

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОРЕГУЛЯЦІЇ В ОСІБ З РІЗНИМ ТИПОМ ЕМОЦІЙНОСТІ

Елла САМОТАЄВА

Copyright © 2005

Постановка суспільної проблеми. У психологічних дослідженнях, зокрема в лонгітюдних, встановлено, що різні рівні психологічної організації людини мають різний ступінь стійкості і мінливості. Якщо одним соціально-психологічним характеристикам особистості притаманні істотні зміни протягом життя, то психодинамічні (емоційна збудливість, інтенсивність і тривалість емоцій) і якісні (модальність і знак домінуючих емоцій) змінюються мало.

Як стійкий параметр індивідуальності емоційності є одним із провідних чинників, який зумовлює специфіку різних властивостей особистості. У зв'язку з цим найбільш актуальним уявляється взаємозв'язок емоційності й особливостей саморегуляції.

За нинішніх умов жорсткої конкуренції розвиток усвідомленої саморегуляції – одна з найважливіших складових успіху людини. Активний стиль саморегуляції дозволяє особі досягати максимально можливих результатів у різних видах діяльності. Діагностика й аналіз факторів, що впливають на неї, дає змогу конструктивно підійти до розв'язання проблем розвитку системи саморегуляції у процесі організованого навчання і професійного самовизначення студентів.

Аналіз досліджень і публікацій з даної проблеми. Вивчення емоційності як стійкої властивості особистості було почато з ініціативи і під керівництвом Б.М. Теплова (1946, 1960) і В.Д. Небиліцина (1964, 1971), котрі розглядали її як одну з визначальних складових темпераменту. У своїх перших роботах Б.М. Теплов (1946) виділяв в емоційності лише дина-

мічні емоційні прояви. В.Д. Небиліцин (1971) вважав за необхідне задіяння емоційних ознак у загальну характеристику індивідуальності і вивчення їх нейрофізіологічних факторів, що відіграють важливу роль у психофізіологічній організації індивіда. Емоційність учений розглядав як конгломерат якостей, що описує динаміку виникнення, перебіг і припинення різноманітних емоційних станів, а найголовнішими складовими емоційності є параметри, що характеризують якість емоційного переживання – його модальність і знак.

Дослідження В.Д. Небиліцина продовжені А.Є. Ольшанніковою [4] та її співробітниками, які показали, що в сукупності якісні і динамічні особливості емоційності людини є первинними властивостями, котрі постають у ролі фундаменту для формування індивідуально-значених, змістовних властивостей.

Значний внесок у розвиток теорії емоційності був зроблений О.П. Санніковою [6]. Під емоційністю вона розуміє інтегральне, структурне утворення особистості, яке характеризується поєднанням показників різного рівня (динамічного, змістовного, імперативного). Емоційний вигляд кожної людини вирізняється особливостями взаємодоповнення чотирьох основних, дискретних модальностей – радості, горя, страху, журби, причому у спільному просторі розглянутих характеристик. Відтак емоційність становить стійку, позаситуативну схильність людини до переживання емоцій визначеної якості. При цьому домінування однієї чи кількох модальностей утворює тип емоційності. Як риса індивідуальності, котра

сформувалася у визначеному моменті психічного розвитку під впливом біологічних (конституція, властивості нервової системи) і соціальних (розвиток у процесі життєдіяльності) факторів, вона впливає на формування всіх рівнів розвитку особистості і задає межі та діапазон власних реакцій індивіда на довкілля.

При аналізі робіт, присвячених дослідженню емоційності важливо, крім розкриття її сутності та структури, розглянути те, у чому саме полягає взаємозв'язок емоційності з іншими психологічними особливостями. Так, А.І. Крупнова, А.Є. Ольшаннікова, В.О. Домодедова [1] проаналізували відносини між динамічними показниками товариськості, яка розглядалася як один з видів психічної активності, і якісними емоційними характеристиками. Автори показали, що виявлено певні зв'язки між окремими показниками двох сукупностей досліджуваних параметрів. О.П. Саннікова, досліджуючи співвідношення індивідуально-типових характеристик емоційності із динамічними особливостями товариськості, довела, що порушення комфортних для кожного емоційного типу умов, може призвести до переживання негативних емоцій, напруження і дезадаптивного звертання, котре виникає у результаті неможливості зреалізувати свій, індивідуальний стиль спілкування. Надалі, вивчаючи емоційність у системі професійних властивостей особистості представників соціальних професій, ця дослідниця обґрунтувала цілісність психічної організації індивідуальності і виявила виняткове значення емоційності як системоутворювального чинника цієї цілісності. Вона, розглядаючи емоційність у системі механізмів, які регулюють спілкування і діяльність, показала, що емоційність виконує виборчу (селективну) функцію щодо відображуваних об'єктів і функцію регуляції діяльності (скажімо, професійної). З іншого боку, дослідження, проведене Л.Я. Малімоном, було спрямоване на виявлення взаємозв'язку між якісними і динамічними характеристиками емоційності як стійкої інтегральної властивості особистості [2]. Крім того, відчутні досягнення у висвітленні окресленої проблематики зробили також Л.А. Рабінович, А.І. Палей, Л.М. Смірнов, І.В. Пацявічус та інші. Індивідуально-психологічним особливостям людей з різним типом емоційності присвячені

також нові пошукування молодих учених [5; 7].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Розглянуті роботи є важливим підґрунтям для подальшого дослідження, зокрема, психологічного вивчення зв'язку емоційності з такою інтегральною характеристикою людини, як саморегуляція.

Мета статті полягає в тому, щоб експериментально аргументувати взаємозв'язок динамічних і якісних складових емоційності із процесними особливостями саморегуляції.

Ключові слова: *особистість, саморегуляція, емоційність, динамічні показники емоційності, домінуюча емоція, тип емоційності.*

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих результатів. Вибірка дослідження становила 120 осіб – студентів 1–5-х курсів Донецького університету економіки і права. Для діагностики якісних характеристик емоційності застосовувався чотиримодальний тест-опитувальник Л.А. Рабінович, адаптований О.П. Санніковою. Для дослідження динамічних характеристик емоційності використовувався тест “Характеристики емоційності” Е.П. Ільїна [2].

Саморегуляція розглядалася нами з позицій системно-функціонального підходу, відповідно до якого цей процес витлумачується як цілісно-замкнена (кільцева) за структурою, інформаційно відкрита система, котра реалізується шляхом взаємодії функціональних ланок (блоків), підставою для виділення яких (за принципом необхідності і достатності) є властиві їм специфічні (часткові, компонентні) регуляторні функції, інтегральне взаємодоповнення котрих уможливорює цілісний процес регуляції, тобто забезпечує досягнення прийнятої суб'єктом мети.

Функціональними ланками, що реалізують структурно повноцінний процес саморегуляції, є такі: 1) прийнята суб'єктом мета діяльності; 2) суб'єктивна модель значущих умов; 3) програма виконавських дій; 4) система суб'єктивних критеріїв досягнення мети (критеріїв успіху); 5) контроль та оцінка реальних результатів; 6) рішення про корекцію системи саморегулювання.

Для діагностики саморегуляції нами була обрана методика “Стильова саморегуляція”

(опитувальник ССП-98, розроблений В.М. Моросановою) [3]. Аналіз отриманих даних здійснювався у два етапи: на першому проводився кореляційний аналіз між усіма показниками емоційності і саморегуляції (за коефіцієнтом кореляції Пірсона), на другому – психологічний аналіз здійснювався методом профілів.

Інтеркореляційний аналіз показників. Статистично значимий взаємозв'язок виявлений між деякими динамічними і якісними показниками емоційності:

- Г (гнів) і тривалість емоцій (позитивна, $p < 0, 05$);
- П (сум) та інтенсивність емоцій (позитивна, $p < 0, 05$);
- П і тривалість емоцій (позитивна, $p < 0, 05$);
- Р (радість) і тривалість емоцій (негативна, $p < 0, 05$);

Взаємозв'язок на високому рівні значимості ($p < 0, 01$) виявлено між модальностями Р і Г, Р і Ж. Між модальністю С (страх) та емоціями інших модальностей статистично значущих зв'язків не встановлено. Не існує зв'язку між С та динамічними показниками емоційності.

Найбільш яскраві зв'язки з показниками емоційності притаманні таким ланкам у структурі саморегуляції, як моделювання і гнучкість. Так, моделювання негативно корелює з інтенсивністю і тривалістю емоцій (з інтенсивністю – $p < 0, 01$, і тривалістю – $p < 0, 05$), із гнівом ($p < 0, 05$). Гнучкість негативно корелює зі страхом ($p < 0, 01$).

Взаємозв'язку між загальним рівнем саморегуляції та будь-якими іншими показниками емоційності не виявлено.

Таким чином, інтеркореляційний аналіз виявляє наступні факти: 1) взаємозв'язок динамічних і якісних показників емоційності свідчить про те, що емоційність є цілісним інтегральним утворенням у структурі особистості; 2) наявність статистично значущих зв'язків між деякими динамічними і якісними показниками емоційності та окремими ланками саморегуляції і відсутність зв'язку цих показників із загальним рівнем саморегуляції, швидше за все, свідчить про те, що той чи інший тип емоційності сприяє формуванню певного стилю саморегуляції.

Якісний аналіз співвідношень за допомогою методу профілів. Досліджувані нами характеристики емоційності, як відомо, явля-

ють собою континууми, на полюсах яких знаходяться індивіди або з яскраво виразною зазначеною якістю, або ті, у кого вона зовсім відсутня.

Великий розмах коливань індивідуальних оцінок за кожною з модальностей дає змогу подати розмаїття індивідуальних сполучень чотирьох оцінок усіх обстежуваних. А.Є. Ольшаннікова і Л.А. Рабінович виділили основні поєднання високих і низьких оцінок за трьома модальностями – Р, Г, С, які являють собою тип емоційності [16]. Найбільший інтерес у рамках нашої роботи становить дослідження особливостей саморегуляції у представників саме різних емоційних типів з домінуванням якоїсь однієї (чи декількох) модальності, оскільки своєрідність якісних емоційних особливостей кожної людини залежить не тільки від абсолютних характеристик кожної модальності (що виявляється за допомогою кореляційного аналізу), а й від їхнього поєднання, взаємодоповнення. Наявні відтінки додають кожній емоції специфічну особливість. Такий підхід дає змогу розглянути конкретне співвідношення між типом емоційності і властивими йому особливостями саморегуляції.

Щоб обґрунтувати типові комбінації обстежуваних модальностей, нами розмежовані на два класи оцінки за всіма модальностями: а) з високим балом (не нижче 60% від максимальної високої в даному ряду оцінки) і б) з низьким (не вище 40% від 0). Виразність визначеної якості присвоювалася тим обстежуваним, у яких високий бал за однією (чи кількома) емоцією поєднувався з низьким за іншими.

При розподілі експериментальних даних, отриманих за вказаним методом, виділилися чотири типи поєднань: одна група з домінуванням емоції модальності Р (*рис. 1*), три – з переважанням декількох модальностей – РГ, ГП, ГСП (*рис. 2–4*). Графіки являють собою криву, що відображає відхилення значення кожного параметра від середнього місця числового ряду. Крапка, що відповідає середній лінії цього ряду, для кожного показника обчислювалася окремо і становила середню арифметичну усієї вибірки.

Подані графіки дають змогу виявити найхарактерніші відмінності у специфіці саморегуляції, що полягають у формах співвідношення її різних параметрів і в рівнях, яких

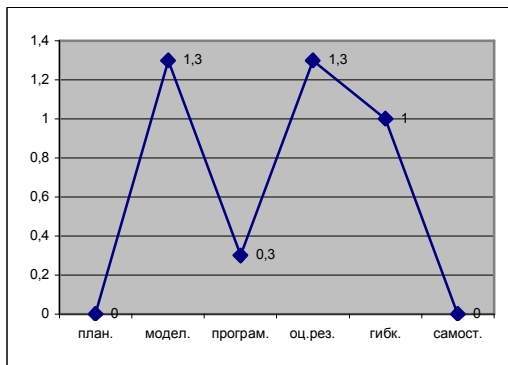


Рис. 1.

Профілі саморегуляції: значення параметрів Р-типу.

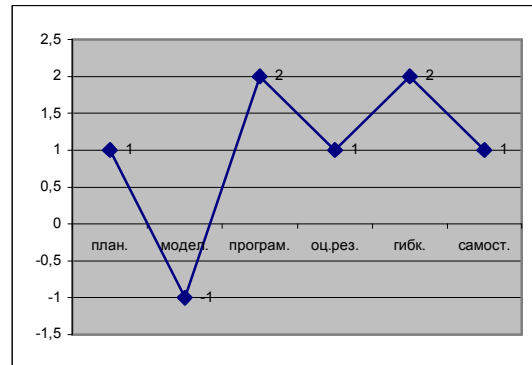


Рис. 2.

Профілі саморегуляції: значення параметрів РГ-типу.

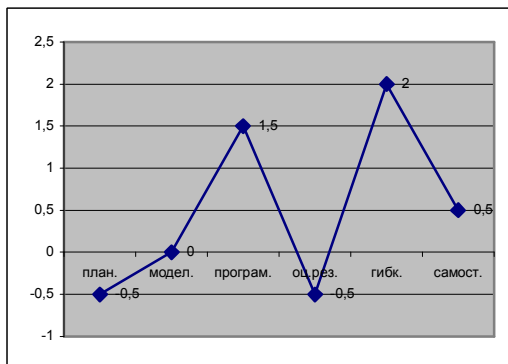


Рис. 3.

Профілі саморегуляції: значення параметрів ГП-типу.

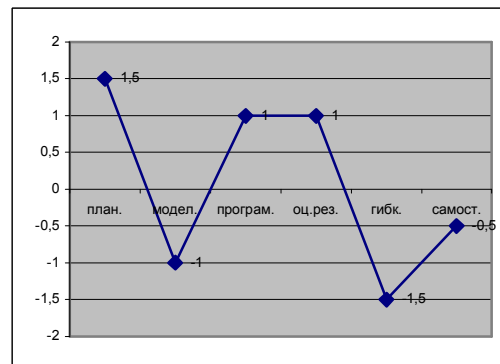


Рис. 4.

Профілі саморегуляції: значення параметрів ГСП-типу.

досягає кожен параметр саморегуляції. Обстежені з типом емоційності Р чи РГ, тобто з домінуванням стенічних емоцій, у цілому досягають позитивного рівня саморегуляції; з типом емоційності ГП і ГСП за багатьма показниками не досягають позитивного рівня; типу ГСП, тобто з явним переважанням астенічних емоцій, дуже далекі від такого позитиву.

ВИСНОВКИ

1. Виявлений у дослідженні взаємозв'язок динамічних і якісних показників емоційності свідчить про те, що емоційність є цілісним інтегральним утворенням у структурі особистості.

2. Тип емоційності, що характеризується сполученням стенічних емоцій, у цілому сприяє більш високому розвитку всіх ланок саморегуляції, аніж тип емоційності, що вирізняється сполученням астенічних емоцій.

3. Емоційність являє собою чинник, котрий зумовлює специфіку саморегуляції, але не впливає на її загальний рівень.

1. Крупнов А.И., Ольшанникова А.Е., Домодедов В.А. Соотношение показателей эмоциональности и динамических характеристик общения // Вопросы психофизиологии активности и саморегуляции личности. – Свердловск, 1979. – С. 17–26.

2. Малімон Л.Я. До проблеми діагностики емоційності як властивості особистості // Практична психологія та соціальна робота. – 2002. – №7. – С. 59–65.

3. Морсанова В.И., Коноз Е.М. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. – 2000. – №2. – С. 118–127.

4. Ольшанникова А.Е. Анализ соотношений показателей однонаправленных методик, диагностирующих эмоциональность // Вопросы психофизиологии активности и саморегуляции личности. – Свердловск, 1978. – С. 98–115.

5. Орищенко О.А. Индивидуальні особливості емпатичної спрямованості в осіб з різним типом емоційності // Вісник Одеського національного університету. – Т. 7: Психологія, Вип. 3, 2002. – С. 59–63.

6. Санникова О.Л. Феноменология личности. Избранные психологические труды. – Одесса: СМІЛ, 2003. – 256 с.

7. Черножук Ю.Г. Индивидуально-психологические особенности социального интеллекта осіб з різною емоційною диспозицією // Вісник Одеського національного університету. – Т. 7: Психологія, Вип. 3, 2002. – С. 147–151.

Надійшла до редакції 6.06.2005.