

УДК 159.942:159.922

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОМПОНЕНТІВ ЛОКУСУ КОНТРОЛЮ З ЕМОЦІЙНОЮ СТІЙКІСТЮ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ

Гурак Г.М., аспірант
кафедри психології

*Інститут філософської освіти та науки
Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*

У статті здійснено теоретичний огляд особливостей взаємозв'язків інтернальності та екстернальності із показниками емоційної стійкості підлітків. Розглянуто підлітковий вік як достатньо кризовий і нестабільний період у житті людини, адже внутрішньоособистісні суперечності та недостатній розвиток самоконтролю підлітків накладають свій відбиток на формування й розвиток різноманітних структур емоційної сфери тинейджера, зокрема його емоційної стійкості. Емпірично виявлено позитивні взаємозв'язки між інтернальністю та емоційною стійкістю підлітків. Встановлено, що інтернальність сприяє збільшенню контролю особистості над своїм життям, підвищуючи таким чином стресозахисні потенціали та адекватність різноманітних емоційних станів підлітків під час стресогенних ситуацій.

Ключові слова: емоційна стійкість, локус контролю, інтернальність, екстернальність, підлітки.

В статье осуществлен теоретический обзор особенностей взаимосвязей интернальности и экстернальности с показателями эмоциональной устойчивости подростков. Подростковый возраст рассматривается как кризисный и нестабильный период в жизни человека, поскольку внутрличностные противоречия и недостаточное развитие самоконтроля подростков накладывают свой отпечаток на формирование и развитие различных структур эмоциональной сферы тинейджера, в частности его эмоциональной устойчивости. Эмпирически выявлены положительные взаимосвязи между интернальностью и эмоциональной устойчивостью подростков. Установлено, что интернальность способствует увеличению контроля личности над своей жизнью, повышая таким образом стрессозащитные потенциалы и адекватность различных эмоциональных состояний подростков во время стрессогенных ситуаций.

Ключевые слова: эмоциональная устойчивость, локус контроля, интернальность, экстернальность, подростки.

Hurak H.M. FEATURES OF INTERRELATION OF COMPONENTS LOCUS OF CONTROL WITH THE EMOTIONAL STABILITY OF THE ADOLESCENT

The article presents a theoretical overview of the features of internal locus of control and external locus of control teenagers with indicators of their emotional stability. Adolescence is considered as sufficient crisis and unstable period in human life, because intrapersonal conflict and underdevelopment adolescent self leave their imprint on the formation and development of the various structures of the emotional sphere teenager, in particular, his emotional stability. Empirically we found the positive relationships between internal and emotional stability adolescents. Established that the internal locus control of the individual of teenagers increases over their lives, and increases their protective potential.

Key words: emotional stability, locus of control, internality, externality, adolescents.

Постановка проблеми. Процес становлення та розвитку особистості сучасних підлітків розгортається як складна індивідуалізована система суперечностей, яка характеризується напруженістю внутрішнього життя, нестабільністю емоційної сфери, осмисленням навколишнього світу та свого місця в ньому, особливим ставленням підлітка до оточення та до самого себе. Полярність внутрішніх станів особистості підліткового віку накладає свій відбиток на формування та розвиток різноманітних структур емоційної сфери тинейджера, зокрема його емоційної стійкості. Емоційна стійкість виступає фактором ефективності гармонійного психоемоційного розвитку особистості підлітка: зменшує негативний вплив сильних емоцій, сприяє

прояву готовності до дій у стресогенних ситуаціях, інтелектуальної результативності, розвитку емоційно-вольових якостей під час виникнення напружених обставин, що пов'язані із взаємодією дитини із соціумом, в якому вона перебуває. При цьому важливим завданням, яке стоїть перед сучасною психолого-педагогічною практикою, залишається відкриття адаптивних, емоційних, поведінкових та особистісних психологічних чинників розвитку емоційної стійкості, які здатні забезпечити цілісне та ефективно функціонування емоційної сфери особистості підлітків. Пошук внутрішніх взаємозв'язків адаптивних потенціалів підлітків та їх емоційної стійкості сприяв виділенню особливостей локалізації контролю як можливих чинників розвитку емоцій-



ної стійкості особистості підліткового віку. Так, ми вважаємо, що особливий вплив на стресозахисний потенціал підлітків має інтернальність, яка сприяє психічній адаптації підлітків та сталості їх внутрішніх психоемоційних процесів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Актуальність проблеми проявів емоційної стійкості особистості підліткового віку підкреслюється у наукових доробках таких науковців, як Л. Броун, Е.В. Веселова, П. Джордан, О.В. Дрокіна, Д.В. Иванов, В. Смітсон, Т.С. Тихомирова, А. Трос. Зазначені вчені стверджують, що емоційна стійкість підлітків виступає як процес, в якому особистість підлітка постійно прагне до емоційного здоров'я, свободи прийняття рішень, автономності особистості, нових емоційних взаємодій тощо. Л.Ф. Мальгіна зазначає, що емоційна стійкість виступає засобом збереження цілісності особистості під час загострення проблем емоційної взаємодії підлітка із навколишнім середовищем [4].

Щодо вивчення особливостей локусу контролю особистості, то цій темі присвячені праці Є.Ф. Бажина, С.А. Голинкіної, Є.П. Ільїна, М.Ю. Кондратьєва, Д. Майерса, Ф. Макрго, С.К. Нартової-Бочовер, Дж. Роттера, Дж. Фареса, М.О. Холодної, Т.М. Щербакової та ін. Узагальнюючи різноманітність визначень поняття «локус контролю», врахувавши ним ту зону свідомості, в рамках якої людина здатна визначати причинно-наслідкові зв'язки подій власного життя [5]. Особистість, яка, пояснюючи підсумки власних досягнень чи невдач, посилається на свою діяльність чи бездіяльність, на власні риси характеру, навички та уміння, Дж. Роттер назвав інтерналом – особистістю з внутрішнім локусом контролю [13]. Інтернальний локус контролю є соціально схвалюваною цінністю, адже пов'язаний із самооцінкою, соціальною та емоційною зрілістю і соціальною адаптацією особистості [6, с. 52]. У свою чергу, екстернальний локус контролю все частіше вказується серед характеристик делінквентної особистості [1, с. 35].

Питання взаємозв'язку емоційної стійкості та особливостей локалізації контролю особистості підлітків знаходить своє відображення у працях Д.В. Іванова, Я.Л. Коломінського, Г. Куласа, А.О. Реана, Р. Пеллетієра, Д. Пеллетієра, Дж. Фоурнієва, Є.Г. Щукіної. Так, інтернальний компонент локусу контролю може виступати не лише одним із компонентів емоційної стійкості підлітка, а й психологічним чинником, що здатний впливати на її розвиток. Наукові доробки Д.В. Іванова засвідчують, що

важливими умовами формування емоційної стійкості підлітка є свобода прийняття рішень та відповідальність, яка пов'язана з розвитком автономності особистості, її внутрішньоособистісної локалізації власного «Я» [2]. А.О. Реан і Я.Л. Коломінський, посилаючись на дослідження Г. Куласа, зазначають, що «вивчаючи проблему мінливості і стабільності локусу контролю в підлітковому віці (11–15 років), можливо проаналізувати наявність невеликих змін в локусі контролю як у хлопчиків, так і у дівчаток. При цьому у дівчаток зсув відбувається в бік зовнішнього (екстернального), а у хлопчиків – внутрішнього (інтернального) локусу контролю. Це означає, що з формуванням інтернального або екстернального локусу контролю з'являється можливість діагностувати рівень сформованості компонентів емоційної стійкості [10]. Так, «кількість емоційно стійких індивідів збільшуватиметься у міру становлення їх соціально зрілими, а у більш інфантильних особистостей з вираженою екстернальністю процес формування емоційної стійкості дещо затягнеться» [11, с. 100]. Досліджуючи емоційну нестійкість та дезадаптивність молоді, Є.Г. Щукіна допускала, що психологічним чинником емоційної нестійкості виступає екстернальний локус контролю, що проявляється у бажанні особистості зняти з себе відповідальність, неможливість втручатися в хід подій. Зміщення локусу контролю в інтернальну зону свідчить про прояв впевненості особистості у своїх силах та її здатності формувати емоційну стійкість людини [8, с. 95]. Французькі дослідники Дж. Фоурнієв, Р. Пеллетієр та Д. Пеллетієр зазначають, що інтернальний локус контролю сприяє більш успішній реалізації та адаптації особистості в житті. Важливою обставиною у формуванні та розвитку емоційної стійкості взагалі та інтернального локусу контролю зокрема виступають свобода в прийнятті рішень і розвиток автономності особистості [9]. Незважаючи на достатність наукових положень щодо взаємозв'язків між особливостями контролю особистості та її емоційної стійкості, ґрунтовних досліджень особливостей взаємозв'язку компонентів локалізації контролю та емоційної стійкості саме у підлітковому віці досі здійснено не було.

Постановка завдання. На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у здійсненні емпіричного дослідження задля виділення взаємозв'язків між компонентами локалізації контролю (інтернальністю та екстернальністю) підлітків та власне їх емоційною стійкістю.

Виклад основного матеріалу дослідження. Методичну базу для дослідження показників емоційної стійкості особистості та рівневих проявів інтроверсії / екстраверсії підлітків склали методика «Шкала емоційної стабільності / нестабільності (нейротизму)» Г. Айзенка та «Індивідуально-типологічний опитувальник», запропонований Л.М. Собчик. З метою виявлення нами застосована «Шкала емоційної стабільності / нестабільності (нейротизму)» Г. Айзенка, запропонована Є.П. Ільїним. Ця шкала є частиною методики МРІ Г. Айзенка для виміру рівнів емоційної стабільності / нестабільності особистості [3]. Слід зазначити, що дефініції «емоційна стійкість» та «емоційна стабільність» вживаються більшістю дослідників (С.М. Оя, П. Фресс, Р. Кеттелл, Л.П. Баданін) як синонімічні поняття, оскільки є психофізіологічним та психоемоційним утворенням особистості, що виступає як здатність регулювати емоційні стани, несхильність до афективного реагування, стійкість окресленого емоційного стану, переважання позитивних емоцій тощо. В американській психологічній науці взагалі відсутня диференціація зазначених понять. Емоційна стійкість (як і емоційна стабільність) вважаються поняттями, які мають однаковий зміст та позначаються єдиним терміном «emotional stability». Як зазначають М. Пассер та Р. Сміт, емоційно стійкі особистості є спокійними, врівноваженими, менш напруженими чи слабкими [12]. Спираючись на наукові положення зазначених науковців та зважаючи на специфіку нашого дослідження, ми розглядатимемо дефініцію «емоційна стабільність» як синонімічну терміну «емоційна стійкість». Застосована нами «Шкала емоційної стабільності / нестабільності» дає змогу виявити рівні емоційної стабільності особистості: високий, середній та дуже низький.

Показники локусу контролю підлітків здобувались із використанням методики визначення індивідуально-типологічних особливостей особистості «Індивідуально-типологічний опитувальник», запропонований Л.М. Собчик. Ця методика спрямована на дослідження індивідуально-типологічних властивостей особистості (інтроверсії, екстраверсії, ригідності, сенситивності, лабільності, тривожності, агресивності, спонтанності), серед яких для статті ми виокремлюємо складові потенційних адаптивних психологічних чинників емоційної стійкості підлітків: інтернальність / екстернальність. Інтерпретація результатів є прямо залежною від

кількості значущих відповідей за вказаними шкалами. Так, досліджуваний, який набрав за певною шкалою 0–1 бали, демонструє гіпоемотивність, погане саморозуміння або невідвертість при обстеженні; 3–4 бали (норма), є гармонійною особистістю; 5–7 балів, демонструє акцентуованість риси; 8–9 балів (надлишкова вираженість риси), має стан емоційної напруженості, ускладнену адаптацію [7]. Зазначимо також, що нижче виділені нами шкали «Інтроверсія» та «Екстраверсія» є лише частиною масштабного емпіричного дослідження, де нами виділяються і розглядаються взаємозв'язки між емоційною стійкістю та іншими шкалами, які запропоновані Л.М. Собчик у методиці «Індивідуально-типологічний опитувальник». Етап обґрунтування взаємозв'язку між показниками емоційної стійкості та полярними значеннями локусу контролю особистості підлітків здійснювався нами за допомогою використання методів непараметричної статистики (коефіцієнт рангової кореляції Спірмена, статистична програма SPSS 21).

Емпіричне дослідження значимих для нас змінних здійснювалось на базі загальноосвітніх шкіл Тернопільського регіону, вибірка складала 300 осіб віком від 11 до 15 років (учні 6–9 класів). Критерій вибору досліджуваних обумовлений специфікою нашого дослідження, науковим інтересом до зниження негативного переживання кризовості особистостями цього вікового періоду та перспективами вивчення рівневих проявів емоційної стійкості особистості підлітка і психологічних чинників, що зумовлюють її.

Рівневі показники емоційної стійкості підлітків розподілились таким чином: 36% старших підлітків проявляють високий рівень емоційної стійкості, що, на нашу думку, зумовлено достатньою адаптованістю старших підлітків до умов навчання та оточуючого середовища, адекватною реакцією на різноманітність стрес-факторів, що впливають на старшого підлітка. Середній рівень емоційної стійкості виявлено у 43% підлітків, що свідчить про своєрідну мінливість реакцій на певну емоціогенну ситуацію. У 21% досліджуваних підліткової групи виявлено дуже низький рівень емоційної стійкості (емоційну нестійкість). Зазначимо, що старша підліткова група (150 досліджуваних: учні 8–9 класів віком 13–15 років) проявляє значно більші показники емоційної нестійкості – 35%, порівняно із молодшою підлітковою групою (150 досліджуваних: учні 6–7 класів віком 11–13 років), де цей показник склав 6% (див. рис. 1).



Достатньо значний відсоток емоційно нестійких старших підлітків, на нашу думку, спровокований особливостями загострення вікової кризи, яка переживається досліджуваними віком 13–15 років. Старші підлітки з дуже низьким рівнем емоційної стійкості характеризуються імпульсивністю поведінки, різким перепадом настрою, нездатністю до саморегуляції, тривожними станами, недостатньою соціальною адаптованістю тощо [4].

Аналізуючи дані за методикою «Індивідуально-типологічний опитувальник», запропонованою Л.М. Собчик (із виділенням шкал «Інтроверсія», «Екстраверсія»), ми виявили такі показники за шкалою «Інтроверсія»: 12% підлітків проявляють мало-вираженість цієї особистісної риси; у 35% підлітків виявлено норму вираженості риси; 47% підлітків проявляють акцентуованість, яскраву вираженість інтроверсії та 6% підлітків проявляють надлишкову вираженість риси. За шкалою «Екстраверсія» отрима-

ні такі результати: 7% – маловираженість екстраверсії; 30% – норма прояву риси за цією шкалою; 51% підлітків проявляють акцентуованість екстраверсії та у 12% досліджуваних виявлено надлишкову вираженість риси за цією шкалою (див. рис. 2).

Таким чином, бачимо, що у більшості підлітків переважає зовнішній тип самоконтролю (екстраверсія) у сукупності із достатньо високими показниками середнього рівня емоційної стійкості підлітків, що дає нам змогу допускати можливість взаємозв'язків між цими психологічними змінними. Як відомо, зміщення локусу контролю в екстернальну зону за більшістю показників свідчить про підвищену вразливість екстернатів до впливу зовнішніх (фруструючих) чинників, що підвищує емоційну нестійкість. Крім того, екстернали дратівливі, тривожні, депресивні, авторитарні, що потенційно посилює прояв їх дезадаптації [8].

Вказане вище припущення підтверджується результатами здійсненого нами кореляційного аналізу за допомогою методів непараметричної статистики (коефіцієнт рангової кореляції Спірмена). Так, в кореляційних матрицях підлітків із високим, середнім та низьким рівнем емоційної стійкості спостерігаються як позитивні (прямі), так і негативні (обернені) кореляційні зв'язки між змінними інтроверсії та екстраверсії. Існує позитивний кореляційний зв'язок між показниками високої емоційної стійкості та показниками за шкалою «Інтроверсія» ($r = 309, p < 0,01$); простежується обернений кореляційний зв'язок між високою емоційною стійкістю підлітків та показниками за шкалою «Екстраверсія» ($r = 251, p < 0,01$). Слід зазначити, що показники коефіцієнту кореляції середніх значень емоційної стійкості зі шкалою «Інтроверсія» ($r = 192, p < 0,01$) та показники емоційної нестійкості зі шкалою «Інтроверсія» ($r = 177, p < 0,01$) інтерпретуються нами як практично відсутній кореляційний зв'язок, проте на статистично значущому рівні ($p < 0,01$). Ці результати підтверджують припущення про те, що зміщення локусу контролю особистості підлітків в інтернальну зону має безпо-

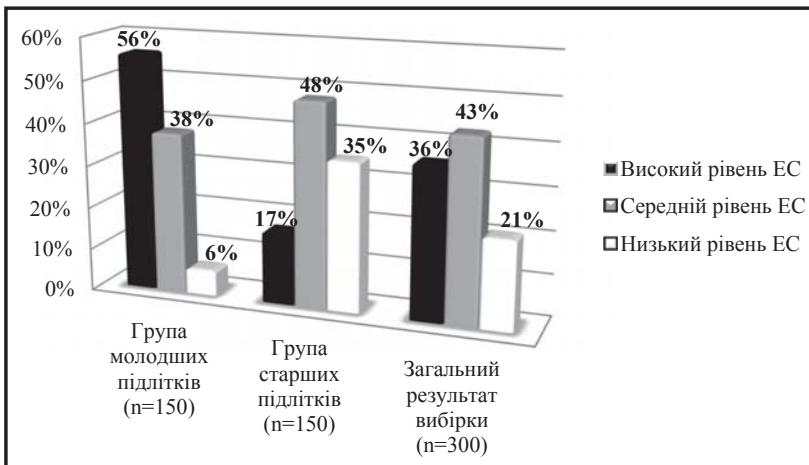


Рис. 1. Показники рівневого прояву емоційної стійкості особистості підлітків



Рис. 2. Показники рівневого прояву полярних компонентів локалізації контролю особистості підлітків (n=300)

середній зв'язок із емоційною стійкістю особистості. Зміщення ж локусу контролю підлітків в екстернальну зону може сприяти розвитку емоційної нестійкості підлітків.

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, аналіз теоретичних положень з проблеми, що розглядається, і результати проведеного нами емпіричного дослідження дають змогу констатувати наявність адаптивно-регулятивного потенціалу в емоційно стійких підлітків. Дослідження емоційної стійкості доводить, що на даний момент простежується тенденція до зниження емоційної стійкості підлітків старшої підліткової групи. Такий результат ми пов'язуємо із поступовим загостренням вікової кризи та допускаємо, що він пов'язаний із особливостями адаптаційних потенціалів старших підлітків та зміщенням показників їх локусу контролю в екстернальну зону. При цьому нами підтверджений взаємозв'язок між інтернальністю та емоційною стійкістю підлітків. Інтернальність сприяє збільшенню контролю особистості над своїм життям, підвищуючи таким чином стрезозахисні, пристосувальницькі властивості та адекватність різноманітних емоційних станів підлітків під час переживання стресових ситуацій. Наявність тісного взаємозв'язку між інтернальністю та емоційною стійкістю в досліджуваній групі надають підстави вважати, що інтернальність гіпотетично може виступати одним зі структурних психологічних чинників розвитку емоційної стійкості особистості підлітків і забезпечувати адаптивну функцію при переживанні особистістю складних стресогенних ситуацій. Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у дослідженні полюсів локалізації контролю як потенційних чинників розвитку емоційної стійкості особистості підлітків, пошуку та виділенні інших можливих психологічних чинників розвитку емоційної стійкості особистості підлітків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Быков С.В. Диагностика локуса контроля личности в асоциальных подростковых группах / С.В. Быков // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25. № 3. – С. 34–43.
2. Иванов Д.В. Влияние образовательной среды на формирование эмоциональной устойчивости подростка : дисс. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогическая психология» / Д.В. Иванов. – Курск, 2002. – 208 с.
3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2001. – 752 с.
4. Мальгина Л.Ф. Эмоциональная устойчивость как средство улучшения социальной адаптации подростков / Л.Ф. Мальгина // Социокультурные проблемы современной молодежи. – Новосибирск : Изд. НГПУ, 2007. – С. 76–80.
5. Нартова-Бочавер С.К. “Coping behavior” в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – № 5. – С. 20–30.
6. Реан А.А. Локус контроля делинквентной личности / А.А. Реан // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 2. – С. 52–56.
7. Собчик Л.Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики / Л.Н. Собчик. – СПб. : Речь, 2005. – 624 с.
8. Щукина Е. Эмоциональная неустойчивость как ведущий фактор формирования дезадаптивного поведения студентов : дисс. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.03 «Психология труда, инженерная психология, эргономика» / Е.Г. Щукина. – М., 1998. – 174 с.
9. Typologies des croyances sentimentales par les jeunes de 16 à 25 ans sans emploi à l'égard de l'insertion socioprofessionnelle / [G. Fourniev, R. Pelletier, D. Pelfetier] // Orientat. Se. et prof. – 1994. – Vol. 22. – №1. – P. 65–83.
10. Shehu J. Mokgwathi health locus of control and external resilience factors among adolescents in Botswana: A case-control study with implications for physical education / J. Shehu, M. Martin // South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation. – 2008. – № 30 (2). – P. 95–105.
11. Kulas H. Locus of control in adolescence: A longitudinal study / H. Kulas // Adolescence, 1996. – P. 31, 721–729.
12. Passer M.W. Psychology: The Science of Mind and Behaviour / M.W. Passer, R.E. Smith. – Boston : McGraw-Hill Higher Education, 2009. – 1036 p.
13. Rotter J.B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. / J.B. Rotter – Psychol. – 1966. – V. 8. – № 1. – P. 1–28.