

О.Я. Чебикін, І.Г. Павлова

СТАНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Проблема емоційної зрілості розглядалась у дослідженнях вітчизняних та зарубіжних психологів (А.Ребер [14], W.C.Menninger [22] та ін.), психофізіологів (П.Фресс [17], П.В.Симонов [16] та ін.) та психотерапевтів (К.Е.FitzMaurice [20] та ін.).

Значний внесок у вирішення проблеми емоційної зрілості особистості зробили О.Я.Чебикін [18], А. Маурер [11] та інші, в роботах яких викладені загальні уявлення щодо її дослідження та формування.

Результати досліджень Г.М.Бреслава [3], Е.Л.Носенко [12], та інших, що спрямовані на виявлення певних закономірностей становлення емоційної сфери, К.О.Абульханової-Славської [1], А.Г.Маслоу [10] та інших, в яких розкривається зміст понять „зрілість” та „особистісна зрілість”, а також О.Г.Асмолова [3], І.С.Кона [7] та інших, які пов'язані з визначенням факторів розвитку особистості, актуалізують проблему поглибленого пізнання емоційної зрілості. Адже, як вказують В.К. Вілюнас [4], П.Фресс [17] та інші, дослідження емоційної зрілості відносяться до малорозроблених напрямів психології. На теперішній час ще недостатньо визначено психологічний зміст емоційної зрілості та основні ознаки, що характеризують цей феномен.

У віковій та педагогічній психології переважне значення в цьому плані також набуває проблема діагностики емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці. Саме цей період, за даними Р.М. Грановської [5], І.С.Кона [7], Л.В.Потапчук [13] та інших, може вважатись оптимальним щодо її становлення.

Виходячи з вищенаведеного в даній роботі ми поставили мету вивчити основні закономірності становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці.

Для досягнення мети ставились наступні завдання: узагальнити теоретичні дані стосовно уточнення сутності та змісту емоційної зрілості; виявити основні структурні компоненти емоційної зрілості особистості; дослідити закономірності в становленні емоційної зрілості з урахуванням віку та статі особистості, що розвивається; охарактеризувати найбільш суттєві типи емоційної зрілості.

Вивчення сучасної психологічної літератури показало, що в багатьох роботах (О.С.Штепа [19]; W.C.Menninger [22] та ін.) вживається термін "емоційна зрілість", однак не описується смислове значення цього поняття, що істотно ускладнює процес його пізнання.

Спроба конкретизувати поняття „емоційна зрілість” здійснюється лише в окремих роботах (А.Маурер [11]; А.Ребер [14], П.Фресс [17] та ін.). При цьому, серед спеціалістів у її розгляді відсутня певна узгодженість. Її розуміють як відповідність емоційних проявів дорослої, тобто біологічно зрілої людини, до норм, прийнятих у даному суспільстві (А.Ребер [14], П.Фресс [17] та ін.); як відповідність емоційних проявів дорослої людини не тільки до сподівань суспільства, але й потреб, цінностей та інтересів суб'єкта (А.Г.Маслоу [10]; К.Е. Fitz Maurice [20] та ін.); як відповідність емоційної поведінки до уявлень про норму для певного віку (А.Маурер [11] та ін.).

Спільним у цих уявленнях є погляд на емоційну зрілість як на здатність до адекватного емоційного реагування з урахуванням певного вікового періоду

життя особистості, тобто її розвитку в конкретних соціальних умовах.

У свою чергу, розгляд таких психологічних феноменів як емоційний інтелект (Е.Л.Носенко [12] та ін.), емоційна компетентність (В.Н.Куніцина [8], О.В.Лібін [9] та ін.), емоційна грамотність (D.Goleman [21] та ін.) дозволив визначити специфіку емоційної зрілості як: 1) інтегративного явища суто емоційного порядку; 2) характеристики певного рівня емоційного розвитку людини; 3) якості особистості, що характеризує адекватність емоційного реагування.

Враховуючи це при визначенні емоційної зрілості ми виходили з того, що емоції людини мають як природну, тобто психофізіологічну, так і соціальну основу свого розвитку. Природна основа базується на тих психофізіологічних властивостях, які відображають адекватність динаміки та онтогенетичного розвитку їх відповідно до віку, а соціальна основа відображає засвоєний досвід емоційного ставлення особистості в розвитку до довколишнього світу. Тому під емоційною зрілістю ми розуміємо інтегративну якість особистості, що характеризує ступінь розвиненості емоційної сфери на рівні адекватності емоційного реагування в певних соціокультурних умовах. Узагальнення досліджень (А.Маурер [11], О.Я.Чебикін [18] та ін.) дозволило до важливих ознак емоційної зрілості віднести особливості емоційної експресивності, емоційної саморегуляції та емпатії.

Уточнено головні компоненти структури емоційної зрілості. На рівні емоційної експресивності - це здатність адекватно відображати в міміці, пантоміміці, експресивних діях та інтонації емоційний стан, що виникає в особистості в конкретних умовах. На рівні емоційної саморегуляції - керування своїми емоціями відповідно до ситуації та доцільності, вміння справлятися з емоційними реакціями соціально прийнятними способами. На рівні емпатії - здатність розуміти світ переживань іншої людини, емоційно відзиватись на її переживання, а також використовувати ці здібності у спілкуванні.

Спираючись на дані (В.Н.Куніцина [8], О.В.Лібін [9], В.М.Русалов [15] та ін.) про те, що емоції, які виникають в особистості, до соціальних об'єктів проявляються інакше, ніж до себе, ми схильні розглядати становлення емоційної зрілості окремо на особистісному та міжособистісному рівнях. Особистісний рівень прояву емоційної зрілості розглядається нами як результат внутрішньої діяльності особистості, спрямованої на оволодіння самим собою, на перетворення внутрішнього світу. Міжособистісний рівень розглядається як результат зовнішньої діяльності, яка спрямована на перетворення зовнішнього світу та проявляється у спілкуванні. Ці рівні прояву компонентів емоційної зрілості ми умовно назвали інтроспрямованістю (тобто, спрямованість на внутрішній стан свідомості) та екстроспрямованістю (тобто, спрямованість на зовнішнє соціальне оточення). Але на відміну від досвіду використання латинських префіксів «intro- (усередину)» та «extra- (назовні, поза-)», де автори (Д.А.Грей [3], В.М.Русалов [15] та ін.) застосовують їх для позначення протилежних полюсів однієї властивості, у нашому випадку означені префікси характеризують різні рівні прояву кожного з компонентів емоційної зрілості, які взаємодоповнюють один одного.

Використовуючи означену термінологію, інтроекспресивність ми розглядаємо як мимовільні прояви емоцій у міміці, рухах, інтонації, які крім іншого виконують ще й функцію розрядки, полегшення, регуляції процесу збудження, викликаного емоційним переживанням. Тому, незважаючи на те, що експресія пов'язана передусім із комунікативною функцією емоцій, ми вважаємо можливим інтерпретувати мимовільне вираження емоційних станів як дію, спрямовану на організацію внутрішньої активності. У свою чергу, цілеспрямоване вираження тих чи інших емоцій, застосування спеціальних прийомів для більш точного вираження реального чи бажаного емоційного стану, використовується лише у спілкуванні. Тому вміння правильно (точно та з адекватною інтенсивністю) передавати свій емоційний стан у спілкуванні ми відносимо до ознак екстраекспресивності. Особистісний рівень емоційної саморегуляції, тобто інтросаморегуляції, проявляється в здатності до регулювання власними реакціями, станами та процесам згідно з ситуацією та доцільністю. Він досягається за рахунок удосконалення прийомів стримування небажаних реакцій, та стимулювання бажаної активності. Екстрасаморегуляцію ми визначаємо як здібність впливати на поведінку інших людей, володіння засобами прямого та опосередкованого впливу на співрозмовника. Інтроемпатія розуміється нами як уміння розбиратися в емоційному стані довколишніх, здатність співчувати та співпереживати їм, розуміти чинники їхньої поведінки. Екстраемпатія характеризується здатністю адекватно використовувати ці вміння як засіб регуляції відносин у спілкуванні.

Відбір методів для проведення емпіричного дослідження здійснювався з урахуванням, по-перше, їхньої компактності та доступності проведення, по-друге, діагностичної спроможності щодо отримання як кількісних показників, так і якісних характеристик, по-третє, об'єктивності, тобто незалежності результатів від впливу дослідника. Враховуючи ці принципи, нами було обрано психодіагностичний комплекс, який нараховував 4 методики: «Діагностика емоційної зрілості особистості» О.Я. Чебикіна, «Особистісний опитувальник» Г.Айзенка, „Розміщення себе на шкалі” Т.В.Дембо, «Фрайбургський особистісний опитувальник» (FPI) форма «В», застосування яких дало змогу діагностувати особливості емоційної зрілості особистості та її компонентів: емоційної експресивності, емоційної саморегуляції та емпатії, а також розглянути їх у системі особистісних особливостей підлітків та юнаків, таких як товариськість, урівноваженість, особистісна самооцінка, нейротизм, емоційна лабільність, невротичність, сором'язливість, депресивність, дратівливість, агресія тощо. Для статистичної обробки отриманих

даних використовувався комплекс методів математичної статистики, що дозволяють визначити: середнє значення, стандартне відхилення та коефіцієнт варіативності, достовірність відмінностей між вибірками, особливості кореляційних взаємозв'язків та факторний розподіл. Для кореляційного та факторного аналізу була застосована комп'ютерна програма SPSS, версія 9.0. Вибірку досліджуваних склали 400 випробуваних підліткового та юнацького віку.

Проведене дослідження виявило, що майже у всіх вікових групах показники, які характеризують особливості емоційної зрілості особистості, загалом відповідають середній нормі виразності. Тобто, у більшості здорових підлітків та юнаків будь-якого віку суттєвих відмінностей у становленні емоційної зрілості не спостерігається. Проте, у кожній віковій групі присутні випробувані, дані яких наближаються до низького або високого рівня виразності. На наш погляд, така варіативність може бути пояснена індивідуальними особливостями становлення емоційної зрілості, пов'язаними як з природною, психофізіологічною (переважання розвитку одного з компонентів емоційної зрілості та компенсації недостатнього розвитку інших), або з соціальною обумовленістю (характер соціального оточення, частота соціальних контактів).

У свою чергу, в різні вікові періоди виразність показників емоційної зрілості неоднакова (див. табл. 1).

Так, статистично достовірні відмінності спостерігаються між підлітками 13 та 14 років в здібностях керувати власними емоціями ($t = 2,3, p < 0,05$); між підлітками 14 та 15 років в здатності довільно виражати емоції у спілкуванні ($t = 3,05, p < 0,01$); між юнаками 17 та 18-23 років в прояві емоційної зрілості загалом ($t = 4,21, p < 0,001$).

Визначена певна вікова динаміка у формуванні зв'язків між компонентами емоційної зрілості: від незначних кореляційних стосунків у віці 11-12 років, до їх підсилення у 13-14 років, та подальшого послаблення в 15, 16, 17 та 18-23 років.

У кореляційному дослідженні майже в усіх досліджуваних вікових групах виявлено зв'язки компонентів емоційної зрілості з екстраверсією та товариськістю, що вказує на їхню вагомість для становлення цих властивостей (див. табл. 2).

Також, позитивне значення для становлення емоційної зрілості у 12 та 13 років набуває врівноваженість, у 14, 15 та 16 років - особистісна самооцінка. Негативний вплив на становлення компонентів емоційної зрілості здійснюють сором'язливість у 11, 17, 18-23 років, дратівливість у 12 й 13 років, невротичність у 16, 17 та 18-23 років.

Таблиця 1

Відмінності у виразності показників емоційної зрілості особистості в представників різного віку

Показник	Статистичний показник	Вік													
		11 років	12 років	12 років	13 років	13 років	14 років	14 років	15 років	15 років	16 років	16 років	17 років	17 років	18-23 років
Експресивність	X	6,50	6,91	6,91	6,60	6,60	6,05	6,05	6,67	6,67	6,51	6,51	6,69	7,91	
	t	0,87		0,61		1,45		1,79		0,42		0,43		3,40**	
Інтро експресивність	X	3,79	3,70	3,70	3,60	3,60	3,31	3,31	3,24	3,24	3,44	3,44	3,52	3,62	
	t	0,32		0,33		1,38		0,35		0,86		0,32		0,41	
Екстра-експресивність	X	2,71	3,30	3,30	3,00	3,00	2,73	2,73	3,43	3,43	3,07	3,07	3,17	4,29	
	t	1,89		0,93		1,04		3,05**		1,42		0,37		5,36**	
Саморегуляція	X	7,07	6,52	6,52	6,27	6,27	7,06	7,06	7,18	7,18	6,56	6,56	7,13	7,83	
	t	1,05		0,51		2,30*		0,31		1,56		1,47		2,03*	
Інтро-	X	2,93	2,74	2,74	2,49	2,49	3,24	3,24	2,88	2,88	2,83	2,83	3,00	3,33	

саморегуляція	t	0,54	0,76	3,47**	1,76	0,24	0,77	1,56
Екстра-саморегуляція	X	4,14 3,78	3,78 3,78	3,78 3,82	3,82 4,29	4,29 3,73	3,73 4,25	4,25 4,52
	t	1,15	0,02	0,20	1,96	2,10*	2,02*	1,26
Емпатія	X	7,25 6,65	6,65 6,51	6,51 6,58	6,58 7,22	7,22 7,90	7,90 7,71	7,71 8,69
	t	0,97	0,23	0,17	1,5	1,53	0,49	3,01**
Інтроемаптія	X	3,86 3,48	3,48 3,29	3,29 3,44	3,44 3,80	3,80 4,15	4,15 3,83	3,83 4,23
	t	1,09	0,58	0,66	1,60	1,34	1,24	1,73
Екстраемпатія	X	3,25 3,17	3,17 3,20	3,20 3,14	3,14 3,41	3,41 3,83	3,83 3,88	3,88 4,45
	t	0,21	0,07	0,22	0,89	1,34	0,18	2,86**
Емоційна зрілість	X	20,8 20,1	20,1 19,4	19,4 19,7	19,7 21,1	21,1 21	21 21,5	21,5 24,4
	t	0,61	0,59	0,38	1,61	0,09	0,66	4,21**

Примітка. * – відмінності значимі при $p < 0,05$; ** – відмінності значимі при $p < 0,01$.

Таблиця 2

Найбільш суттєві взаємозв'язки показників емоційної зрілості з особистісними властивостями підлітків та юнаків

Вікова група	Показники, що характеризують особистісні властивості (значення коефіцієнту кореляції Пірсона)			
	емоційної експресивності	емоційної саморегуляції	емпатії	Інтегративний параметр емоційної зрілості
11 років	F2 (0,397*)	F8 (-0,483*) E (0,435*)	-	-
12 років	F4 (0,541**) F6 (0,420*) F10 (0,496*)	F6 (0,459*)	F5 (0,487*)	F5 (0,510*)
13 років	F6 (0,295*) F10 (0,388**) E (0,433**)	E (0,532**) H (-0,309*) F4 (0,305*)	E (0,344*)	F10 (0,305*) E (0,590**)
14 років	CO (0,261*) E (0,333*) H (0,280*)	F1 (-0,368**) F3 (-0,345**) F5 (0,294**) F11 (-0,318**) CO (0,302**) E (0,306**)	F5 (0,252*) F6 (0,244*) E (0,370**) H (0,320**)	F5 (0,293**) CO (0,262*) E (0,447**) H (0,274*)
15 років	F5 (0,539**) F10 (0,444**) E (0,422**)	F5 (0,376**) F8 (-0,297*) CO (0,373**) E (0,363*)	F5 (0,542**) F10 (0,429**) CO (0,284*)	F5 (0,646**) F10 (0,495**) CO (0,305*) E (0,443**)
16 років	CO (0,361*) F1 (0,344*) F3 (0,354*)	F5 (0,348*)	F4 (0,341*)	-
17 років	F5 (0,312*) E (0,304*) F7 (-0,353*) F3 (0,294*) F11 (0,304*)	F8 (-0,342*) E (0,447**) H (-0,377**) F1 (-0,312*) F3 (-0,348*)	H (0,341*) F7 (-0,312*)	-
18-23 роки	H (0,520**) F4 (0,392*)	F7 (0,471**) E (0,538**) F5 (0,339*) F8 (-0,377*) F10 (0,370*)	F7 (0,377*) F8 (-0,456**) E (0,461**)	F7 (0,430**) F10 (0,369*) E (0,456**)

Примітки: 1)* – кореляція значима при $p < 0,05$; ** – кореляція значима при $p < 0,01$. 2) E – екстра-інтровертованість; H – нейротизм; F1- невротичність; F2- спонтанна агресія; F3- депресивність; F4- дратівливість; F5- товариськість; F6- врівноваженість; F7- реактивна агресія; F8- сором'язливість; F9- відвертість; F10- екстра-інтроверсія; F11- емоційна лабільність; F12- маскулізм-фемінізм; CO- самооцінка.

При порівнянні осіб чоловічої та жіночої статі за показниками емоційної зрілості, встановлено, що загальний її рівень у них принципово не відрізняється. Що стосується окремих компонентів, в їхньому прояві є певні розбіжності, а саме: у дівчат більш активно формуються співчуття та співпереживання, розуміння емоційного стану та мотивів поведінки партнера по спілкуванню в 14 років ($t = 2,8, p < 0,01$), у 15 років ($t = 2,4, p < 0,05$), у 17 років ($t = 3, p < 0,01$) та у 18-23 роки ($t = 2,91, p < 0,01$); у хлопців більш успішно формуються здатності до регуляції власними емоціями у 13 ($t = 2,11, p < 0,05$) та 14 років ($t = 2,14, p < 0,05$). Отримане дає змогу припустити, що представники чоловічої та жіночої статі обирають різні шляхи досягнення адекватності емоційного реагування. Відмінності проявляються

також на рівні взаємозв'язків основних компонентів емоційної зрілості з особистісними властивостями. Найбільш суттєвими є відмінності у взаємозв'язках емпатії, яка у хлопців частіше пов'язана з емоційною лабільністю, депресивністю, дратівливістю; найменші відмінності визначені в детермінації емоційної експресивності. Крім того, виявлено тенденцію до зменшення з віком відмінностей у чинниках становлення як емоційної зрілості загалом, так і її основних компонентів, тобто, у процесі розвитку здібностей, що забезпечують адекватність емоційного реагування, розбіжності в особистісній детермінації згладжуються.

Проведене дослідження вікових та статевих відмінностей у прояві ознак емоційної зрілості в підліт-

ковому та юнацькому віці дало змогу виділити основні етапи її становлення (див. рис. 1).

Перший етап - 11-13 років, протягом якого спостерігається тенденція до послаблення саморегуляційного й емпатійного компонентів та підвищення емоційної експресивності. Наприкінці цього періоду відзначається зниження рівня емоційної експресивності, стабілізація всіх трьох компонентів та однакова їх участь в організації адекватності емоційного реагування. Тому визначений нами період, який відповідає ранньому підлітковому вікові, може бути

названий етапом домінування експресивності в емоційній зрілості. Другий етап - 14-15 років, протягом якого триває тенденція до зниження експресивності та одночасного зростання емоційної саморегуляції. Загалом, це етап послаблення ролі експресивної регуляції поведінки, що характеризує неусвідомлюваний (інтуїтивний) рівень організації адекватного емоційного реагування, та зростання значення свідомої регуляції як власних емоцій, так і поведінки оточуючих.

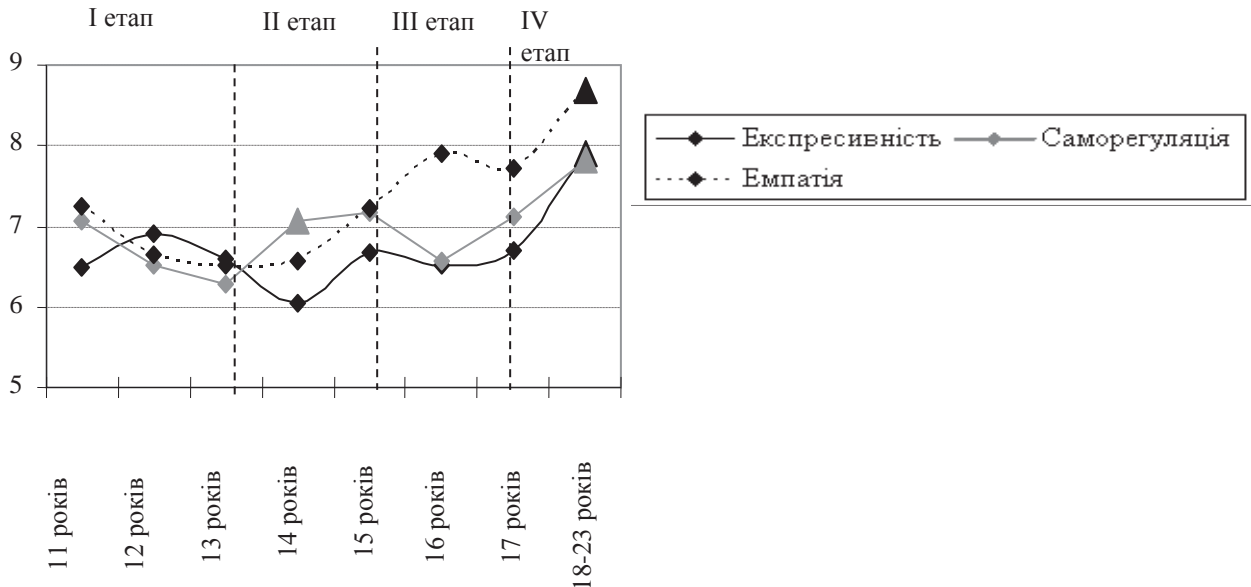


Рис. 1. Динаміка показників, що характеризують основні компоненти емоційної зрілості особистості

Третій етап - 16-17 років - вирізняється тенденцією до підвищення рівня емпатії. При цьому, значення емоційної саморегуляції в організації адекватного емоційного реагування знижується. В кореляційному дослідженні визначені зміни у структурі емоційної зрілості, що полягають у зниженні значності ознак, пов'язаних з комунікативною діяльністю, та активізацією ролі здібностей, які приймають участь в організації внутрішньої діяльності особистості. Тобто, - це етап удосконалення особистісного рівня емоційної зрілості. Четвертий етап - 18-23 років - характеризується значним підвищенням всіх компонентів емоційної зрілості при збереженні провідної ролі емпатії в організації адекватного емоційного реагування. Специфіка цього етапу полягає у відокремленому, автономному становленні кожного з компонентів емоційної зрілості, що дозволяє назвати його етапом автономно-збалансованого та відносно стійкого прояву емоційної зрілості.

У дослідженні була здійснена спроба створити типологічну модель емоційної зрілості особистості, підставою для якої виступило уявлення про становлення емоційної зрілості як процесу засвоєння особистістю стереотипів емоційного реагування, що формуються у конкретному соціокультурному середовищі на основі індивідуальних особливостей та природжених саморегуляційних механізмів. При визначенні типів емоційної зрілості за основу був прийнятий суто прагматичний підхід опори на домінуючий компонент її структури. Реальна можливість співвідношення таких компонентів дозволила визначити 7 типів емоційної зрілості, а саме експресивний, саморегуляційний, емпатійний, гармонійний, саморегуляційно-емпатійний, експресивно-емпатійний та експресивно-саморегуляційний (див. рис. 2).

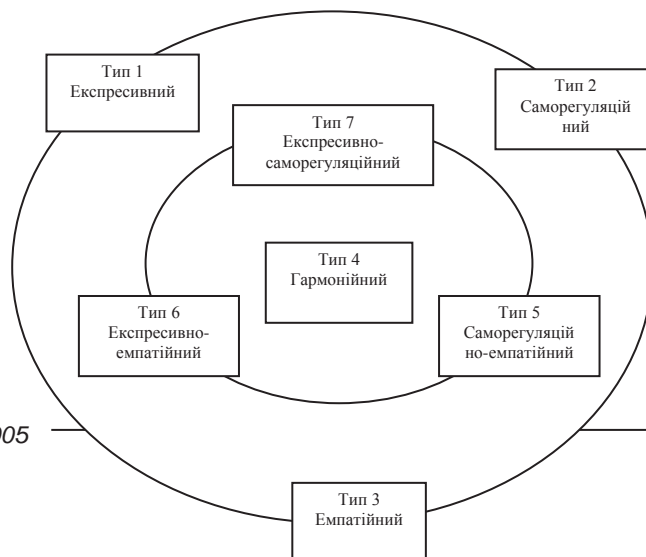


Рис. 2. Модель основних типів емоційної зрілості особистості

Встановлено, що найбільш ефективно становлення емоційної зрілості зафіксовано в осіб з гармонійним ($x=22,43$) та експресивно-емпатійним ($x=22,45$) її типом, найнижчі оцінки за інтегративним параметром емоційної зрілості отримані в експресивно-саморегуляційній групі ($x= 19,65$).

Для визначення специфічних комплексів особистісних властивостей, притаманних кожному з типів емоційної зрілості, для різних груп були розглянуті її взаємозв'язки на рівні факторного аналізу (див. табл.3). Це дозволило охарактеризувати основні типи емоційної зрілості.

Так, експресивний тип зустрічається у 18,75 % підлітків та юнаків і характеризується домінуванням емоційної експресивності над іншими її компонентами. Представникам цього типу властиві емоційна нестабільність (часті коливання настрою), підвищена збудливість, недостатня саморегуляція) спрямованість активності назовні (екстравертованість, потреба у спілкуванні, прагнення до домінування).

Саморегуляційний тип визначений у 25 % досліджуваної вибірки, він відрізняється домінуванням емоційної саморегуляції при помірному становленні інших компонентів. Представники цього типу характеризуються високою активністю та врівноваженістю, що виражається в екстравертованості, емоційній стабільності, товариськості, впевненості в собі, оптимістичності.

Емпатійний тип зустрічається найчастіше, - у 30,5 % випадків. Для нього характерно домінування емпатії та вищий, ніж у попередніх типів, рівень становлення емоційної зрілості загалом. Представникам цього типу притаманна емоційна лабільність, тривожність, схильність до стресового реагування; разом з тим - екстравертованість та товариськість.

Гармонійний тип визначений лише у 3,5 % підлітків та юнаків, які характеризуються однаковою виразністю всіх компонентів емоційної зрілості, при досягненні високої загальної адекватності емоційного реагування. Особам, що належать до гармонійного типу притаманні врівноваженість, емоційна стабільність, неагресивність, спрямованість на соціальні об'єкти, адекватність оцінки власних можливостей та свого місця серед інших людей.

Саморегуляційно-емпатійний тип спостерігається в 10% випробуваних, які характеризуються домінуванням емоційної саморегуляції та емпатії. Індивідам, що відносяться до цього типу, притаманна певна емоційна врівноваженість, яка базується на впевненості в собі, оптимістичності, високій соціальній активності та володінні навичками спілкування.

Експресивно-емпатійний тип зустрічається в 7,25% обстежених, він характеризується домінуванням емоційної експресивності та емпатії над емоційною саморегуляцією, високим рівнем становлення емоційної зрілості загалом, нестійкістю емоційного стану, спрямованістю на зовнішнє соціальне довкілля, потребою у спілкуванні, товариськістю.

Експресивно-саморегуляційний тип, визначений у 5% випробуваних. Він характеризується найнижчим рівнем становлення емоційної зрілості, у структурі якої домінують емоційна експресивність та саморегуляція. Представникам цього типу властива певна імпульсивність поведінки, висока емоційна напруже-

ність, навіть тривожність; разом з тим - спрямованість особистості на соціальне оточення.

На підставі теоретичних та емпіричних результатів проведеного дослідження зроблено такі висновки:

1. Доведено, що емоційна зрілість в сучасній психології розглядається неоднозначно. Можна виділити три несуперечливих підходи щодо розуміння поняття емоційної зрілості: як відповідність емоційних проявів дорослої, тобто біологічно зрілої людини, до норм у даному суспільстві; як відповідність емоційних проявів дорослої людини не тільки до сподівань суспільства, але й потреб, цінностей та інтересів суб'єкта; як відповідність емоційної поведінки до уявлень про норму для певного віку.

В цілому, її можна визначити як інтегративну якість особистості, що характеризує ступінь розвиненості емоційної сфери на рівні адекватності емоційного реагування в певних соціокультурних умовах. В найбільшій мірі вона відображається у особливостях прояву емоційної експресивності, емоційної саморегуляції та емпатії. Зазначені властивості входять до змісту структури емоційної зрілості та являються її головними компонентами.

2. Обґрунтовано, що найбільш адекватним інструментом вимірювання емоційної зрілості, у контексті обраної в дослідженні теоретико-методологічної моделі, є опитувальник „Діагностика емоційної зрілості”. Проведене його вдосконалення дозволило створити паралельний (україномовний) варіант та уточнити межі високого, середнього та низького рівнів прояву досліджуваних властивостей стосовно віку випробуваних.

3. Емпіричне дослідження емоційної зрілості підлітків та юнаків засвідчило певні вікові відмінності в її становленні, що вказують на тенденцію до підвищення рівня її окремих властивостей зі збільшенням віку: від 13 до 14 років - на рівні керування власними емоціями; від 14 до 15 років - на рівні довільності вираження емоції у спілкуванні; від 17 до 18-23 років - на рівні всіх компонентів емоційної зрілості.

4. Відзначено статеві відмінності у прояві ознак емоційної зрілості, а саме: у дівчат найбільш активно формуються співчуття та співпереживання, розуміння емоційного стану та мотивів поведінки партнера по спілкуванню; у хлопців – регуляція власними емоціями. Статеві відмінності проявляються також на рівні взаємозв'язків основних компонентів емоційної зрілості з емоційно-особистісними властивостями. Найбільш суттєвими вони є у взаємозв'язках емпатії, яка у хлопців частіше, ніж у дівчаток, пов'язана з емоційною лабільністю, депресивністю, дратівливістю. Найменші відмінності визначені в детермінації емоційної експресивності.

5. Проведене дослідження вікових та статевих відмінностей у прояві ознак емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці дало змогу виділити основні етапи її становлення: перший етап (11-13 років) характеризується домінуванням експресивності; другий етап (14-15 років) - домінуванням саморегуляції; третій етап (16-17 років) відображає суттєве вдосконалення особистісного рівня прояву емоційної зрілості; четвертий етап (18-23 років) є періодом автономно-збалансованого та відносно стійкого прояву емоційної зрілості.

6. Отримані результати дослідження дають підставу констатувати можливість створення типологічної моделі емоційної зрілості особистості, яка охоплює 7 типів, а саме експресивний, саморегуляційний, емпатійний, гармонійний, саморегуляційно-емпатійний, експресивно-

емпатійний та експресивно-саморегуляційний. Найбільш розповсюдженими з них є емпатійний (30,5%) та саморегуляційний (25%) типи. Рідко зустрічається експресивно-саморегуляційний (5%) та гармонійний (3,5%) типи.

Таблиця 3.

Зміст факторів, пов'язаних з показниками емоційної зрілості у представників різних типологічних груп

Типологічна група											
Експресивний		Саморегуляційний		Емпатійний		Гармонійний		Саморегуляційно-емпатійний		Експресивно-емпатійний	
Назва фактору	Показник (факторне навантаження)	Назва фактору	Показник (факторне навантаження)	Назва фактору	Показник (факторне навантаження)	Назва фактору	Показник (факторне навантаження)	Назва фактору	Показник (факторне навантаження)	Назва фактору	Показник (факторне навантаження)
Емоційна нестабільність 9,79 %	F1 (0,90) H (0,81) F11 (0,68) F3 (0,59)	Соціальна активність 23,99 %	F10 (0,85) F5 (0,74) F12 (0,73) F7 (0,69) E (0,65) F6 (0,58)	Емоційна нестійкість* 24,10 %	F11 (0,85) F1 (0,80) H (0,78) F3 (0,73) F8 (0,60) F4 (0,50)	Врівноваженість 35,98 %	F6 (0,95) F10 (0,90) CO (0,85) F5 (0,77) F2 (-0,93)	Емоційна нерівноваженість* 25,24 %	F3 (0,92) F11 (0,84) H (0,75) F2 (0,65) F1 (0,62)	Емоційна нестабільність 32,2 %	F3 (0,81) F1 (0,79) F4 (0,70) F8 (0,60)
Соціальна активність 18,79 %	E (0,86) F10 (0,79) F7 (0,66) F5 (0,60)	Пасивність* 19,34 %	F8 (0,80) H (0,75) F3 (0,71) F1 (0,58)	Соціальна активність 20,06 %	F10 (0,77) F12 (0,73) F7 (0,69) E (0,68) F5 (0,65)	Агресивність* 21,56 %	F7 (0,89) F1 (0,89) F4 (0,85)	Врівноваженість у спілкуванні 18,36 %	F6 (0,80) E (0,69) F10 (0,68) F5 (0,66)	Товариськість 19,08 %	F5 (0,81) F10 (0,77) H (-0,67)
		Нерівноваженість* 14,05 %	F4 (0,72) F11 (0,63) F2 (0,61)			Емоційна нестабільність* 18,81 %	H (0,91) F11 (0,67) E (-0,78)				

Примітка. * - фактор має від'ємний зв'язок з показниками емоційної зрілості.

Показано, що для експресивного типовими є емоційна нестабільність; для саморегуляційного та саморегуляційно-емпатійного – урівноваженість, впевненість в собі; для емпатійного та експресивно-емпатійного – емоційна лабільність; для експресивно-саморегуляційного – імпульсивність поведінки, тривожність; для гармонійного – емоційна стабільність, не агресивність. Для всіх типів емоційної зрілості - спрямованість особистості на соціальне оточення та потреба у спілкуванні.

7. Визначені певні закономірності у становленні емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці, які відтворюють відповідні ознаки психічного розвитку, а саме: 1) нерівномірність становлення емоційної зрілості, яка проявляється в розбалансованості розвитку основних властивостей та рівнів їхнього прояву, що виражено в етапах її становлення; 2) інтеграція та наступне набуття автономії окремих компонентів "Наука і освіта", № 5-6, 2005

емоційної зрілості, що виражається у віковій динаміці формування зв'язків між компонентами емоційної зрілості: від незначних кореляційних стосунків у віці 11-12 років, до їх підсилення у 13-14 років, та подальшого послаблення в 15, 16, 17 та 18-23 років; 3) зв'язок з певними особистісними властивостями, а саме, з екстраверсією та товариськістю. У дослідженні він проявляється незалежно від віку, статі та типу емоційної зрілості.

Виконане дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми, що розглядається. На наш погляд, перспективними можуть бути такі напрями подальшої роботи: а) теоретико-експериментальне розкриття когнітивного аспекту становлення емоційної зрілості, тобто закономірностей та механізмів усвідомлення власних емоцій та емоцій інших людей; б) вивчення умов та шляхів формування емоційної зрілості у психолого-педагогічному процесі; в) розширення

меж дослідження цієї властивості, тобто розгляд передумов становлення емоційної зрілості в дитячому

віці та динаміки її ознак у дорослому та похилому віках тощо.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Абульханова-Славская К.А.* Жизненная стратегия: как ее строить? // Психология зрелости. Хрестоматия / Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: БАХРАХ-М, 2003. – С. 527-566.
2. *Асмолов А.Г.* Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. — М.: Смысл, 2001. — 416с.
3. *Бреслав Г.М.* Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения. – М.: Педагогика, 1990. – 140 с.
4. *Виллюнас В.К.* Основные проблемы психологической теории эмоций // Психология эмоций: Тексты. / Под. ред. В.К. Виллюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – С.3-28
5. *Грановская Р.М.* Элементы практической психологии. — СПб.: Питер, 1997. — 608 с.
6. *Грей Д.А.* Сила нервной системы, интроверсия – экстраверсия, условные рефлексы и реакция активации // Вопросы психологии. – 1968. - №3. – С. 77-88.
7. *Кон И.С.* Психология ранней юности. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.
8. *Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погорьша В.М.* Межличностное общение. Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2001. - 544 с.
9. *Либин А.В.* Дифференциальная психология: На пересечении европейских, российских и американских традиций. – М.: Смысл; Per Se, 2000. – 549с.
10. *Маслоу А.Г.* Дальние пределы человеческой психики. - СПб.: Евразия, 1999. – 432 с.
11. *Маурер А.* Эмоциональная зрелость как критерий готовности к обучению в школе // Диагностика и регуляция эмоциональных состояний. Ч.2. – Одесса, 1990. – С. 67-74.
12. *Носенко Э.Л., Чоботарь А.И., Элькинбард О.Б.* Формирование эмоционального интеллекта как фактора предупреждения стрессовых состояний у детей // Наука і освіта. – 2000. - №1-2. – С.190-192.
13. *Потанчук Л.В.* Психологічні особливості становлення особистісної зрілості старшокласників: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова – К., 2001. – 20 с.
14. *Ребер А.* Большой толковый психологический словарь в 2-х т. - М: Вече, АСТ, 2000. - Т.2. – 560 с.
15. *Русалов В.М.* Предметный и коммуникативный аспекты темперамента человека // Психологический журнал. - 1989 - № 1. - С. 10-21.
16. *Симонов П.В.* Эмоциональный мозг. - М.: Наука, 1981. – 215с.
17. *Фресс П.* Эмоции. // Экспериментальная психология / Под ред. П. Фресса, Ж.Пиаже; Пер. с франц. - М.: Прогресс, 1975. - Вып.5. - С.111-195.
18. *Чебыкин А.Я.* Диагностика социально-психологических особенностей эмоциональной сферы личности. // Эмоциональная регуляция учебной деятельности. - М.: АН СССР, 1988. – С. 238-244.
19. *Штена О.С.* Пропріум зрілої особистості // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. - №2. – С.26-35.
20. *FitzMaurice K.E.* The secret of maturity: How Not to be Codependent. – NY, 1990 – 47p.
21. *Goleman D.* Working with Emotional Intelligence. – London: Bloomsbury Paperbacks, 2000.
22. *Menninger W.C.* A Psychiatrist For A Troubled World. - New York, 1967.

Подано до редакції 31.10.05

РЕЗЮМЕ

В статье уточнено понятие эмоциональной зрелости и ее главные компоненты, раскрыты этапы и закономерности становления эмоциональной зрелости в

подростковом и юношеском возрасте, представлена типологическая модель эмоциональной зрелости личности.

SUMMARY

In article is notion of emotional maturity and anchorwomen are the components of emotional maturity, elaborated stages and conformities to the law of becoming

of emotional maturity at teen and youth age, the typological model of emotional maturity of personality