

REFERENCES:

1. Aleshina Yu.E., Gozman L.Ya., Dubovskaya E.M. (1987) Sotsialno-psikhologicheskie metody issledovaniya supruzheskikh otnoshenii [Socio-psychological research methods of matrimonial relations]. Moscow [in Russian]
2. Pauell Dzh. (1993) Polnota chelovecheskoi zhizni [The fullness of human life]. Per. s angl. L.N. Vasilenko. M. : Obshchestvennyi pravoslavnyi universitet, osnovannyi protoiereem Aleksandrom Menem [in Russian]
3. Rabochaya kniga sotsiologa (1993). Moscow : Nauka [in Russian]
4. Savchyn M.V. (2013) Dukhovna paradyhma psykholohii: monohrafiia [Spiritual paradigm of psychology: monograph]. K. : Akademyvdav [in Ukrainian]
5. Savchyn M.V. (2010) Dukhovnyi potentsial liudyny: (monohrafiia) [Spiritual potential of the person: (monograph)]. Ivano-Frankivsk: Mistok NV. [in Ukrainian]
6. Savchyn M.V. (2016) Zdatnosti osobystosti: monohrafiia [Personality abilities: a monograph]. K. : Akademyvdav [in Ukrainian]
7. Savchyn M.V. (2019) Zdorovia liudyny: dukhovnyi, osobystisnyi i tilesnyi vymiry: monohrafiia [Human health: spiritual, personal and physical dimensions: a monograph]. Drohobych: PP "Posvit" [in Ukrainian]
8. Sidorenko E.V. (2001) Metody metamaticheskoi obrabotki v psykholohii [Methods of mathematical processing in psychology]. SPb. [in Russian]

Стаття надійшла до редакції 21.01.2021.
The article was received 21 January 2021.

УДК 364.628:159.942]:314.151.3-054.73
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-1-6>

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ТА КОПІНГ-ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ОСОБИСТОСТІ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

Степаненко Лариса Вікторівна,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології

Донбаський державний педагогічний університет

lora.step.74@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-2891-9006>

Мета статті полягає в дослідженні особливостей взаємозв'язку емоційних властивостей, копінг-стратегій поведінки особистості та механізмів психологічного захисту у процесі емоційної саморегуляції особистості. Проаналізовано погляди вчених щодо взаємозв'язку копінг-стратегій поведінки особистості та механізмів психологічного захисту у процесі саморегуляції. Представлено результати експериментального дослідження взаємозв'язку особистісних емоційних властивостей переселенців із такими механізмами емоційної саморегуляції, як копінг-стратегії та механізми психологічного захисту.

Методи. У дослідженні використано такий діагностичний інструментарій: шкали «Емоційна збудливість», «Інтенсивність емоцій», «Тривалість емоцій» самооціночного тесту «Характеристики емоційності» Є.П. Ільїна; шкала «Емоційна лабільність» Фрайбургського опитувальника; шкала «Емоційний канал емпатії» В.В. Бойко; Методика емоційно-енергетичних зарядів В.В. Бойко; шкала «Загальний фон настрою» методики «Індекс життєвого задоволення», в адаптації Н.В. Паніної; копінг-тест Р. Лазаруса, опитувальник Плутчика – Келлермана – Конте «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index, LSI). Для обробки емпіричних даних були застосовані такі методи: описова статистика та кореляційний аналіз.

Результати. Дослідження було проведено з 54 переселенцями Донецької та Луганської областей. Визначено обумовленість вибору копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту переселенців у стресовій ситуації з особистісними, емоційними властивостями. Встановлено значний взаємозв'язок між показниками емоційних властивостей і такими копінг-стратегіями, як «планування розв'язання проблем», «прийняття відповідальності», «втеча-унікнення». Найбільшу кількість взаємозв'язків із копінг-стратегіями утворює емоційна властивість «інтенсивність емоцій». Емоційна властивість «оптимізм» не має кореляційних зв'язків із копінг-стратегіями особистості. Проаналізовано взаємозв'язки показників емоційних властивостей переселенців із механізмами психологічного захисту. Найбільшу кількість взаємозв'язків утворюють емоційні властивості переселенців (емоційна збудливість, інтенсивність емоцій, емоційна лабільність – ригідність, експресивність, емоційна стійкість – нестійкість) з показниками механізмів психологічного захисту «регресія», «заміщення», «компенсація», «гіперкомпенсація». Показник «емоційна чуйність» пов'язаний із механізмами психологічного захисту «заміщення» та «компенсація». Емоційна властивість «оптимізм» має зворотний кореляційний зв'язок із психологічним механізмом «заміщення».



Висновки. Доведено використання переселенцями під час стресової ситуації широкого репертуару копінг-стратегій поведінки та механізмів психологічного захисту у взаємозв'язку з характеристиками емоційного реагування. Отримані результати сприяють кращому розумінню механізмів цілісного функціонування особистості у стресових ситуаціях.

Ключові слова: саморегуляція, емоційна саморегуляція, характеристики емоційного реагування, копінг-стратегії, механізми психологічного захисту, стресові ситуації.

PECULIARITIES OF THE INTERRELATION OF EMOTIONAL PROPERTIES AND COPING-PROTECTIVE MECHANISMS OF THE PERSONALITY OF IMMIGRANTS

Stepanenko Larysa Victorivna,

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology

Donbas State Pedagogical University

lora.step.74@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-2891-9006>

Purpose. The purpose is to consider the peculiarities of interrelation of emotional properties, coping strategies of the personality's behavior, and mechanisms of psychological protection in the process of emotional self-regulation of the personality. The views of scientists on the interrelation of coping strategies of the personality's behavior and mechanisms of psychological protection in the process of self-regulation are analyzed. The results of the experimental study of the interrelation of personal emotional properties of immigrants with such mechanisms of emotional self-regulation as coping strategies and mechanisms of psychological protection are presented.

Methods. The following diagnostic tools are used in the study presented: the scales of "Emotional excitability", "Intensity of emotions", "Duration of emotions" of the self-assessment test "Characteristics of emotionality" by Ye.P. Ilin; the scale "Emotional lability" of the Freiburg Personality Inventory; the scale "Emotional channel of empathy" by V.V. Boiko; the technique of the emotional-energetic charges by V.V. Boiko; the scale "General mood background" of the technique of the index of life satisfaction in adaptation by N.V. Panina; the coping test by R. Lazarus; the questionnaire by Plutchik – Kellerman – Conte "Life Style Index" (LSI). The following methods are used to process the empirical data: descriptive statistics and correlation analysis.

Results. The study has been conducted with 54 immigrants from Donetsk and Luhansk regions. The conditionality of the choice of coping strategies and mechanisms of psychological protection of immigrants in a stressful situation with personal, emotional properties is determined.

A significant interrelation is found between the indicators of emotional properties and such coping strategies as "planning problem solving", "taking responsibility", "escape-avoidance". The emotional property "emotional intensity" forms the largest number of interrelations with coping strategies. The emotional property "optimism" has no correlation with the coping strategies of the personality.

The interrelations between the indicators of emotional properties of immigrants with the mechanisms of psychological protection are analyzed. The greatest number of interrelations is formed by the emotional properties of immigrants (emotional excitability, intensity of emotions, emotional lability-rigidity, expressiveness, emotional stability-instability) with the indicators of psychological protection mechanisms "regression", "substitution", "compensation", "hyper compensation". The indicator "emotional sensitivity" is related to the mechanisms of psychological protection "substitution" and "compensation". The emotional property "optimism" is inversely correlated with the psychological mechanism of "substitution".

Conclusions. It is proved that immigrants use a wide repertoire of coping strategies of behavior and mechanisms of psychological protection together with the interrelation with the characteristics of emotional response during a stressful situation. The results obtained contribute to a better understanding of the mechanisms of the personality's holistic functioning in stressful situations.

Key words: self-regulation, emotional self-regulation, characteristics of emotional reaction, coping strategies, mechanisms of psychological protection, stressful situations.

Вступ

Натепер найбільш значущою у психології є проблема з'ясування особливостей застосування механізмів психологічного захисту й копінг-механізмів особистості в різних галузях життєдіяльності. Однак відсутні концептуальні теоретичні розробки, чіткі базові поняття, як у галузі дослідження механізмів психологічного захисту, так і в напрямі вивчення такої, що долає, поведінки особистості.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Механізми психологічного захисту й копінг-механізми співвідносяться як різні рівні цілісної індивідуальної системи особистості. Їх співвідношення пов'язують з особливостями адаптаційних завдань, системою саморегуляції особистості, визначених специфікою життєвих обставин. Так, зіставлення особливостей функціонування захисних механізмів і механізмів опанування в певні фіксовані часові

періоди дозволяє прогнозувати розвиток адаптаційного процесу, диференціювати природу формування дезадаптивних станів і знижувати ризик їхнього розвитку.

Для розрізнення механізмів психологічного захисту й механізмів опанування Л.І. Вассерманом запропонована така схема аналізу. Механізми психологічного захисту не пристосовані до вимог ситуації і є ригідними; техніки емоційного самоконтролю є пластичними і пристосовані до ситуації. Механізми психологічного захисту прагнуть до більш швидкого зменшення виникнення емоційної напруги; у разі використання емоційного самоконтролю людина, навпаки, часто сама завдає собі переживань. Механізми психологічного захисту «короткозорі», створюють можливість тільки для зниження напруги (за принципом «тут» і «зараз»), тоді як механізми опанування розраховані на перспективу. Механізми психологічного захисту призводять до спотворення сприйняття дійсності та себе; механізми самоконтролю пов'язані з реалістичним сприйняттям, а також здатністю до об'єктивного ставлення до себе (Вассерман, 2010).

Як уважає І.О. Никоненко, об'єднання механізмів психологічного захисту та копінг-стратегій як різних рівнів структури особистості в єдиний конструкт є умовним і допустимим у контексті аналізу цілісних механізмів адаптації особистості до стресогенних ситуацій і формування готовності до певних видів діяльності. Між цими компонентами саморегуляції поведінки особистості наявні такі основні відмінності: механізми психологічного захисту є неусвідомленими, а копінги – свідомими феноменами діяльності людини; механізми захисту спрямовані на зняття напруги, а копінги – на вихід із стресогенної ситуації; механізми психологічного захисту активізуються миттєво, спотворюють реальність із метою захисту психіки людини, а копінги активізуються поступово (Никоненко, 2017). Отже, копінги є свідомими, контрольованими й активними діями особистості, вони адекватно відображають стресогенну ситуацію, спрямовані на пошук рішення та на подолання стресу.

Отже, більшість учених, коли аналізують методологічні підходи й узагальнюють результати досліджень механізмів психологічного захисту та механізмів копінгу, вказують на існування єдиного конструкта – копінг-захисної поведінки. Але в цьому конструкті існують відмінності за параметрами – активності / конструктивності – пасивності / неконструктивності, свідомості – неусвідомлюваності.

Проблематика адаптивної поведінки опанування найбільш повно розкрита в рамках когнітивно-поведінкового. Р. Лазарусом і його співробітниками розроблена концепція, у якій

копінг розглядається як центральна ланка стресу, а саме – як чинник стабілізації, який може допомогти особистості підтримувати психосоціальну адаптацію в період дії стресу. На думку Р. Лазаруса, копінг-стратегії та механізми психологічного захисту є компонентами, активним і пасивним, поведінки опанування (Lazarus, 1988). Науковець розрізняв захисні механізми і механізми долання за характеристиками тимчасової й інструментальної спрямованості, функціонально-цільової значущості та модальності регуляції. Отже, Р. Лазарус визначає копінги як усвідомлені варіанти несвідомих захистів або усвідомлені поведінкові й інтрапсихічні зусилля з вирішення зовнішньо-внутрішніх конфліктів.

Більш поширена думка, згідно з якою механізми психологічного захисту та копінги – взаємопов'язані компоненти психічної діяльності особистості, які незалежно один від одного існувати не можуть. Але і тут немає єдності в розумінні закономірностей їх включення в адаптаційний процес. Копінг-процеси беруть початок зі сприйняття виклику, що запускає когнітивні, моральні, соціальні та мотиваційні структури, дія яких є основою для адекватної відповіді. У ситуації нових для особистості вимог, за яких відповідь не є гідною, виникає копінг-процес. Якщо нові вимоги непосильні для особистості, тоді копінг-процес може набувати форми захисту (Навчальний посібник, 2003).

У межах протилежного підходу механізми захисту служать передумовою дії копінгу. З метою захисту неусвідомлюваних мотивів, настанов, прагнень, інстинктів і взагалі особистості активізується дія механізмів психологічного захисту, і тільки наступним етапом адаптації людини до стресогенної ситуації є прояв і дія копінгу, тобто свідомих і цілеспрямованих дій особистості. Оскільки пряма дія стресогенної ситуації на організм людини на нейрофізіологічному рівні іннервує її психічну діяльність, то механізми психологічного захисту служать предикторами адаптивного стану в особистості до впливу на неї стресогенних ситуацій. Згідно із цим копінг-стратегії можна визначити предикторами готовності особистості до їх вирішення (Никоненко, 2017). Отже, аналіз взаємозв'язку функціонування компонентів саморегуляції у стресогенних умовах діяльності дає підстави виділити механізми захисту як один із чинників формування особливостей поведінки опанування особистості.

О.О. Сергієнко розвиває уявлення про адаптивні механізми як єдиний простір опанування, психологічного захисту, контролю поведінки, саморегуляції. Авторка вважає, що контроль поведінки виступає основою для становлення поведінки опанування та психологічних захистів. Також висувається припущення



про різнорівневу природу механізмів захисної поведінки: контролювання поведінки, психологічних захистів і опанування. Виявлено, що контроль поведінки має багатовимірні зв'язки з поведінкою подолання, але особливо тісні – з емоційною регуляцією. Високий рівень контролю поведінки забезпечує використання переважно продуктивних стратегій додання. Велика частина копінг-стратегій мають емоційну основу і добре виражені зв'язки з емоційними компонентами контролю поведінки, але водночас не втрачають зв'язку із двома іншими компонентами – вольовим і когнітивним (Сергієнко, 2018).

Поведінка опанування, поряд із контролем поведінки та психологічним захистом, як уважає І.І. Ветрова, – це три конструкти з різними рівнями єдиного механізму, пов'язаного із саморегуляцією суб'єкта. Психологічний захист – найменш усвідомлюваний рівень. Контроль поведінки перебуває на проміжному рівні: спирається на конкретні структури як неусвідомлювані, так і усвідомлювані. Копінг-поведінка – цілком усвідомлена. Поведінка опанування і психологічний захист – це рівноцінні механізми, що мають безліч зв'язків один з одним. У процесі формування стилів поведінки подолання відбувається заміщення ними психологічних захистів, тобто виведення саморегуляції на більш високий, усвідомлюваний рівень регуляції (Ветрова, 2008). Отже, психологічний захист та копінг-стратегії як механізми, спрямовані на адаптацію в ситуації психологічної напруги, розглядаються авторкою як такі, що взаємодоповнюють і компенсують один одного, мають рівноцінне значення в саморегуляції. Водночас механізми додання більш пластичні, але вимагають від людини більшої витрати енергії і докладання когнітивних, емоційних і поведінкових зусиль. Механізми захисту схильні до більш швидкого зменшення емоційної напруги і тривоги та працюють за принципом «тут і тепер». Однак вони не приводять до вирішення проблеми. Проте ці два механізми лежать в основі саморегуляції та, безсумнівно, мають тісні зв'язки один з одним.

Можемо зазначити, що в сучасній науці склалася думка про значний вплив механізмів захисту та копінг-стратегій поведінки на розвиток особистості. Переважання, домінування будь-якого механізму захисту, копінг-стратегії може привести до розвитку окремої риси особистості й, навпаки, людина із сильними особистісними характеристиками має тенденцію використовувати певні захисні механізми, копінг-стратегії як засоби додання певних стресів. Отже, розроблення інтегративної моделі психологічного захисту і копінг-стратегій ще належить вивчити. Труднощі створення такої моделі пов'язані із глибокими методо-

логічними проблемами, що мають місце на цьому етапі наукового розвитку психології.

Мета статті – проаналізувати особливості взаємозв'язків емоційних властивостей та копінг-механізмів особистості переселенців.

2. Методологія та методи

Методологічною основою дослідження стали теорія емоцій та захисних механізмів (Р. Плутчик, Х. Келлерман, Х. Конте); когнітивна теорія стресу й копінгу (Р. Лазарус, С. Фолкман та інші); положення системно-суб'єктного підходу (О.О. Сергієнко).

Емоційні властивості досліджувалися відповідно до характеристик емоційного реагування Є.П. Ільїна, які постійно і ярко виявляються в людині: емоційна збудливість – шкала «Емоційна збудливість», глибина переживання емоцій – шкала «Інтенсивність емоцій», емоційна стійкість – шкала «Тривалість емоцій» самооціночного тесту «Характеристики емоційності» Є.П. Ільїна; емоційна лабільність – шкала «Емоційна лабільність» Фрайбургського опитувальника; емоційна чуйність – шкала «Емоційний канал емпатії» В.В. Бойко; експресивність – Методика емоційно-енергетичних зарядів В.В. Бойко; оптимізм – шкала «Загальний фон настрою» методики «Індекс життєвого задоволення», в адаптації Н.В. Паніної.

Умовами для відбору методів визначення емоційних властивостей були такі: 1) усі показники емоційних властивостей повинні мати взаємозв'язок з інтегральним показником емоційності за методикою «Визначення емоційності» В.В. Суворової; 2) показники емоційних властивостей повинні показати взаємозв'язки з копінг-механізмами особистості. Для дослідження копінг-стратегій використано тест Р. Лазаруса, для дослідження механізмів психологічного захисту використано опитувальник Плутчика – Келлермана – Конте «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index, LSI).

3. Результати та дискусії

Нами було здійснене дослідження взаємозв'язку емоційних властивостей та копінг-механізмів у 54 переселенців Донецької та Луганської областей.

У результаті аналізу показників встановлені кореляційні зв'язки між інтегральним показником емоційності й емоційними властивостями переселенців: «емоційна збудливість» ($r = 0,335$), «глибина переживання емоцій» ($r = 0,779$), «емоційна лабільність» ($r = 0,687$), «емоційна чуйність» ($r = 0,501$), «експресивність» ($r = 0,563$), «емоційна стійкість» ($r = 0,304$), «оптимізм» ($r = -0,349$).

Так, встановлено зворотні кореляційні зв'язки між показником емоційних властивостей «емоційна збудливість» та показниками копінг-стратегії «самоконтроль» ($r = -0,374$),

«планування розв'язання проблем» ($r = -0,408$); прямий кореляційний зв'язок із показником «втеча-уникнення» ($r = 0,319$). Між показниками механізмів психологічного захисту наявні прямі кореляційні зв'язки: «регресія» ($r = 0,511$), «заміщення» ($r = 0,355$), «компенсація» ($r = 0,339$), «гіперкомпенсація» ($r = 0,462$). Людина у стресових ситуаціях легко ображається, стає вразливою, емоційно напруженою, неврівноваженою. Інколи може швидко розсердитися та впасти у гнів без прагнення або можливості осмислити ситуацію. Завдяки механізмам психологічного захисту переселенці стримують почуття невпевненості в собі, почуття смутку, емоції гніву, горя через реальну втрату умов життєдіяльності.

Зазначимо, що між показниками копінг-стратегій наявні кореляційні зв'язки: стратегія конфронтації з показником «прийняття відповідальності» ($r = 0,715$), «втеча-уникнення» ($r = 0,341$); дистанціювання з показником «самоконтроль» ($r = 0,409$), «пошук соціальної підтримки» ($r = 0,325$), «прийняття відповідальності» ($r = 0,435$), «втеча-уникнення» ($r = 0,416$); пошуку соціальної підтримки з показником «прийняття відповідальності» ($r = 0,355$), «втеча-уникнення» ($r = 0,315$), «позитивна переоцінка» ($r = 0,592$); прийняття відповідальності з показником «втеча-уникнення» ($r = 0,492$); планування розв'язання проблем з показником «позитивна переоцінка» ($r = 0,341$). Між показниками механізмів психологічного захисту існують прямі кореляційні зв'язки: регресія із заміщенням ($r = 0,462$), проєкцією ($r = 0,343$), компенсацією ($r = 0,585$), гіперкомпенсацією ($r = 0,521$); заміщення з компенсацією ($r = 0,451$), гіперкомпенсацією ($r = 0,359$), раціоналізацією ($r = 0,419$); витіснення з регресією ($r = 0,423$), заміщенням ($r = 0,328$), запереченням ($r = 0,310$), раціоналізацією ($r = 0,360$); заперечення із проєкцією ($r = 0,410$), компенсацією ($r = 0,381$); проєкція з компенсацією ($r = 0,650$), гіперкомпенсацією ($r = 0,479$), раціоналізацією ($r = 0,358$); компенсація з гіперкомпенсацією ($r = 0,415$), раціоналізацією ($r = 0,310$); гіперкомпенсація з раціоналізацією ($r = 0,361$). Ці зв'язки свідчать, що у стресових ситуаціях переселенці використовують різні механізми емоційної саморегуляції.

Існують прямі кореляційні зв'язки між показником емоційних властивостей «глибина переживання емоцій» та показниками копінг-стратегії «конфронтація» ($r = 0,484$), «пошук соціальної підтримки» ($r = 0,410$), «прийняття відповідальності» ($r = 0,308$), «втеча-уникнення» ($r = 0,386$), «позитивна переоцінка» ($r = 0,361$); зворотні кореляційні зв'язки з показниками «самоконтроль» ($r = -0,402$), «планування розв'язання проблем» ($r = -0,302$). Між показниками механізмів психологічного захи-

сту існують прямі кореляційні зв'язки: «регресія» ($r = 0,645$), «заміщення» ($r = 0,662$), «компенсація» ($r = 0,584$), «гіперкомпенсація» ($r = 0,371$), «раціоналізація» ($r = 0,341$). Глибина переживання емоцій або інтенсивність емоцій є природними характеристиками людини у стресових ситуаціях. Цей показник отримав найбільшу кількість взаємозв'язків із показниками копінг-стратегій та механізмами психологічного захисту. У стресових ситуаціях переселенці емоційно збуджені, афективно захоплені ситуацією, переживають негативні емоції, тривожні й агресивні. Їх раптово може охопити лють або вони можуть впасти у глибокий відчай, коли відчувають, що з ними чинять несправедливо. Мають спроби хоч якось вплинути на ситуацію, обстоювати свою позицію, зосереджені на проблемах, постійно обговорюють з іншими людьми труднощі, щоб послабити емоційну напругу, переосмислити свої життєві цінності на тлі збереження оптимізму щодо вирішення проблеми.

Були встановлені кореляційні зв'язки між показником емоційних властивостей «емоційна лабільність» та показниками копінг-стратегії «прийняття відповідальності» ($r = 0,317$) та «планування розв'язання проблем» ($r = -0,369$). Між показниками механізмів психологічного захисту наявні прямі кореляційні зв'язки: «витіснення» ($r = 0,432$), «регресія» ($r = 0,607$), «заміщення» ($r = 0,498$), «компенсація» ($r = 0,413$), «раціоналізація» ($r = 0,351$). Емоційна лабільність характеризується тим, що людина відчуває себе пригніченою, нещасною. Характерні для переселенців знижений настрій, стан безпорадності, страху, швидка втомлюваність, відсутність бажання чим-небудь зайнятися. Для стримування почуття страху, горя через реальні втрати людина блокує інформацію про стресову ситуацію за допомогою забування реальних обставин або передбачає довільне тлумачення подій.

Встановлено прямі кореляційні зв'язки між показником емоційних властивостей «емоційна чуйність» та показниками копінг-стратегії «дистанціювання» ($r = 0,445$), «прийняття відповідальності» ($r = 0,375$); між показниками механізмів психологічного захисту «заміщення» ($r = 0,336$), «компенсація» ($r = 0,404$). Людина з емоційною чуйністю не може залишатися спокійною до проблем інших, вона приймає все близько до серця. Переживання переселенців песимістичні, мають депресивний відтінок, супроводжуються відчаєм, пригніченістю. Для збереження душевної рівноваги вони свідомо придушують негативні емоційні переживання, застосовують стереотипи звичної поведінки, відмовляються від замислювання над обставинами, які склалися.



Виявлено прямі кореляційні зв'язки між показником емоційних властивостей «експресивність» та показниками копінг-стратегій «прийняття відповідальності» ($r = 0,413$), «втеча-уникнення» ($r = 0,446$); між показниками механізмів психологічного захисту «витіснення» ($r = 0,344$), «регресія» ($r = 0,664$), «заміщення» ($r = 0,702$), «компенсація» ($r = 0,421$), «гіперкомпенсація» ($r = 0,532$), «раціоналізація» ($r = 0,537$). Переселенці майже завжди перебувають у стані мобілізації для відзеркалення загрози, неприємностей. Досить часто відчувають невдоволення, гнів, розчарування і намагаються не показувати свої переживання. Стресові обставини, що склалися, засмучують людину, переселенці впадають у стан безпорадності, відчаю, пасивності, замкнутості, з погано прихованою дратівливістю. Інколи виникають неприродні вчинки, не характерна для людини активність, щоби відволіктися від стресу шляхом переоцінювання ситуації або стримування негативних емоційних переживань.

Визначено прямі кореляційні зв'язки між показником емоційних властивостей «емоційна стійкість» та показником копінг-стратегії «втеча-уникнення» ($r = 0,310$); між показниками механізмів психологічного захисту «регресія» ($r = 0,488$), «заміщення» ($r = 0,431$), «гіперкомпенсація» ($r = 0,604$), «раціоналізація» ($r = 0,528$). Такі взаємозв'язки показників говорять про те, що людина швидко не може відійти від подій, перебільшує роль обставин, які склалися, довго переживає, не може спокійно засинати. Переселенці виявляють тривогу й емоційне напруження, прагнуть стримувати агресивність шляхом нехарактерних для них форм активності або пасивності.

Існує зворотний кореляційний зв'язок між показником емоційних властивостей «оптимізм» та показником механізмів психологічного захисту «заміщення» ($r = -0,332$). Це говорить про те, що для переселенців це не найкращий період життя, вони відчувають втому, занадто часто перебувають у пригніченому настрої. Не можуть ні активними, ні пасивними формами своєї поведінки вплинути на стресову ситуацію, вийти з неї.

Висновки

Вибір копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту у стресовій ситуації значною мірою визначається емоційними властивостями особистості. Під час стресової ситуації переселенці використовують широкий репертуар копінг-стратегій поведінки та механізмів психологічного захисту.

Існує значна кількість кореляційних зв'язків між емоційними властивостями та показниками копінг-стратегій, механізмів психологічного захисту переселенців (рівнем прояву емоційної збудливості, інтенсивності емоцій, емоційною лабільністю-ригідністю, емоційною чуйністю, експресивністю, емоційною стійкістю – нестійкістю, оптимізмом – песимізмом).

Найбільшу кількість взаємозв'язків із копінг-механізмами утворює емоційна властивість «інтенсивність емоцій». Інтенсивність емоцій пов'язана з конфронтацією, пошуком соціальної підтримки, прийняттям відповідальності, стратегією «втеча-уникнення», позитивною переоцінкою; зворотне корелює зі стратегіями самоконтролю та планування розв'язання проблем. Емоційна властивість «оптимізм» не має кореляційних зв'язків із копінг-стратегіями.

Встановлено значну кількість взаємозв'язків емоційних властивостей переселенців (емоційна збудливість, інтенсивність емоцій, емоційна лабільність – ригідність, експресивність, емоційна стійкість – нестійкість) з показниками механізмів психологічного захисту «регресія», «заміщення», «компенсація», «гіперкомпенсація». Такі механізми психологічного захисту, як заперечення та проєкція, не мають кореляційних зв'язків з емоційними властивостями переселенців.

Отримані взаємозв'язки емоційних властивостей із копінг-стратегіями та механізмами психологічного захисту дозволяють скласти цілісний конструкт емоційної саморегуляції особистості.

Перспективними в даному напрямі вважаємо дослідження розширеного репертуару емоційних властивостей особистості, їхнього зв'язку з такими механізмами емоційної саморегуляції, як копінг-стратегії та механізми психологічного захисту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вассерман Л.И., Абабков В.А., Трифонова Е.А. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика. Санкт-Петербург : Речь, 2010. 192 с.
2. Никоненко І.О. Особистісні чинники формування копінг-стратегій лікарів-хірургів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2017. 200 с.
3. Lazarus R., Folkman S. Ways of Coping Questionnaire : Sample Set Manual, Text booklet, Scoring Key. Redwood, 1988.
4. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция) : учебное пособие. Казань : Казанская государственная медицинская академия, 2003. 99 с.

5. Сергиенко Е.А. Контроль поведения как основа саморегуляции. *Южно-российский журнал социальных наук*. 2018. Т. 19. № 4. С. 130–146.
6. Ветрова И.И. Связь совладающего поведения с контролем поведения и психологической защитой в системе саморегуляции. *Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы* : сборник статей. 2008. С. 179–196.

REFERENCES:

1. Vasserman, L.Y., Ababkov, V.A., Tryfonova, E.A. (2010). *Sovladanie so stressom: teoriya i psihodiagnostika [Coping with stress: theory and psychodiagnosics]*. SPb.: Rech [in Russian].
2. Nykonenko, I.O. (2017) *Osobystisni chynnyky formuvannia kopinh-stratehii likariv-khirurgiv [Special officials formulating coping-strategy likariv-hirurgiv]: dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.01. Kyiv [in Ukrainian]*.
3. Lazarus R.S. *Ways of Coping Questionnaire. Sample Set Manual, Text booklet, Scoring Key* / R.S. Lazarus, S. Folkman. Redwood, 1988.
4. Nabyullyna, R.R., Tukhtarova, Y.V. (2003). *Mekhanizmy psikhologicheskoy zashchity i sovladaniya so stressom (opredeleniye, struktura, funktsii, vidy, psikhoterapevticheskaya korrektsiya) [Mechanisms of psychological defense and coping with stress (definition, structure, functions, types, psychotherapeutic correction)]*. *Uchebnoye posobiye – textbook*. Kazan : Kazanskaia hosudarstvennaia medytsynskaia akademiya [in Russian].
5. Serhyenko, E.A. (2018). Kontrol povedeniya kak osnova samoregulyatsii. *[Controlling behavior as a ram of self-regulation]*. *Yuzhno-rossiiskii zhurnal sotsialnykh nauk – South Russian Journal of Social Sciences*. 19. № 4. 130–146 [in Russian].
6. Vetrova, Y.Y. (2008). Svyaz sovladayushchego povedeniya s kontrolem povedeniya i psikhologicheskoi zashchitoy v sisteme samoregulyatsii [Connection of coping behavior with behavior control and psychological defense in the system of self-regulation]. *Sovladayushchee povedenie: Sovremennoe sostoyanie i perspektivy: sbornik statei – Coping Behavior: Current State and Prospects: Digest of articles*. 179–196 [in Russian].

Стаття надійшла до редакції 20.01.2021.
The article was received 20 January 2021.

УДК 159.923.3

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-1-7>

ЕТАЛОННИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПРОФІЛЬ КОМУНІКАТИВНИХ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Цільмак Олена Миколаївна,
доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри психології

Національний університет «Одеська юридична академія»

cilmalen@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7348-4876>

Мета дослідження – експертне обґрунтування переліку комунікативних професійно важливих якостей психолога-консультанта та побудова еталонного психологічного профілю комунікативних якостей психолога-консультанта.

Методи. У науковому дослідженні основними методами були аналіз та синтез; анкетування, математичної статистики, ранжування та класифікація. За допомогою методу: 1) аналізу та синтезу – було виокремлено перелік комунікативних професійно важливих якостей психолога-консультанта; 2) анкетування – встановлено ступінь розвитку комунікативних професійно важливих якостей психолога-консультанта; 3) математичної статистики – статистично підраховано результати, винайдено середньостатистичні показники за кожною якістю; 4) ранжування – здійснено відбір еталонних комунікативних професійно важливих якостей психолога-консультанта із середнім, високим та дуже високим ступенем розвитку; 5) класифікації – систематизовано наукові уявлення щодо переліку комунікативних професійно важливих якостей психолога-консультанта.

Результати. За результатами наукового дослідження встановлено, що більшість респондентів, які експертно оцінюють еталонний психологічний профіль груп комунікативних професійно важливих якостей (комунікативно-етична, комунікативно-технологічна, комунікативно-позиційна), переконані в тому, що вказані якості повинні мати у психолога-консультанта в основному високий та дуже високий ступінь розвитку. У результаті порівняння еталонного психологічного профілю груп комунікативних професійно важливих якостей психолога-консультанта з його реальним профілем констатована різниця в експертних оцінках (в основному еталонні показники вище, аніж реальні).