

Д. Ю. Баркова, В. О. Нудель

Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Розглянуто проблему особливостей прояву характеристик емоційної сфери особистості в міжособистісних стосунках у юнацькому віці. Висвітлено питання розуміння емоцій на підставі підходів різних зарубіжних та вітчизняних психологів, а також особливостей формування міжособистісних стосунків юнаків. Виявлення механізмів та характеру зв'язку емоційної сфери особистості з її міжособистісними відносинами розглядається на матеріалі дослідження емоційної сфери 30 юнаків та дівчат.

Ключові слова: емоції, емоційне реагування, міжособистісна взаємодія.

Рассмотрена проблема особенностей проявления характеристик эмоциональной сферы личности в межличностных отношениях в юношеском возрасте. Освещены вопросы понимания эмоций на основании подходов разных зарубежных и отечественных психологов, а также особенностей формирования межличностных отношений юношей. Выявление механизмов и характера связи эмоциональной сферы личности с её межличностными взаимоотношениями рассматривается на материале исследования эмоциональной сферы 30 юношей и девушек.

Ключевые слова: эмоции, эмоциональное реагирование, межличностное взаимодействие.

Одним з найяскравіших показників ефективності міжособистісних стосунків є стабільність емоційних проявів членів референтної групи.

Її можна досягти не тільки створенням загальної позитивної ситуації в групі, але й враховуючи індивідуальні особливості кожної особи.

Особлива увага дослідників приділяється тому, що будь-який акт міжособистісного спілкування – це не просто вплив людини на людину, а їх безпосередня взаємодія. Процес спілкування виглядає як система пов'язаних між собою актів (Б. Ф. Ломов, 1984). Міжособистісна взаємодія розглядається як такий зв'язок (комунікація), який включає в себе обмін не тільки діями, але й уявленнями, ідеями, інтересами, настроями, емоціями, почуттями й установками між людьми (С. Л. Рубінштейн, 1973; Б. Ф. Ломов, 1984; М. І. Шевандрин, 1995; О. О. Бодальов, 1996; О. О. Леонтьєв, 1997) [6].

Між людиною і навколишнім світом складаються об'єктивні відносини, які стають предметом почуттів та емоцій. В емоціях і почуттях виявляється своєрідне особистісне ставлення людини до навколишньої дійсності і до самої себе. Почуття та емоції виникають у процесі діяльності і впливають на її перебіг. Структура особистості юнака формується шляхом стабілізації відносин з оточуючими людьми. В основі адаптивних складових міжособистісних відносин завжди полягає критерій емоційності, який у своїй більшості є індикатором настрою і поведінки, а також формує відносини [9].

Зв'язок між емоційним розвитком юнаків та міжособистісним спілкуванням досліджує В. М. Куніцина. У своїх роботах вона зазначає, що відсутність досвіду емоційної комунікації призводить до переваги негативних емоцій над позитивними у міжособистісній взаємодії юнаків [6].

Метою даної статті є дослідження особливостей прояву емоційної сфери особистості у формуванні міжособистісних стосунків у юнацькому віці. У ході реалізації мети дослідження передбачалося вирішення таких завдань.

1. Визначити основні теоретико-психологічні засади дослідження психологічних характеристик емоцій та розвитку емоційної сфери особистості в юнацькому віці.

2. Дослідити характер та рівні розвитку міжособистісних стосунків у юнацьких колективах.

3. Виявити особливості зв'язку характеристик емоційної сфери та міжособистісних стосунків юнаків.

4. Провести якісний та кількісний аналіз отриманих емпіричних даних.

5. Проаналізувати отримані в ході емпіричного дослідження результати та зробити висновки.

Роль емоцій у житті людини така ж велика, як і роль пізнавальних процесів. Перше систематично розроблене трактування емоційних явищ належить інтроспективній психології, засновником якої є Вільгельм Вундт. Американський психолог Тітченер піддав сумніву висунуту В. Вундтом тезу про неймовірну безліч почуттів і вважав, що існує тільки два види почуттів: задоволення і незадоволення. Першим традиційну концепцію емоцій піддав сумніву відомий американський психолог Вільям Джеймс. У 1884 р. він запропонував, а в 1894 р. розвинув далі тезу про те, що безпосередньо за сприйняттям подразника слідує тілесні зміни, а наше переживання цих змін і є емоції. Подібну точку зору поділяв і датський дослідник К. Ланге: на його думку, емоції виникають у результаті моторних змін, що викликаються деякими подразниками [4].

Вітчизняні психологи стверджують, що емоції – це особлива форма ставлення до предметів і явищ дійсності, та виділяють три аспекти цього феномена: аспект переживання (С. Л. Рубінштейн, Г. Ш. Шингаров), аспект відносин (П. М. Якобсон, В. М. Мясіщев), аспект відображення (В. К. Вілюнас, Л. М. Веккер, Г. А. Фортунатов).

Згідно з першою точкою зору, специфічність емоцій полягає в суб'єктивному переживанні подій і відносин. Рубінштейн С. Л. вважав, що «почуття відображають у формі переживання ставлення суб'єкта до оточення, до того, що він пізнає і робить» [8, с. 385]. Інший погляд на визначення емоцій виходить з того, що емоції (почуття) є формою активного ставлення людини до навколишнього світу. Активно впливаючи на зовнішнє середовище і пізнаючи його, людина водночас суб'єктивно переживає своє ставлення до предметів і явищ реального світу. Аспект відображення припускає, що емоції (почуття) є специфічною формою відображення *значення* об'єкта для суб'єкта. У своїх роботах Г. А. Фортунатов і П. М. Якобсон визначають емоційні процеси як «відображення у мозку людини її реальних ставлень, тобто ставлень суб'єкта потреби до значущих для нього об'єктів» [11, с. 368].

Ще в першій половині ХХ століття дослідники зазначали афекти як емоційні реакції, спрямовані на розрядку емоційного збудження, що виникає [8]. Емоційне реагування характеризується знаком («+» або «-» переживання), впливом на поведінку і діяльність (стимулюючий або гальмівний), інтенсивністю (глибина переживань), тривалістю протікання (короткочасні або тривалі), предметністю (ступінь усвідомленості і зв'язку з конкретним об'єктом) [3].

Юність – вік специфічної емоційної сензитивності. У цей період інтенсивно реалізуються і розквітають за сприятливих умов всі ті потенції емоційності людини, які закладені у її природі. Для емоційного життя юнаків притаманним є те, що в ці роки не тільки переживаються предметні почуття, а й формуються почуття узагальнені (почуття прекрасного, почуття трагічного, почуття гумору і т. д.). Ці почуття висловлюють вже загальні, більш-менш стійкі світоглядні настанови особистості. Говорячи про емоційну сферу особистості, важливо приділити увагу й емоційній культурі – вихованості емоцій; рівню розвитку емоцій, який передбачає емоційну чуйність, а також відповідальності за свої переживання перед собою і оточуючими [7].

Емоційна сфера здійснює свій вплив на сприйняття людиною навколишньої дійсності, на її мрії і плани, на вибір сфери діяльності, друзів, коханих, на творчість, на уявлення про щастя. У вітчизняній психології існує безліч думок з приводу того, яке місце посідають міжособистісні відносини в реальній системі життєдіяльності людини. Перш за все, необхідно згадати про В. М. Мясіщева, який вважав, що найголовніше, що визначає особистість – її ставлення до людей, що є одночасно взаємовідносинами. Міжособистісні стосунки – це сукупність зв'язків, що складаються між людьми у формі почуттів, суджень та звернень один до одного. Міжособистісні стосунки включають: сприйняття і розуміння людьми один одного; міжособистісну привабливість (тяжіння і симпатія); взаємодію та поведінку [5].

Юнацький вік – вік зростання сили Я, його здатності проявити і зберегти свою індивідуальність; у цей час вже є підстави для подолання страху втрати свого Я в умовах групової діяльності, інтимної близькості. Міжособистісні стосунки в юнацькому віці відіграють значну роль, хоча і відрізняються двома протилежними тенденціями: *розширенням сфери* (збільшення кількості контактів, розширення меж спілкування), з одного боку, і *зростаючою індивідуалізацією, відокремленням*, з іншого. Характерною рисою міжособистісних стосунків є загострення потреби в дружбі, яка стає стійкішою і глибшою. Юнацька дружба унікальна, вона посідає виняткове місце серед інших прихильностей. Підвищуються вимоги до дружби, ускладнюються її критерії. У цьому віці досить типовою є ідеалізація друзів та дружби у цілому. У зв'язку з цим, попри розширення сфери спілкування, кількість друзів в юнацькому віці, у порівнянні з підлітковим, значно зменшується [6].

З якою б силою не була спрямована юність на пошук свого місця у світі, як би не була вона інтелектуально готова до осмислення всього сущого, багато чого вона не знає – ще немає досвіду реального практичного і духовного життя серед близьких та інших людей. Стає актуальним пошук супутника життя і одностудців, зростає потреба у співпраці з людьми, зміцнюються зв'язки з референтною групою, з'являється відчуття інтимності з певними людьми. Розпочавши в отроцтві створення своєї особистості, вперше свідомо будуючи способи спілкування, молода людина продовжує цей шлях удосконалення значущих для себе якостей в юності. Проте, в одних це – духовне зростання через ідентифікацію з ідеалом, а в інших – вибір для наслідування антигероя і пов'язані з цим наслідки розвитку особистості. Юнак продовжує відкривати через постійні рефлексії свою ефемерну та невловиму, як і в підлітковому віці, сутність. Він залишається чутливою людиною – іронічний погляд, влучне слово іншої людини можуть разом знезброїти молоду людину і збити з неї апломб, що так часто демонструється.

Лише із завершенням юнацького віку молода людина починає реально опанувати захисні механізми, які не тільки дозволяють їй ззовні захищати себе від стороннього вторгнення, але і зміцнюють її внутрішньо. Рефлексія допомагає передбачити потенційну поведінку іншого і підготувати релевантні дії, які попередять безпечальне вторгнення; обрати таку внутрішню позицію, яка може захистити більше, ніж фізична сила. У цей період життя людина вирішує, в якій послідовності вона докладе свої здібності для реалізації себе в праці і в житті у цілому [2].

Саме в юності загострюється потреба до відокремлення, прагнення захистити свій унікальний світ від вторгнення сторонніх і близьких людей для того, щоб через рефлексії зміцнити почуття особистості, щоб зберегти свою індивідуальність, реалізувати свої домагання на визнання. Відокремлення як засіб утримання дистанції при взаємодії з іншими дозволяє молодій людині «зберігати своє обличчя» на емоційному та раціональному рівні спілкування [9]. Саме в юності відбувається сходження людини до найвищого потенціалу людяності і духовності,

але саме в цьому віці людина може зануритися до найпохмуріших глибин нелюдськості [7].

Емоційний стан особистості і міжособистісні стосунки юнаків знаходяться у взаємозв'язку і характеризуються загальною психологічною особливістю: силою прояву емоцій, що входять до емоційної сфери особистості, і співвідношенням рівнів міжособистісних стосунків. Рівень міжособистісних стосунків у колективі юнаків залежить від ступеня розвитку емоційної адекватності, емоційної згуртованості та їх співвідношення.

Між спрямованістю особистості і міжособистісними стосунками юнаків існує зв'язок, який виражається у впливі особливостей спрямованості особистості на формування різних видів міжособистісних відносин.

Завдяки особливостям емоційної сфери юнаки можуть оцінювати навколишніх людей, встановлювати певне значення відносин, які набувають протягом певного періоду часу. Отже, взаємозв'язок особливостей емоційної сфери особистості та міжособистісних стосунків юнаків безперечно існує. Чим більше особистість емоційно врівноважена, тим легше їй буде встановлювати контакти з оточуючими людьми [6].

Для проведення дослідження було обрано групу юнаків віком від 16 до 23 років у кількості 30 осіб (17 дівчат та 13 хлопців).

Для встановлення характеру зв'язку особливостей емоційної сфери особистості з міжособистісними відносинами юнаків нами було обрано такі методики: «Методика діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів» (В. В. Бойко), спрямована на вивчення особливостей встановлення емоційних контактів та діагностику невміння керувати емоціями; неадекватного прояву емоцій; негнучкості, нерозвиненості, невиразності емоцій; домінування негативних емоцій; небажання зближуватися з людьми на емоційній підставі, а також «Методика діагностики міжособистісних відносин» (Т. Лірі, Г. Лефорж, Р. Сазек), яка призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе та про власне ідеальне «Я», для вивчення специфіки взаємовідносин у малих групах, а також для виявлення переважаючого типу відносин до людей в самооцінці та взаємооцінці досліджуваних.

Досліджувані отримали бланки тестів і таку інструкцію: «На бланку №1 Вам пропонуються питання, на які потрібно буде відповісти «так» чи «ні». На бланку №2 дайте відповідь знаком «+» проти тих визначень, які відповідають Вашому уявленню про себе».

У ході емпіричного дослідження були отримані результати за двома методиками. За результатами «Методики діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів» нами було виділено найбільш складні особливості емоційного спілкування у юнацькому віці.

Таблиця 1

Результати середніх значень діагностичних показників по групі за методикою «Діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів»

Показник	Перешкоди				
	Невміння керувати емоціями	Неадекватний прояв емоцій	Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій	Домінування негативних емоцій	Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі
Середнє значення	2,24	2,56	1,84	1,64	1,96

Як видно з табл. 1, до найбільш виражених перешкод за результатами дослідження відносяться: «невміння керувати емоціями, дозувати їх» (втихомирювати негативні чуттєві реакції) та «неадекватний прояв емоцій».

Проаналізувавши отримані в процесі дослідження міжособистісних стосунків дані, ми умовно розподілили досліджуваних на три групи за рівнями відношення з оточуючими людьми та здатності встановлювати контакти (табл. 2).

Таблиця 2

**Узагальнені дані за результатами методики
«Діагностика міжособистісних відносин»**

Параметр	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	К-сть осіб	Тип	К-сть осіб	Тип	К-сть осіб	Тип
1. Авторитарний	4	Диктаторський	17	Домінантний	9	Впевнений
2. Егоїстичний	-	-	-	-	30	Егоїстичні риси
3. Агресивний	-	-	4	Вимогливий, суворий	26	Упертий, завзятий
4. Підозрілий	-	-	3	Скептичний	27	Критичний
5. Підпорядкований	-	-	-	-	30	Скромний
6. Залежний	-	-	4	Слухняний	26	Конформний
7. Дружелюбний	14	Задоволення вимоги всіх	-	-	16	Схильний до співпраці
8. Альтруїстичний	11	Гіпервідповідальний	-	-	19	Делікатний, добрий

Як видно з табл. 2 (за результатами, отриманими в аналізі «Методики діагностики міжособистісних відносин» Лірі) «диктаторський тип» відносин визначено у чотирьох осіб, «домінантний» – у 17, «впевнений» – у дев'яти. «Егоїстичний тип» відносин у всіх досліджуваних зазначений низьким рівнем. Вимогливість та суворість проявилися у чотирьох осіб, усі інші проявили себе як уперті та завзяті. Скептичність визначилась у двох осіб, критичність – у 23. Особливого визначення підпорядкованого типу не виявлено. Слухняними виявилися чотири особи, всі інші – конформні. Зазначалося 14 осіб, які прагнуть задовольнити вимоги всіх та 16 – схильних до співпраці. Також гіпервідповідальний тип відносин визначений у 11 осіб; делікатний, добрий – у 19.

За критерієм загального рівня перешкод у спілкуванні, згідно з методикою Бойко, нами було умовно розподілено досліджуваних у чотири групи: особи з дуже низьким рівнем наявності перешкод: від 3–5 балів (4 особи); низький рівень наявності перешкод: від 6–8 балів (7 осіб); середній рівень наявності перешкод: від 9–12 балів (11 осіб); високий рівень наявності перешкод: від 13 балів та більше (8 осіб).

У людей з *дуже низьким рівнем наявності перешкод* було діагностовано такі виражені особливості: високий рівень альтруїстичності (гіпервідповідальність, нав'язування своєї допомоги – 67 % досліджуваних); високі показники дружелюбності, бажання задовольнити вимоги всіх людей, прояв диктаторського, владного, деспотичного характеру (також 67 %).

У людей з *низьким рівнем наявності перешкод* виявлено такі особливості: диктаторський тип (прагнення опиратися на свою думку – 80 % досліджуваних); високі показники за шкалою дружелюбності (емоційна лабільність – 60 % досліджуваних). Варто зазначити, що у одного з опитуваних виявлений високий рівень егоїстичності.

У досліджуваних із *середніми показниками загального рівня наявності перешкод* було виявлено диктаторський та доміантний типи поведінки (70 % досліджених). Встановлено декілька випадків егоїстичності та агресивності.

У осіб з *високим рівнем наявності перешкод* встановлено такі ознаки: диктаторський та домінантний типи (у 43 % досліджуваних); декілька випадків залежності, агресивності, підозрілості та альтруїстичності.

Отже, в результаті проведення емпіричного дослідження було виявлено, що до найбільш виражених перешкод у встановленні емоційних контактів відносять: невміння керувати емоціями, дозувати їх та неадекватний прояв емоцій.

Також ми виявили зв'язок інтенсивності наявних перешкод у встановленні емоційних контактів та переважаючого типу відносин до людей в самооцінці і взаємооцінці.

Для груп досліджуваних з *дуже низьким та низьким рівнями наявності перешкод* характерним виявився прояв диктаторського, владного типу відносин: вони схильні спиратися на свою думку. Ці люди прагнуть задовольнити вимоги всіх людей, відзначаються гіпервідповідальністю та дружелюбним відношенням до оточуючих. Вони легко йдуть на встановлення контакту з іншими людьми та не мають проблем у взаємодії з ними.

Для груп досліджуваних із *середнім та високим рівнями наявності перешкод* виявився характерним диктаторський та домінантний типи відносин. Також встановлено декілька випадків агресивності, залежності, альтруїстичності. Ці досліджувані відрізняються емоційною неврівноваженістю, а також невмінням адекватно проявляти свої почуття та емоції, що і є причиною ускладненості встановлення контакту з оточуючими людьми.

Отже, зв'язок взаємодії особливостей емоційної сфери особистості та міжособистісних відносин юнаків безперечно існує.

Рівень міжособистісних відносин у колективі юнаків значущим чином пов'язаний зі ступенем розвитку емоційної адекватності, емоційної згуртованості та їх співвідношенням.

Висновки. Будь-які прояви активності людини супроводжуються емоційними переживаннями. Емоції виконують мобілізуючу функцію, готують до майбутньої події і, згодом, закріплюють позитивний і негативний досвід. Юнацький вік характеризується підвищеною емоційною збудливістю. У той же час, чим старше юнак, тим сильніше виражено поліпшення загального емоційного стану. У цьому віці у юнаків та дівчат виникає і більш точне регулювання почуттів, зокрема, більш досконале володіння вираженням своїх почуттів і настроїв. Для ранньої юності типовим є емоційно-особистісне ставлення до колективу [1]. Міжособистісні відносини в юнацькому віці відіграють значну роль та відрізняються розширенням меж спілкування у цьому віці, а також зростаючою індивідуалізацією [6]. Емоційний стан особистості і міжособистісні відносини юнаків пов'язані між собою. Вони відрізняються такими характеристиками: силою прояву емоцій, що входять в емоційну сферу особистості і співвідношенням рівнів міжособистісних відносин. Чим більший в особистості рівень емоційної врівноваженості і вміння керувати своїми емоціями, тим простіше їй буде встановлювати контакти з оточуючими людьми [10].

Дані, отримані в результаті експериментального дослідження, можуть бути підставою для більш поглибленого розуміння особливостей розвитку емоційних станів та міжособистісних відносин, а також особливостей їх взаємозв'язку в колективі особистостей юнацького віку.

Бібліографічні посилання

1. Батурина Г. И. Эмоции и чувства как специфическая форма отражения действительности / Г. И. Батурина. – Иваново : Изд-во пед. ин-та, 2003. – 411 с.
2. Выготский Л. С. Проблемы общей психологии. Проблемы эмоций. Вопросы психологии / Л. С. Выготский. – Сб. соч. Т. 5. – М. : Педагогика, 1983. – 476 с.
3. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2007. – 783 с.

4. **Маклаков А. Г.** Общая психология / А. Г. Маклаков. – М. : Питер, 2009. – 582 с.
5. **Мясищев В. Н.** О взаимосвязи общения, отношения и отражения как проблемы общей и социальной психологии // Тезисы симпозиума: Социально-психологические и лингвистические характеристики форм общения и развития контактов между людьми / В. Н. Мясищев. – СПб. : Питер, 1998. – 128 с.
6. **Обозов Н. Н.** Психология межличностных отношений / Н. Н. Обозов. – К. : Лыбидь, 1990. – 191 с.
7. **Вилюнас В. К.** Психология эмоций / В. К. Вилюнас. – СПб. : Питер, 2006. – 288 с.
8. **Рубинштейн С. Л.** Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.
9. **Фолкен Ч. Т.** Психология – это просто / Ч. Т. Фолкен; пер. с англ. – М. : ФАИР-пресс, 2001. – 640 с.
10. **Якобсон П. М.** Воспитание чувств / П. М. Якобсон. – М. : Аспект-Пресс, 1968. – 67 с.
11. **Якобсон П. М.** Психология чувств и мотивации / П. М. Якобсон. – М. : Изд-во «Ин-т практ. психологии»; Воронеж : МОДЭК, 1998. – 304 с.

Надійшла до редколегії 06.03.2013.

УДК 159.922.7:159.938.363.6

Д. Ю. Баркова, М. О. Перевертайло

Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара

СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ ТА ІНТЕРНАТНИХ ЗАКЛАДІВ

Досліджено психологічне здоров'я підлітків, які навчаються за умов загально-освітньої школи та інтернату. Розглянуто критерії психологічного здоров'я та умови його збереження, поняття індивідуальної норми, індивідуальних відмінностей та гармонійної реалізації особистості, аналіз результатів емпіричного дослідження за обраною проблемою.

Ключові слова: психологічне здоров'я, підлітковий вік, критерії психологічного здоров'я, деструктивні впливи, особистісний розвиток, психологічна парадигма.

Исследовано психологическое здоровье подростков, обучающихся в условиях общеобразовательной школы и интерната. Рассмотрены критерии психологического здоровья и условия его сохранения, понятие индивидуальной нормы, индивидуальных различий и гармоничной реализации личности, анализ результатов эмпирического исследования по выбранной проблеме.

Ключевые слова: психологическое здоровье, подростковый возраст, критерии психологического здоровья, деструктивные влияния, личностное развитие, психологическая парадигма.

Психологічне здоров'я – це явище, яке відображає стан відкритості досвіду, тісного контакту з внутрішньою та зовнішньою реальністю та конструктивного самовираження у життєдіяльності в цілому. Неузгодженості між внутрішньою та зовнішньою реальностями передбачають потребу у наявності своєрідного функціонального «органу», який би відповідав за опрацювання, інтеграцію внутрішнього та зовнішнього, а також за самоуправління, самовираження, самоконтроль на цій основі. Цей «орган» має назву «особистісний центр», і саме він виступає внутрішньою основою психологічного здоров'я [8, с. 156].