

## Секция «Психология»

### Типологические особенности эмоционально-волевой сферы личности при совладании с трудными жизненными ситуациями, на примере юношеского возраста.

*Горбунова Анна Александровна*

*Студент*

*Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, Факультет психологии, Омск, Россия  
E-mail: Beionsy@yandex.ru*

В настоящее время широкое распространение получили исследования, направленные на изучение особенностей личности, способствующих либо препятствующих эффективному преодолению трудных жизненных ситуаций.

Однако, только в небольшом числе работ поднимается вопрос о значении компонентов эмоционально-волевой сферы личности в процессе совладания. Преимущественно взаимосвязь совладающего поведения и различных компонентов эмоционально-волевой сферы личности, в частности, личностной тревожности, эмпатии, эмоционального интеллекта и саморегуляции рассматривается разрозненно в отдельных исследованиях.

Идеей исследования является комплексное рассмотрение взаимосвязи эмоционального интеллекта, эмпатии, личностной тревожности, а также саморегуляции как компонентов эмоционально-волевой сферы и типичных стратегий совладания в юношеском возрасте.

Выделение личностных типов позволяет представить более целостно взаимодействие отдельно изучаемых компонентов: эмоционального интеллекта, эмпатии, личностной тревожности, а также саморегуляции – и разнообразных стратегий совладания, что, предположительно, даёт нам представления о значении эмоционально-волевой сферы личности в преодолении сложных жизненных ситуаций.

Целью исследования стало изучение типов личности в юношеском возрасте на основе взаимосвязи компонентов эмоционально-волевой сферы личности и стратегий совладания.

Выборку составили 189 учащихся высших учебных заведений г. Омска. 50,3% – юношей (средний возраст - 22,8 года) и 49,7% – девушек (средний возраст - 22,4 года).

Диагностика копинг-стратегий проводилась с помощью методики «Опросник копинг-стратегий Carver С.» (в адаптации Л.И. Дементий) [2;8]; эмоционального интеллекта – «Опросник диагностики эмоционального интеллекта» Д.В. Люсина [4]; эмпатии – «Диагностика эмпатических способностей» В.В. Бойко [3]; саморегуляции – «Стиль саморегуляции» В.И. Моросановой [5]; личностной тревожности - «Шкала реактивной и личностной тревожности» Ч.Д. Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина) [7].

В результате использования кластерного анализа методом k-средних было выделено пять типов, обладающих особенностями эмоционального интеллекта, эмпатии, личностной тревожности, саморегуляции, а также отличающихся особенностями совладающего поведения: «Эмоционально-компетентный, активно преодолевающий» тип (32 человека – 17%); «Не эмпатичный, активно преодолевающий» тип (56 человек - 29%); «Эмпатично-тревожный, ориентированный на общественную поддержку» тип (37 человек – 20%); «Эмоционально не компетентный, с не выраженным типом совладания»

тип (30 человек – 16%); «Тревожный, сфокусированный на эмоциях» тип (34 человека – 18%).

В результате исследования выявлено, что выраженный эмоциональный интеллект и способность к саморегуляции, а также низкий уровень личностной тревожности связаны с применением, в первую очередь, активных копинг-стратегий, направленных на непосредственное разрешение сложных жизненных ситуаций. Данные характеристики выражены в «Эмоционально-компетентном, активно преодолевающим» и в «Не эмпатичном, активно преодолевающим» типах.

В тоже время больший акцент на стратегиях эмоционально-ориентированного копинга, в частности, поиск общественной и эмоциональной поддержки, фокусирование на эмоциях, связан с высокой тревожностью, не выраженной способностью к саморегуляцией, заниженными показателями эмоционального интеллекта и выраженной эмпатией. Данные закономерности справедливы для других трех типов: «Эмпатично-тревожный, ориентированный на общественную поддержку» тип; «Эмоционально не компетентный, с не выраженным типом совладания» тип; «Тревожный, сфокусированный на эмоциях» тип.

Мы можем предположить, что развитие эмоционального интеллекта и способности к саморегуляции выступает ресурсом использования активных копинг-стратегий, ориентированных на непосредственное изменение ситуации, поскольку способствуют конструктивной переработки негативных аффективных реакций.

Возникает вопрос о возможности формирования оптимального стиля совладания. Выявленные особенности взаимосвязи между выраженностью эмоционального интеллекта, саморегуляцией и предпочтением активных стратегий совладающего поведения могут являться основой для изучения возможности воздействия на стилевые характеристики совладания через развитие группы параметров эмоционально-волевой сферы.

### Литература

1. Абульханова-Славская К.А. О путях построения типологии личности // Психологический журнал 1983 Т.4. №1. С. 7-21
2. Дементий Л.И. К проблеме диагностики социального контекста и стратегий копинг-поведения // Журнал прикладной психологии. – 2004. - №3 – с. 20-25.
3. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. Спб.: Питер, 2001. 752 с.
4. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3 – 22
5. Моросанова В.И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководством. – М.: Когито-Центр, 2004. – 44с. (Психологический инструментарий)
6. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский Дом «БаХРАМ\_М», 2002. – 672
7. Carver, C.S., Scheier M.F., Weintraub J.K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach // Journal of Personality and Social Psychology 1989 V.56. P. 267-283