 79–83.
3. Кочарян А.С. Нарушение эмоционального контакта у женщин при синдроме токсической любви / А.С. Кочарян, Е.В. Фролова, И.В. Гуртовая // Вісник ХНУ. – Харків, 2008. – Серія «Психологія». – № 807. – С. 173–178.
4. Кочарян А.С. Особенности полоролевой структуры личности женщины с отношениями межличностной зависимости / А.С. Кочарян, Е.В. Фролова / Наукові студії із соціальної та політичної психології. Збірник статей. – Київ, 2007. – випуск 16 (19). – С. 221–229.
5. Кочарян А.С. Психосексуальное развитие человека. Формирование мужского гендера Учеб. Пособие / А.С. Кочарян, М.Е. Жидко. – Харьков: Нац. аэрокосм. ун-т «Харьк. авиац. ин-т», 2005. – 112 с.
6. Павлова І.Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / І.Г. Павлова. – Одеса, 2005. – 19 с.
7. Півень М.А. Розробка методики діагностики емоційної зрілості особистості / М.А. Півень // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. – Київ, 2013. – Том 11. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 7. – Частина 2. – Ніжин: ПП Лисенко М.М., 2013. – С. 224–232.
8. Практикум по экспериментальной и практической психологии: Учеб. пособие / Л. И. Вансовская, В. К. Гайда, В. К. Гербачевский и др. – Под ред. А. А. Крылова. – СПб: Издательство С.-Петербургского университета, 1997. – 312 с.
9. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К.Р. Роджерс. – М.: Издательская группа «Прогресс», 1994. – 480 с.
10. Уайнхолд Б. Освобождение от созависимости / Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд / Перевод с англ. А. Г. Чеславской. – М.: Независимая фирма «Класс», 2002. – 224 с.
11. Firestone R.W. Fear of intimacy / R.W. Firestone, J. Catlett. – Washington, DC: American Psychological Association. – 2006. – 358 p.

Півень М.А.

Национальный аэрокосмический университет имени Н.Е. Жуковского
«Харьковский авиационный институт»

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ЗРЕЛОСТИ

Аннотация

Статья посвящена исследованию феномена эмоциональной зрелости личности. Рассмотрены наиболее известные подходы к изучению понятия «эмоциональная зрелость личности». Представлена взаимосвязь между интегральным показателем эмоциональной зрелости и личностными особенностями. Показаны различия в личностных особенностях в группах испытуемых с высоким и низким уровнем эмоциональной зрелости.

Ключевые слова: эмоциональная зрелость, личность, личностные особенности.

Piven M.A.

N.Ye. Zhukovskiy National Aerospace University
«Kharkiv Aviation Institute»

PERSONAL CHARACTERISTIC OF PEOPLE WITH DIFFERENT LEVEL OF EMOTIONAL MATURITY

Summary

The article investigates the phenomenon of personal emotional maturity. Examined are well known approaches to studying the concept of «emotional maturity of individual». Represented are relationships between integral indicator of personal emotional maturity and personality characteristics. Shown are differences between personality features in groups of subjects with high and low levels of emotional maturity.

Keywords: emotional maturity, personality, personal characteristics.