

Розділ: Роботи молодих вчених

УДК 159.923:159.942

М. А. Півень

СТРУКТУРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ

Стаття присвячена вивченню феномену емоційної зрілості особистості. Оглянутий сучасний стан проблеми. Дослідження реалізоване на вибірці студентської молоді обох статей. Структура емоційної сфери емоційної зрілості особистості представлена чотирма факторами. Виявлена специфіка прояву виділеної емоційної структури залежно від рівня виразності емоційної зрілості.

Ключові слова: емоційна зрілість особистості, емоційна сфера, клієнт-центрований підхід.

Article examines the phenomenon of individual emotional maturity. Modern condition of the problem was studied. The research was performed on a sample of young people of both sexes. The structure of emotional sphere and emotional maturity of the person was represented with four factors. The specificity of manifestations in a certain emotional structure depending on the severity of emotional maturity was pointed out.

Keywords: emotional maturity of personality, emotional sphere, client - centered approach.

Стаття посвящена изучению феномена эмоциональной зрелости личности. Рассмотрено современное состояние проблемы. Исследование выполнено на выборке студенческой молодежи обоих полов. Структура эмоциональной сферы эмоциональной зрелости личности представлена четырьмя факторами. Выведена специфика проявления выделенной эмоциональной структуры в зависимости от уровня выраженности эмоциональной зрелости.

Ключевые слова: эмоциональная зрелость личности, эмоциональная сфера, клиент – центрированный подход.

Актуальність. Дослідження проблеми емоційної зрілості та її складових обумовлено як суто теоретичними, так і практичними аспектами сучасної психологічної науки. Як вказують автори [1,2,3], вивчення емоційної зрілості відноситься до малорозроблених напрямів психології. Очевидно, що високий рівень емоційної зрілості сприяє ефективному соціальному функціонуванню людини, впливає на встановлення конструктивних, взаємно продуктивних, відкритих міжособистісних відносин, що реалізуються в зрілих формах дружби, любові, у здатності створювати емоційно близькі гармонійні сімейні стосунки. Також високий рівень емоційної зрілості є однією з важливих характеристик здорової особистості [4]. Порушення у розвитку зрілого емоційного контакту, що, імовірно,

ускладнює становлення емоційної зрілості особистості, традиційно розглядалось як окремі феномени, такі як міжособистісна залежність/контрзалежність [5], девальвація зрілості та інфляція мужності [6], страх психологічної інтимності [7], синдром «емоційного холоду» у дівчат [5], самотність та інші. Тому напрям роботи, пов'язаний з аналізом структурних і функціональних характеристик емоційної зрілості, може забезпечити базу для розроблення програм психологічної корекції досліджуваного феномену.

Аналіз проблеми. Дослідженню феномену емоційної зрілості особистості присвячена незначна кількість робіт. Більшість досліджень, спрямованих на її вивчення носять фрагментарний або опосередкований характер. У праці І.Г. Павлової, створеної під керівництвом О.Я. Чебикіна розкриті окремі аспекти генезису емоційної зрілості, а саме її становлення в підлітковому та юнацькому віці [8]. Однак експериментальне дослідження функціонування емоційної зрілості як сталої структури та цілісного особистісного утворення, що ґрунтується на гуманістичному підході є проблемою, яка потребує розробки.

На підставі проведеного нами теоретичного аналізу найбільш популярних психологічних концепцій було виділено наступні базові моделі емоційної зрілості особистості [9]:

а) парціальні моделі (ототожнення 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 [4; 9]. Характеристика зрілої «повноцінно функціонуючої особистості», запропонована К. Роджерсом [4] і розроблена нами (О.С. Кочаряном) [9], включає в себе аспекти емоційної зрілості. 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.

На нашу думку (О.С. Кочарян) [9] емоційно зріла особистість є чутливою до власних емоцій і розуміє їх. Вона здатна побачити всю глибину своїх переживань, 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.

Така характеристика емоційно зрілої особистості стала теоретичною моделлю саме для введення поняття «емоційна зрілість», яку ми визначаємо як певний рівень розвитку особистості дорослої людини, яка характеризується відкритістю емоційному досвіду,

усвідомленням власних почуттів та прийняттям їх, розвинутою емоційною сферою і емоційною саморегуляцією, здатністю адекватно ситуації і згідно з власними переживаннями проявляти і виражати емоції і почуття [9].

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 [10].

Спираючись на дану концепцію, перш за все необхідним вважається дослідження структурних особливостей емоційної сфери у людей з різним рівнем емоційної зрілості.

Метою роботи було виявлення структурних особливостей емоційної сфери особистості з різним рівнем емоційної зрілості.

Для емпіричного дослідження були використані наступні **методи та методики**:

1. Методика діагностики емоційної зрілості особистості МДЕЗО (О.С. Кочарян, М.А. Півень) [11];
2. Шкала диференційних емоцій К. Ізарда [12];
3. **Методика діагностики самооцінки тривожності Ч.Д. Спілбергера, Ю.Л. Ханіна [13, с. 59];**
4. Методика діагностики показників і форм агресії А. Басса, А. Даркі (адаптація А.К. Осницького) [13, с. 174].

Для математико-статистичної обробки даних нами була застосована процедура скорочення розмірності – факторний аналіз (метод головних компонент, ротація Varimax raw) і оцінка достовірності відмінностей (t-критерій Стьюдента).

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).

Результати дослідження.

Для виявлення структурної організації емоційної сфери емоційної зрілості особистості нами була проведена факторизація простору ознак, представлених в психодіагностичних методиках, що утворюють емоційний простір у людей з різним рівнем емоційної зрілості. Результати наведені в таблиці 1.

Таблиця 1

Факторна структура емоційної сфери емоційної зрілості особистості

Показники	Фактор 1 «Ворожість»	Фактор 2 «Відкрита агресивність»	Фактор 3 «Відмова від радості»	Фактор 4 «Презирство»
Інтерес				0,79
Радість			0,67	
Здивування			0,80	

Закінч. табл. 1

Горе	0,64	-0,41		
Гнів	0,65			
Відраза	0,64			
Презирство	0,45			0,40
Страх	0,56	-0,41	0,43	
Сором	0,43	-0,61	0,41	
Провина	0,57			
Реактивна тривожність	0,68	-0,40		
Особистісна тривожність	0,72	-0,40		
Фізична агресія		0,74		
Вербальна агресія		0,73		
Непряма агресія	0,54			
Негативізм	0,46	0,43		
Дратливість	0,78			
Підозрілість	0,62			0,40
Образа	0,63			
Провина (Методика Басса-Даркі)	0,46	-0,48		
Індекс агресивності	0,57	0,74		
Індекс ворожості	0,77			
Вага фактора	29,19%	16,61%	8,27%	7,4%

Примітка: в таблицю винесені тільки значущі навантаження за факторами (від 0,40).

Простір емоційної сфери емоційної зрілості особистості складається з чотирьох факторів (сумарна дисперсія складає 61,47%).

Перший фактор з вагою 29,19% отримав назву «Ворожість» є монополярним і включає наступні показники: горе (0,64), гнів (0,65), відраза (0,64), презирство (0,45), страх (0,56), сором (0,43), провина (0,57), реактивна тривожність (0,68), особистісна тривожність (0,72), непряма агресія (0,54), негативізм (0,46), дратливість (0,78), підозрілість (0,62), образа (0,63), провина (0,46), індекс агресивності (0,57), індекс ворожості (0,77). В даному факторі об'єднуються як стеничні негативні емоції (гнів, відраза, презирство), що описуються К. Ізардом як триада ворожості, так і астеничні (горе, страх) [12]. Відомо, що біль, страх та пролонгована печаль можуть виступати як природні активатори гніву [там же]. На думку К. Ізарда триада ворожості залежно від супутніх факторів може бути спрямована як назовні, тобто на оточуюче середовище, так і на самого себе. Нерегульований вплив цих

емоцій (у сукупності з високим рівнем агресивності та тривожності) на мислення та поведінку може призвести до порушення адаптації. Наявність у факторі емоцій, спрямованих на критику власного «Я» (сорому та провини) дає змогу припустити, що ворожість націлена на себе; такі люди відчувають невдоволеність собою та занепокоєння. Існують дані про те, що ворожість, спрямована по відношенню до себе є суттєвим аспектом депресивної симптоматики [12], а в даному випадку це підтверджується наявністю у факторній структурі емоції горя. В той самий час ворожість спрямована назовні, яка, можливо, виконує функцію захисту від навколишнього світу. Також це підтверджується зв'язком із високим рівнем тривожності, тобто схильності очікувати загрозу в широкому колі ситуацій. Ще в даному факторі мають високе навантаження скриті типи агресивності: такі люди схильні до почуття образи, вони проявляють обережність та недовіру по відношенню до оточуючих, вони можуть бути запальними та різкими.

Другий біполярний фактор з вагою 16,61% був названий «Відкрита агресивність», його полюси складають наступні значимі показники методик: горе (-0,41), страх (-0,41), сором (-0,61), реактивна тривожність (-0,40), особистісна тривожність (-0,40), фізична агресія (0,74), вербальна агресія (0,73), негативізм (0,43), провини (-0,48), індекс агресивності (0,74). З нашої точки зору об'єднання показників в один фактор може бути пояснено наступними причинами. По-перше, стеничні негативні емоції (страх та горе), соціальні емоції (сором та провини) та тривожність блокують прояви агресивності. Показники фізичної, вербальної агресії та емоції сорому і провини мають зворотні значення, тому можемо припустити, що відкрита агресивність може активізуватись, коли людина не вважає себе винуватою, не відчуває відповідальності за власні дії та не відчуває себе збентеженою та сором'язливою саме тоді може собі дозволити проявляти та відчувати лють. Тобто агресивність проявляється, коли відсутні механізми соціального контролю, внутрішні регулятори поведінки. Таким людям, імовірно, властиві деструктивні тенденції, вони можуть проявляти відкриті акти агресії.

Третій фактор «Відмова від радості» з вагою 8,27% є монополярним та представлений наступними параметрами: радість (0,67), здивування (0,80), страх (0,43), сором (0,41). До складу фактору увійшли позитивні емоції, однак, відмова від радості досягається за рахунок присутності негативних стеничних емоцій сорому та страху. Об'єднання даних показників в один фактор є підтвердженням гіпотези Томкінса про те, що сором виникає тільки тоді, коли суб'єкт відчуває одну із позитивних емоцій [12], сором на психологічному та нейронному рівнях більш щільно пов'язаний, ніж інші негативні емоції з позитивними емоціями (радістю та інтересом). На думку Х. Льюїс [цит. за 12, с. 383], переживання сорому можна розглянути як наслідок недосяжності ідеального Его, неможливості реалізувати ідеальне Его. При соромі людина відчуває свою загальну неспроможність, втрату самоповаги, сором зачіпає ідентичність людини, що відображено в факторі «Ворожість». Саме це відчуття власної неадекватності, загроза самоповазі визначається авторами як одна із причин страху. Відносно емоції здивування треба відмітити, що ця емоція розглядається і як позитивна, але і як емоція переляку. Така взаємодія емоцій повідомляє про напруження емоційної сфери.

Четвертий монополярний фактор з вагою 7,4% отримав назву «Презирство» містить у собі такі показники як: інтерес (0,79), презирство (0,40) та підозрілість (0,40). Виникнення позитивної емоції інтересу, яка грає важливу мотиваційну роль у формуванні навичок та інтелекту, виконує виключну функцію в пізнанні оточуючого світу та штовхає людину на контакт з іншими, супроводжується підозрілістю, тобто недовірою та настороженістю по відношенню до людей. З одного боку є бажання іти на контакт з іншого – недовіра. На нашу думку емоція презирства виникає як засіб подолання цього конфлікту, як захисна функція, як компенсація недовіри. Презирство виступає як можливість піднятися над цими переживаннями та знецінити їх, знецінити те, що викликало інтерес людини і, таким чином, урівноважити емоційну сферу.

Таблиця 2

Розбіжності у вираженості виділених факторів у людей з високим та низьким рівнем емоційної зрілості

Фактори	Середнє значення (1 група)	Середнє значення (2 група)	t-критерій	Рівень значущості, p (df=128)
Фактор «Ворожість»	-0,48	0,48	-6,29	0,001
Фактор «Відкрита агресивність»	-0,19	0,19	-2,21	0,029
Фактор «Відмова від радості»	-0,26	0,26	-3,09	0,002
Фактор «Презирство»	0,11	-0,11	1,31	0,192

Перевірка на достовірність розбіжностей виділених факторів між групами випробовуваних з високим та низьким рівнем емоційної зрілості за допомогою t-критерія Стьюдента показала, що специфічним для людей з низьким рівнем емоційної зрілості є «Ворожість», «Відкрита агресивність» та «Відмова від радості». Фактор «Презирство» не досягає значимого рівня в розбіжностях та може бути розглянутий як компонент емоційної сфери, в рівній мірі виражений в структурі емоційної сфери як емоційно зрілих так і емоційно незрілих особистостей.

Висновки

1. Емоційний простір емоційної зрілості особистості представлений чотирма факторами: «ворожість», «відкрита агресивність», «відмова від радості» та «презирство». Ці компоненти відображають особливості функціонування емоційної сфери емоційно незрілої особистості.

2. Специфічним компонентом феномену емоційної зрілості для випробовуваних з низьким рівнем емоційної зрілості є «ворожість», «відкрита агресивність» та «відмова від радості». Фактор «презирство» не є визначальним компонентом феномену емоційної зрілості особистості.

3. Випробовуваним з низьким рівнем емоційної зрілості властиві два типи агресивності, що складають два полюси. Перший – аутоагресія, що виникає внаслідок переживання негативних емоцій, фрустрації та стресу, вона в свою чергу блокується захисним

механізмом – ворожістю по відношенню до оточуючого світу. Другий полюс – відкрита агресивність, що активізується завдяки відсутності внутрішніх регуляторів поведінки (відчуття провини, сорому та ін.).

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

Література

1. Бойко В. В. Энергия эмоций / В. В. Бойко. – СПб. : Питер, 2004. – 474 с.
2. Вилюнас В. К. Основные проблемы психологической теории эмоций / В. К. Вилюнас // Психология эмоций: Тексты / под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Гиппенрейтер. – М., 1984. – С. 3–28.
3. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2001. – 637 с.
4. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Р. Роджерс. – М. : Издательская группа «Прогресс», 1994. – 480 с.
5. Кочарян О. С. Статерольова структура симптомокомплекса «емоційного холоду» / О. С. Кочарян, Є. В. Фролова, І. О. Бару // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України ; за ред. С. Д. Максименко. – 2013. – Вип. 15, Ч. 4. – С. 134–145.
6. 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.
7. Гидденс Э. Трансформация интимности / Э. Гидденс ; пер. с англ. – СПб. : Питер, 2004. – 208 с.
8. 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.
9. Кочарян О. С. Емоційна зрілість особистості: дослідження феномену / О. С. Кочарян, М. А. Півень // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського : збірник наукових праць / за ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. – Т. 2. – Вип. 9. – Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2012. – С. 140–144.
10. Півень М. А. Структура емоційної зрілості особистості / М. А. Півень // Вісник ХНПУ ім. Г. С. Сковороди. Психологія. – Х. : ХНПУ, 2014. – Вип. 47. – С. 156–163.
11. 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. – Т. 11 : Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 7. – Ч. 2. – Ніжин : ПП Лисенко М. М., 2013. – С. 224–232.
12. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – СПб. : Питер, 2008. – 464 с.
13. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учебное пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. – Самара : Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2008. – 672 с.

Literatura

1. Bojko V. V. Jenergija jemocij / V. V. Bojko. – SPb. : Piter, 2004. – 474 s.
2. Viljunas V. K. Osnovnye problemy psihologicheskoy teorii jemocij / V. K. Viljunas // Psihologija jemocij: Teksty / pod red. V. K. Viljunasa, Ju. Gippenrejter. – M., 1984. – S. 3–28.
3. Il'in E. P. Jemocii i chuvstva / E. P. Il'in. – SPb. : Piter, 2001. – 637 s.
4. Rodzhers K. R. Vzgljad na psihoterapiju. Stanovlenie cheloveka / K. R. Rodzhers. – M. : Izdatel'skaja gruppa «Progress», 1994. – 480 s.
5. Kocharjan O. S. Staterol'ova struktura simptomokompleksa «emocijnogo holodu» / O. S. Kocharjan, Є. V. Frolova, I. O. Baru // Naukovi zapiski Institutu psihologii imeni G. S. Kostjuka NAPN Ukraïni za red. S. D. Maksimenko, 2013. – Vip. 15, Ch. 4. – S. 134–145.
6. Kocharjan A. S. Psihoseksual'noe razvitie cheloveka. Formirovanie muzhskogo gendera Ucheb. Posobie / A. S. Kocharjan, M. E. Zhidko. – Khar'kov : Nac. ajerokosm. un-t «Har'k. aviac. in-t», 2005. – 112 s.
7. Giddens Je. Transformacija intimnosti / Je. Giddens ; per. s angl. – SPb. : Piter, 2004. – 208 s.
8. Pavlova I. G. Stanovlennja emocijnoï zrilosti v pidlitkovomu ta junac'komu vici : avtoref. dis. na zdobuttja nauk.stupenja kand. psihol. nauk : spec.19.00.07 / I. G. Pavlova. – Odesa, 2005. – 19 s.
9. Kocharjan O. S. Emocijna zrilist' osobistosti: doslidzhennja fenomenu / O. S. Kocharjan, M. A. Piven' // Naukovij visnik Mikolaïvs'kogo derzhavnogo universitetu imeni V. O. Suhomlins'kogo : zbirnik naukovih prac' / za red. S. D. Maksimenka, N. O. Єvdokimovoï. – T. 2. – Vip. 9. – Mikolaïv : MNU imeni V.O. Suhomlins'kogo, 2012. – S. 140–144.
10. Piven' M. A. Struktura emocijnoï zrilosti osobistosti / M. A. Piven' // Visnik HNPU im. G. S. Skovorodi. Psihologija. Vip. 47. – H. : HNPU, 2014. – S. 156–163.
11. Piven' M. A. Rozrobka metodiki diagnostiki emocijnoï zrilosti osobistosti / M. A. Piven' // Aktual'ni problemi psihologii: zbirnik naukovih prac' Institutu psihologii imeni G. S. Kostjuka. – Kii'v, 2013. – T. 11 : Psihologija osobistosti. Psihologichna dopomoga osobistosti. – Vip. 7. – Chastina 2. – Nizhin : PP Lisenko M. M., 2013. – S. 224–232.
12. Izard K. Je. Psihologija jemocij / K. Je. Izard. – SPb. : Piter, 2008. – 464 s.
13. Prakticheskaja psihodiagnostika. Metodiki i testy : uchebnoe posobie / pod red. D. Ja. Rajgorodskogo. – Samara : Izdatel'skij Dom «BAHRAH-M», 2008. – 672 s.