

Алексеева Ю.А. – кандидат психологічних наук

Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова (Україна)

Кафедра теоретичної та консультативної психології

Кустов А.В. - кандидат медичних наук

Сумський державний університет (Україна)

Кафедра нейрохірургії та неврології, курс психіатрії,

наркології та медичної психології

**Correlation of selfattitude and mechanisms of regulation of the behavior
in those adolescents**

**Взаємозв'язок самоствалення і механізмів регуляції поведінки
у осіб юнацького віку**

Abstract: In the article the results of research of intercommunication between the indexes of self-relation (self-esteem, self-interest, autosympathy, expectation of the relation of the surrounding) and other mechanisms of adjusting of the behavior (empation to the different objects, aleksytimity) at young people are reflected. The exposed distortions of the intercommunication of the complex of the different mechanisms can be used for the conduction of the prophylactic and psychocorrective measures.

У статті презентуються результати дослідження взаємозв'язків між показниками самоствалення (самоповаги, самоінтересу, аутосимпатії, очікування позитивного ставлення від оточуючих) і інших механізмів регуляції поведінки у осіб юнацького віку, які впливають на успішність особистості. Виявлені викривлення взаємозв'язку комплексу різних механізмів можна використовувати при проведенні профілактичних і психокорекційних заходів з метою розвитку успішності особистості.

Keywords: selfattitude, selfrespect, selfinterest. alecsitimy, empation.

Ключові слова: самосталення, самоповага, самоінтерес, аутосимпатія, алекситимія, емпатія.

Під час економічної кризи актуальним постає питання становлення самосвідомості молодих людей, яка обумовлює їх успішність у житті. Успішність осіб юнацького віку тісно пов'язана з розвитком в них таких складових самосвідомості, як позитивне самоствалення, здатність до рефлексії, диференціювання власних почуттів та переживань, емпатії.

Поняття самосвідомості є одним з центральних в літературі, яка присвячена теоретичним та практичним аспектам психологічного консультування і психотерапії. Проте, ще не так давно О.М. Леонтьєв в цілому оцінював проблему вивчення самосвідомості як невіршену.

Більшість науковців зазначає, що самосвідомість – це складне системно організоване утворення, яке тісно пов'язане з одного боку з функціями і структурою свідомості, а з іншого – з елементами особистості. Самосвідомість включає статичні і динамічні характеристики, де перші представлені комплексом системно організованих установок «Я» і «внутрішнього світу» особистості, інші, - механізмами регуляції, контролю, психологічного захисту і компенсації, які забезпечують адекватне адаптивне реагування на постійно змінені умови і вимоги зовнішнього середовища і внутрішнього світу.

Проблемі самосвідомості присвячено немало досліджень у вітчизняній психології. Ці дослідження сконцентровані в основному навколо двох груп питань. У роботах Б.Г. Ананьєва, Л.І. Божовіч, Л.С. Виготського, О.М. Леонтьєва, І.І. Чеснокової, Е.В. Шорохової в загальнотеоретичному і методологічному аспектах проаналізовано питання про становлення самосвідомості в контексті більш загальної проблеми розвитку особистості. У іншій групі досліджень розглядаються більш спеціальні питання, передусім, пов'язані з особливостями самооцінки, її взаємозв'язком з оцінкою оточуючих. Дослідження А.А. Бодальовим явища соціальної перцепції загострили інтерес до питання зв'язку між пізнанням інших людей і самопізнання [2]. Чимало опубліковано і філософсько-психологічних і власне філософських досліджень, в яких проаналізовані проблеми, пов'язані з особистісною відповідальністю, моральним вибором, моральною самосвідомістю [5]. Праці І.С.Кона, в яких були вдало синтезовані філософські, загальні соціально-психологічні, історико-культурні аспекти, теоретичні питання і аналіз конкретних експериментальних даних, відкрили багато нових аспектів цій, мабуть, одній із головних проблем в психології [3].

Важливим елементом самосвідомості є комплекс самоставлень, що впливають на стратегію і тактику поведінки, вибір цілей і засобів їх досягнення, що регулюють дії і вчинки індивіда, визначають мотиваційну детермінацію поведінки.

Становлення самосвідомості залежить від умов розвитку і виховання, а також від віку людини. Багато вчених підкреслюють значення юнацького віку для розвитку самосвідомості. Виникнення і дозрівання механізму рефлексії, усвідомлення своїх мотивів і внутрішніх конфліктів, уміння морального самооцінювання – ось основні

феноменальні прояви самосвідомості в цьому віці. Цей період вважається періодом власне становленням самосвідомості у всій її цілісності [7].

Відповідно до ієрархічної моделі структури самоствавлення, розробленою В.В. Століним, самоствавлення, як основний елемент самосвідомості, включає наступні компоненти: самоповага, самоінтерес, аутосимпатію, очікування ставлення інших, інтегроване відчуття самоствавлення [4, 6]. Ці ж складові самоствавлення вимірюються за допомогою тесту –опитувальнику В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва.

Самоповага - віра в свої сили, здібності, а також уміння самостійно вирішувати проблеми і завдання, контролювати свої дії та вчинки. Рівень самоповаги залежить від ставлення індивіда до таких своїх глибинних особистісних якостей, як інтелектуальність, успішність, привабливість, сексуальність, моральність і ін. Самоповага визначає вибір особистістю діапазону і масштабу цілей (рівня домагань), впливає на стратегію поведінки.

Самоінтерес - пізнавальне ставлення до свого внутрішнього світу, до власних думок, відчуттів, намірів, спогадів, свого минулого і змін в майбутньому, переживання близькості до самого себе. Самоінтерес виявляється в схильності індивіда до ведення внутрішнього діалогу з собою, упевненості в своїй цікавості, домінуванню власних поглядів на зовнішні події і складнощі свого внутрішнього світу.

Аутосимпатія - зміст емоційного ставлення до себе, рівень самосприйняття: позитивне або презирливе ставлення з схильністю до самоосуду. Аутосимпатія виражається в задоволеності своїми поточними досягненнями або частих переживаннях власної недосконалості, відчуттів досади, сорому і провини.

Очікування ставлення інших - орієнтація людини на думку інших про себе, залежність самоствавлення від чужих оцінок. Адекватне сприйняття чужої думки про себе залежить від уміння резонувати з когнітивними і емоційними станам людей і відчувати їхні запити. Рівень очікування ставлень інших впливає на формування залежності або незалежності індивіда від оцінок інших людей.

У зв'язку з тим, що на самоствавлення впливають багато чинників, нами була поставлена *мета* вивчити взаємозв'язок його компонентів з показниками емпатії і алекситимії. Передбачалося, що зазначені функції і стани, які протікають у процесах самосвідомості і визначають ефективність спілкування і аутокомунікації індивіда, мають стійку і специфічну кореляційну залежність.

Нами застосовувалися наступні методики: тест – опитувальник В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва, методика визначення рівня емпатії І.М. Юсупова, Торонтська

алекситимічна шкала. Результати оцінювалися за середньою (M) і помилці середньої (m) кожного показника, а також даним, отриманим за допомогою методики кореляційного аналізу за Пірсоном (r_{xy}).

Для вивчення і вирішення поставлених завдань за допомогою названих методик в дослідженні брали участь молоді люди дев'ятнадцяти років – студенти вищих навчальних закладів. Була досліджена 41 людина, з них – 28 дівчат і 13 хлопців.

Результати проведеного дослідження відображені і проаналізовані нижче.

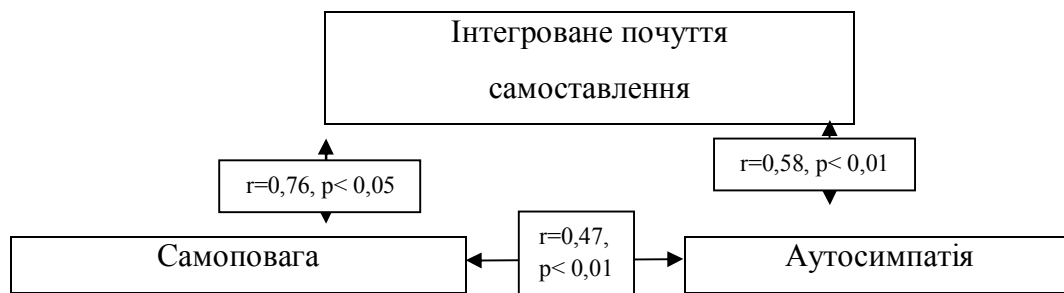


Рис. 1 Кореляції між показниками самоставлення

Як показують статистичні дані, відображені на рис.1, інтеграційне відчуття самоставлення у юнаків має достатньо виражені прямі кореляційні зв'язки з такими компонентами, як самоповага і аутосимпатія, між якими також простежується помірна пряма за силою залежність. З іншими компонентами самоставлення (самоінтересом і очікуванням ставлення інших) кореляційні зв'язки не виявлені. Це означає, що самоставлення молодих людей визначається в основному тим, як вони ставляться до своїх глибоких особистісних якостей і рівнем емоційного ставлення до себе. Це також свідчить про те, що самоповага (Су) і аутосимпатія (Ас) є основними механізмами формування ставлення особистості до себе: Су визначає ставлення до себе через бачення себе в майбутньому і є стратегічним компонентом самооцінки, Ас залежить від задоволення індивідом своєю поточною діяльністю, що впливає на формування тактичного компоненту самооцінки.

Емпатія як здатність до когнітивно – емоційного резонування виражається у відносно стійкій тенденції особистості до соморозуміння – співзвуччю з думками, намірами, відчуттями іншої людини, а також співчуттю – умінню адекватно відгукуватися на її емоційні стани. Здатність до емпатії впливає на рівень і якість спілкування, позитивно оцінюється оточуючими, оскільки виражається у формуванні таких якостей, як дружелюбність, делікатність, уникнення конфліктних ситуацій, уміння зрозуміти і підтримати іншу людину у скрутну хвилину. Таким чином, розвиток

емпатії є свідомством моральної і загальнопсихологічної зрілості особистості. Дослідження, які проводилися раніше, показують, що у більшості підлітків та юнаків почуття емпатії буває недостатньо розвиненим [1].

Результати дослідження відображені на рис.2.

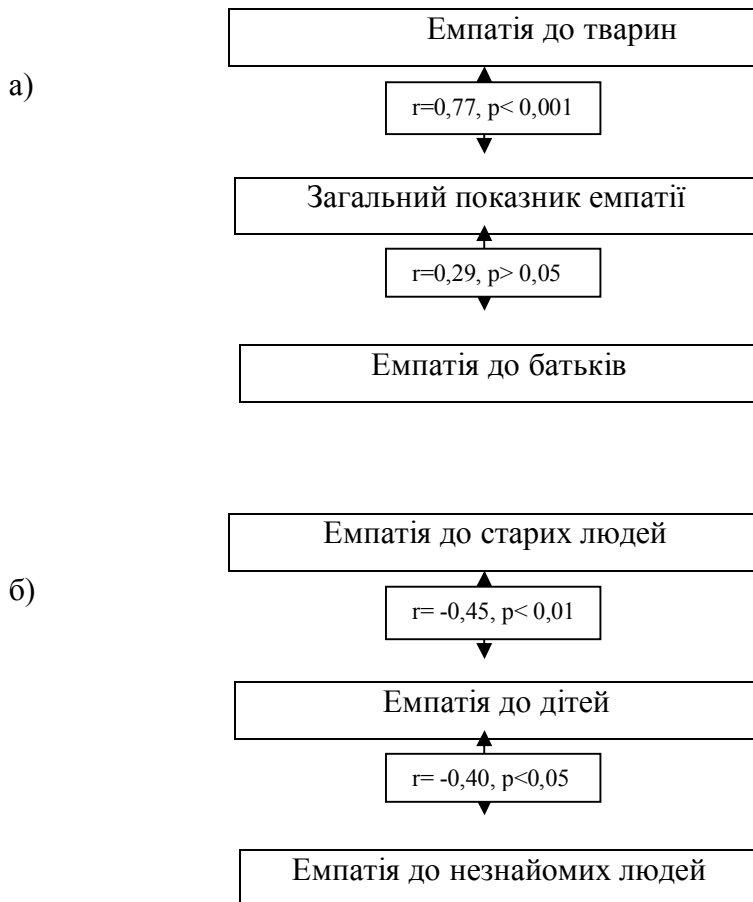


Рис. 2 Кореляції між показниками емпатії

Загальний показник емпатії у осіб юнацького віку вміщує в основному емпатичне ставлення до тварин ($r = 0,77$, $p < 0,001$) і дітей ($r = 0,55$, $p < 0,01$). Виявлено також, що рівень емпатичного ставлення до батьків, літніх і незнайомих людей низький і статистично не значущий (кореляція загального показника емпатії і емпатії до батьків дорівнює 0,29 при $p > 0,05$, інші показники – вкрай низькі).

Виявлена також ще одна особливість емпатії у сучасних молодих людей. У них переважає емпатичне ставлення до дітей, що може бути природним, якщо врахувати, що переважаючий контингент дослідженої аудиторії – дівчата. Можна було б припустити, що рівень емпатії до літніх і незнайомих людей у них буде нижчий, проте дослідження виявило негативний кореляційний зв'язок між показником емпатії до дітей

і емпатію до літніх і незнайомих людей (відповідно $r = -0,45$, $p < 0,01$ і $r = -0,40$, $p < 0,05$). Дослідження показало, що в сучасному стилі виховання є прогалини, оскільки в ієрархії цінностей молодих людей шанобливе ставлення до батьків і літніх людей не займає провідних місць. Батьки і літні люди, носії досвіду і життєвих цінностей, не є для осіб юнацького віку авторитетами. Крім того, виявлений зворотний кореляційний зв'язок між емпатією до дітей, літніх і незнайомих людей може вказувати на приховане вороже ставлення до останніх. Приблизно така ж картина емпатичних ставлень була виявлена при вивченні групи підлітків [1]. Низький рівень емпатії до батьків, можливо, пов'язаний зі статтю досліджуваних. У дівчаток – підлітків також домінує емпатичне ставлення до дітей і тварин і практично не актуальне співчуття і співпереживання до батьків.

Таким чином, дослідження показало, що у осіб юнацького віку, як і у підлітків, є викривлення в розвитку емпатичних здібностей і особистісна моральна інфантилізація, які вимагають додаткових уточнень і розробки методів психологічної корекції процесу дозрівання і формування емпатичного потенціалу особистості.

Результати кореляції між очікуванням ставлення інших і емпатією відображені на рис. 3.



Рис. 3 Кореляції між показником самоствавлення (очікування ставлення інших) і емпатією

Кореляційні взаємозв'язки між компонентами самоствавлень і емпатії (рис.3) показали, що емпатія молодих людей до дітей і тварин залежить в основному від того, яким (позитивним або негативним) вони відчують ставлення до себе оточуючих та заслуговує схвалення їх поведінка чи ні. Таким чином, моральна регуляція поведінки осіб юнацького віку визначається не скільки рівнем самоповаги і аутоемпатії, а тим, як, із їх точки зору, до поведінки відносяться оточуючі, чи оцінюють її як благородну або заслуговуючу схвалення.

Результати кореляції між показниками алекситимії і компонентами самоствавлення відображені на рис.4

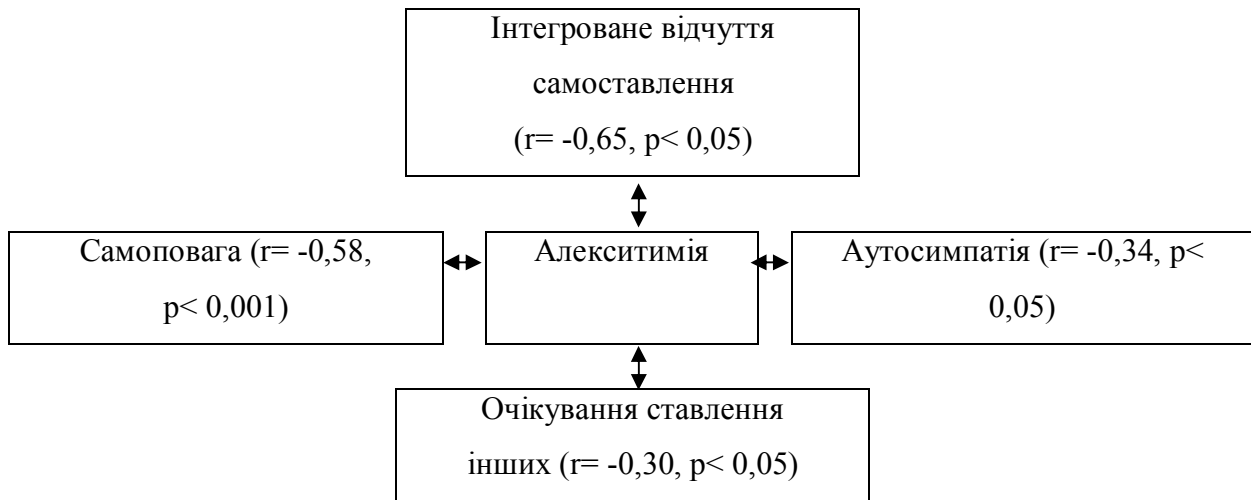


Рис. 4 Кореляція між показниками алекситимії і компонентами самоствавлення

Алекситимія – це граничний психічний стан особистості, в основі якого лежать дефіцит когнітивних функцій і викривлення процесів самосвідомості. Алекситимія проявляється у слабкій здатності до диференційованої вербалізації і аналізу відчуттів, переживань, думок, намірів, мотивів, відчуттів як власної особистості, так і інших людей.

Алекситимічним особистостям характерна слабка здібність до опису своїх відчуттів, почуттів і їх диференціації. Їм важко визначити такі емоційні стани як роздратування, тривога, втома, понижений настрій, радість, а також диференціювати такі фізіологічні стани як біль, спрага, голод і інше. Вони частіше описують не відчуття, а обставини, події.

Також характерне своєрідне мислення, яке позбавлене образності і виражається в схильності людей висловлювати тільки «голі» факти. Така невиразність думок, мислення, позбавлене емоційного забарвлення, робить його «операторським». У них слабо розвинене почуття гумору. У зв'язку з цим алекситиміків часто описують як «нудних», навіть якщо вони освічені і розумні. Їх мова позбавлена нюансів, метафоричних оборотів, емоційного аранжування. Словесний опис емоційних станів часто буває неточним і навіть неадекватним. Орієнтуючись на факти, вони не здатні використовувати власні фантазії і відчуття.

Дослідження, що проводилися раніше, виявили у алекситиміков слабкий рівень розвитку уяви, невміння «заглядати» в найближче і далеке майбутнє. Їх поле

модельованих подій звужене. Вони як би «пливуть за течією», звертаючи увагу тільки на поточні події і факти.

Таким чином, алекситимію слід розглядати як системний розлад, в основі якого лежать порушення не тільки когнітивної і емоційної сфери, але і процесів, що беруть участь в організації самосвідомості.

У проведеному нами дослідженні (рис.4) виявлене наступне. Однією з умов ослаблення алекситимії, як однієї з неспецифічних умов розвитку психосоматичної і психічної патології, є формування гармонійної і інтегрованої самооцінки. Відмічено, що між всіма компонентами самоствавлення (особливо самоповагою) і алекситимією існує зворотний кореляційний зв'язок. Це означає, що молоді люди з гармонійним самоствавленням, які позитивно оцінюють себе, впевнені у собі, помірно орієнтуються на думку оточуючих про себе, здатні до повноцінної рефлексії, добре «прочитують» свої думки, відчуття, наміри, краще орієнтуються на своєму внутрішньому світі, схильні до вступу до діалогу з самим собою. І навпаки, особистості, у яких відмічається низький рівень самоствавлення, виявляють підвищення рівня алекситимії і схильності до появи психосоматичних розладів.

Висновки. Дослідження показало, що самоствавлення є важливим регуляторним комплексом, який впливає на активність таких процесів, як емпатія і рефлексія (і її інверсійного полюса – алекситимії). У осіб юнацького віку основними компонентами регуляції поведінки є самоповага і аутосимпатія.

Виявлені викривлення в проявах емпатичних ставлень, оскільки переважає емпатія до тварина і дітей та нерозвинене почуття емпатії по відношенню до батьків, людей похилого віку та незнайомих. Емпатичне ставлення до навколишнього світу залежить більшою мірою від того, як молоді люди оцінюють ставлення оточуючих до себе. Самоповага і аутосимпатія у меншому ступені визначають формування емпатії.

Комплекс самоствавлень має зворотну залежність з процесом алекситимії, яка полягає у наступній формулі: чим гармонійніший комплекс самоствавлень, тим вище рівень рефлексивності особистості, тим вище здатність до самопізнання.

Література

1. Алексеева Ю.А. (2009). Психологічні особливості розвитку моральних почуттів у підлітків у процесі їх індивідуального консультування // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія № 12. психологічні наук: зб. наук.пр. – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова. № 27 (51). 138 - 147.

2. Бодалев А.А. (1982). Восприятие и понимание человека человеком. Москва, Изд-во «Знание». 235 с.
3. Кон И.С. (1984). В поисках себя: Личность и ее самосознание. Москва, Изд-во Политиздат. 335с.
4. Крогиус Н.В. (1981). Взаимообусловленность познания людьми друг друга и самопознание в конфликтной ситуации. / Психология межличностного познания. Под ред. А.А. Бодалева. Москва, Изд-во Знание. 310 с.
5. Спиркин А.Г. (1983). Сознание и самосознание. Москва, Изд-во Знание, 128 с.
6. Столин В.В. (2000). Уровни и единицы самосознания. / Психология самосознания. Хрестоматия. Самара. Изд-во БАХРАХ-М. 123 - 155.
7. Чеснокова И.И. (1982). Самосознание, саморегуляция, самодетерминация // Проблемы психологии личности. Москва, Изд-во Наука. 121-126.