

УДК 159.929

О.А. Чала

Київський університет ім. Бориса Грінченка, м. Київ

ПОРУШЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ЯК ЧИННИК ДЕСТРУКТИВНОЇ КОНФЛІКТНОСТІ ЮНАЦТВА

В роботі проаналізовано механізми впливу емоційної сфери юнацтва на формування деструктивної конфліктності. З'ясовано, що порушення емоційної регуляції стають дієвими чинниками виникнення та закріплення деструктивної конфліктності особистості юнацького віку.

Ключові слова: юнацький вік, емоційна сфера, емоційна регуляція, деструктивна конфліктність.

В работе проанализированы механизмы влияния эмоциональной сферы юношества на формирование деструктивной конфликтности. Выяснено, что нарушения эмоциональной регуляции становятся действенными факторами возникновения и закрепления деструктивной конфликтности личности юношеского возраста.

Ключевые слова: юношеский возраст, эмоциональная сфера, эмоциональная регуляция, деструктивная конфликтность.

The mechanisms of influence of emotional sphere of youth are in-process analyzed on forming of destructive conflict. It is found out, that violations of the emotional adjusting become the effective factors of origin and fixing of destructive conflict of personality of youth age.

Keywords: youth age, emotional sphere, emotional adjusting, destructive conflict.

Актуальність проблеми. Проблему формування та виявів афективної сфери особистості в юнацькому віці досліджували багато науковців, але розмаїття підходів та методів не дає однозначного її тлумачення. Численні дослідження процесу формування емоцій та почуттів в юнацькому віці все ж не висвітлюють багатьох аспектів цієї проблеми, зокрема механізмів впливу афективної сфери юнаків на формування деструктивної конфліктності, що ускладнює розробку та застосування на практиці методів профілактики та корекції цієї негативної особистісної риси молодих людей. При цьому необхідність розуміння психологічних механізмів впливу афективної сфери на рівень та характер конфліктності особистості особливо гостро постає щодо юнацького віку, оскільки цей період є найбільш сприятливим для активізації у молодій людини відповідальності за власне становлення й удосконалення. За умов нестабільності політичного, економічного та соціального життя сучасного українського суспільства проблема виявів деструктивної конфліктності юнацтва постає особливо гостро, так як молоді люди як лакмус відображають цю нестабільність.

Отже, **метою роботи** є аналіз механізмів впливу емоційної сфери юнаків як вікової групи на формування їх деструктивної конфліктності.

Виклад основного матеріалу

Відомо, що класики світової психологічної думки розглядали юнацький період як етап загального формування особистості з відповідними завданнями. Так, у психоаналізі З. Фрейда юність є полігоном для розгортання останньої стадії психосексуального розвитку – генітальної, відповідно емоційний фон представників цього періоду залежить від здатності опанувати базові вміння – любити та трудитись. За Е. Еріксоном, впродовж юнацького віку розгортаються пошуки особистісної Его-ідентичності, що й зумовлює переважаючі емоційні стани. Вітчизняні психологи схильні тлумачити юнацький вік через призму становлення Я-концепції (Л.І. Божович, І.С. Кон) та здійснення професійного самовизначення (І.Д. Бех, Є.О. Климов, П.А. Шавір). Сучасні українські

психологи деталізують проблему формування афективної сфери юнацтва через такі аспекти, як поняття емоційного інтелекту юнаків (Т.В. Зайчикова), емоційна стійкість та емоційна усталеність як якості юнацтва (К.В. Пилипенко, М.Ю. Простаков), несприятливі вияви афективної сфери юнаків – стресові стани фрустрації, невротичні розлади (Б.Г. Бердник, М.В. Вовк, С.В. Харченко), особливості емоційної близькості з батьками (А.О. Широка).

Юнацький вік – вік зростання сили «Я», її здатності проявити і зберігати свою індивідуальність; в цей час вже є підстави для подолання страху втрати свого «Я» в умовах групової діяльності або інтимної близькості чи дружби. Саме у цих умовах «Я» випробовує свою силу, через протистояння з іншими людьми юнаки знаходять чіткі межі свого психологічного простору, що захищає їх від небезпек руйнівної дії іншого.

Емоційні реакції і поведінка хлопців і дівчат не можуть бути пояснені лише зрушеннями гормонального порядку. Вони залежать також від соціальних чинників і умов виховання. Психологічні труднощі дорослішання, суперечність рівня домагань і образу «Я» нерідко приводять до того, що емоційна напруженість, типова для підлітка, захоплює і роки юності.

У цьому віці особливо гостро виявляються, акцентуються деякі властивості характеру; така акцентуація, не будучи сама по собі патологічною, проте, підвищує можливість психічних травм і поведінки, що відхиляється від норми. Наприклад, загострення такої типологічної властивості молодого людини, як гіпертимність (підвищена активність і збудливість), нерідко робить її нерозбірливою у виборі знайомств, спонукає вплутуватися в ризиковані авантюри і сумнівні заходи. За таких умов молода людина може набути деструктивної конфліктності як неадекватного способу досягнення мети. Типологічно зумовлена замкнутість в юності іноді переростає в хворобливу самоізоляцію, якою може супроводжуватись почуття людської неповноцінності.

Хоча рівень свідомого самоконтролю у хлопців і дівчат набагато вищий, ніж у підлітків, вони найчастіше скаржаться на свої слабкості,

нестійкість, схильність до зовнішніх впливів і такі характерологічні риси, як примхливість, ненадійність, образливість. Багато що в їх житті, включаючи власні вчинки, здається таким, що здійснюється автоматично, поза їх волею і навіть всупереч їй.

Багато внутрішніх і зовнішніх конфліктів, традиційно прив'язаних до юнацької гіперсексуальності, зумовлені перш за все тим, що сексуальний потяг і поведінка юнаків не знаходять визнання і символізування в культурі і тому здаються небезпечними і руйнівними. Пригнічений, перенесений у несвідоме сексуальний потяг теж може породити деструктивну конфліктність юнацтва.

В юнацькому віці у багатьох осіб спостерігається підвищена невротичність. Це вік специфічних психологічних контрастів, які характеризують як внутрішній світ людини, так і сферу її міжособистісних відносин. В юності більше, ніж в інших періодах, зустрічаються акцентуовані типи характеру, спостерігаються швидкі, непередбачувані і часті переходи від одного настрою до іншого: від веселості до смутку, від ейфорії до пригніченості. Хлопці і дівчата схильні до емоцій, образливі, імпульсивні, схильні до категоричних думок, до недостатньо продуманих вчинків. Максималізм, який властивий юності, часто позначається в словесному відкиданні загально визнаних поглядів на мораль, на взаємини людей, на цінність тих або інших витворів мистецтва, та може приводити до різких і несподіваних емоційних реакцій, вилитись у деструктивну конфліктність. Це необхідно враховувати в своїй діяльності всім, хто взаємодіє з даною категорією молоді.

У юності нерідко зустрічається загострене почуття самотності. Як відзначав Е. Фромм: «Якщо воно триває довго і не зникає з переходом в новий вік, може привести до психічного руйнування так само, як фізичний голод – до смерті. Моральна самота так само нестерпна, як і фізична; більше того, фізична самота стає нестерпною лише в тому випадку, якщо вона спричиняє за собою і самотність моральну» [7, с. 76]. Особливо небезпечним

є переживання хронічної самотності в юнацькому віці, так як молода людина, порівнюючи себе з більш успішними ровесниками, починає комплексувати, озлоблюватись, поглинаючись власними комунікативними проблемами. Ці негативні переживання, в свою чергу провокують деструктивну конфліктність.

Ігор Кон вважає, що процес відкриття власного «Я» є складним і внутрішньо суперечливим. Несподівано виявляється, що «внутрішнє» «Я» не збігається з «зовнішньою» поведінкою, внаслідок чого актуальною стає проблема самоконтролю. Невизначеність, недостатня диференційованість, розмитість «Я» в цьому віці зумовлюють почуття стурбованості та внутрішньої порожнечі, яку слід чимось наповнити, що, в свою чергу, породжує посилення потреби у спілкуванні та одночасне зростання його вибірковості, посилення потреби у відокремленні від інших [2, с. 226].

Юнацький вік – це період стрімкого розвитку і швидких змін особистості. Стан, в якому знаходиться молода людина в цей час, психологи називають «стресом розвитку» [8, с. 18]. Перед нею стоять декілька серйозних завдань розвитку:

- побудова нових відносин з оточуючими,
- вибір області майбутніх професійних інтересів,
- автономізація від сім'ї і інші важливі входження, що становлять, в дорослість.

Для цього періоду характерні часті стреси, пов'язані з інтенсифікацією навчального процесу (учбовий стрес), з адаптацією до нових форм навчання (адаптаційний стрес) та оцінкою професійного самовизначення; а також проблеми у відносинах з батьками, які часто не усвідомлюють особливості фізичного і психічного стану дітей, що подорослішали (соціальний стрес). Часто стрес в їх середовищі породжує невпевненість в майбутньому. Юнаки в стані стресової ситуації відрізняються підвищеним рівнем ситуаційної тривожності, конфліктності відносин, наявністю переживань, пов'язаних з травмувальною ситуацією. Способи, якими користуються молоді люди з

метою зниження емоційної напруги і виходу із стресової ситуації, є загальновідомими: найчастіше це – агресивна поведінка, алкоголь, наркотики. Такі емоційні та поведінкові реакції зазвичай супроводжуються стійкою деструктивною конфліктністю.

Можна стверджувати, що на даному етапі розвитку суспільства однією з причин, що породжують такі проблеми в молодіжному середовищі, є бідність емоційного життя молодих людей. Відсутність позитивних емоційних переживань приводить до дистресів, пригніченого стану, озлоблення, що у результаті може бути причиною формування та закріплення деструктивної конфліктності. Молоді люди, знаходячись під впливом стресових ситуацій, не готові до їх подолання і, страждаючи від їх наслідків, неправильно будують взаємодію з іншими людьми.

Існує цілий ряд подій, які викликають сильні емоційні переживання. Людина може їх «проскочити», і тоді вони не мають негативних наслідків, але може «записати» в своїй пам'яті як негативне переживання. Етап фахового навчання юнаків характеризується певною невизначеністю, пов'язаною з різними аспектами процесу «входження в дорослість». Ситуації невизначеності взагалі і у вказаному періоді зокрема недостатньо вивчені дослідниками через покладання суспільства на сформовану особистісну зрілість юнаків, тому молоді люди на етапі вузівського навчання вже не отримують необхідної допомоги і підтримки.

Фахівці визначають ситуації невизначеності як життєві обставини, що емоційно переживаються, які в сприйнятті людини являють складну психологічну проблему, що вимагає свого рішення. В ході дослідження тривожності було виявлено, що особистісна тривожність в юнацькому віці у значної частини студентів виражена достатньо сильно. Це говорить про схильність до появи тривоги у студентів в ситуації оцінки їх компетентності, про сприйняття багатьох ситуацій як загрозливих. Надмірна особистісна тривожність викликає агресивність та конфліктність молодих людей.

Депресія в юнацькому віці з'являється одночасно з іншими розладами у

відповідь на внутрішню і зовнішню напругу. Так, депресія і тривожні стани, депресія і поведінкові порушення, включаючи імпульсну поведінку, часто з'являються разом. У юнаків депресія нерідко супроводжується зривами, у дівчат – порушеннями харчової поведінки, такими, як анорексія або булімія [3, с. 569]. Значна частина тих, хто робить замах на самогубство, переживає депресію, щонайменше після спроби суїциду. Депресія, думки про самогубство і вживання наркотиків також пов'язані між собою.

У дівчат незадоволеність своїм тілом може привести до розладів харчової поведінки, а потім і до депресії. Як відомо, особливу небезпеку депресії завжди пов'язували з нездоров'ям, – виходячи з припущення, що депресія робить людину уразливою до хвороби. Депресія може викликати і інші проблеми, внаслідок її впливу на міжособистісні відносини. Збіднення спілкування, що викликається депресією, може погіршувати відносини «батьки - дитина» в підлітковому віці і впливати на романтичні відносини в юності. Наприклад, серед дівчат, що переживають депресію, число вагітностей в три рази перевищує середньостатистичну «норму» [3, с. 573].

Вірогідність виникнення у юнаків депресії і дистресових реакцій підвищують наступні чинники:

- негативний образ тіла, на думку багатьох фахівців, може приводити до депресії і розладів харчової поведінки,
- збільшена здатність до критичного осмислення особистості, що розвивається, і свого майбутнього, може підвищувати ризик розвитку депресії, коли юнаки фіксуються на можливих негативних результатах [3, с. 570].

Психологічна корекція і допомога таким молодим людям повинна включати психологічну підтримку з акцентом на сильні сторони особистості, формування адекватної самооцінки, навчання прийомам саморегуляції і релаксації, конструктивного вираження негативних переживань. Допомога у виборі форми навчання повинна відповідати індивідуальному рівню підготовленості.

Таким чином, очевидним вбачається зв'язок між порушеннями емоційної сфери юнаків та виявами їх деструктивної конфліктності. Ця поведінкова риса формується в руслі загального становлення особистості як ознака відхилень соціально спрямованого характеру. Порушення емоційної сфери є одним із ряду чинників формування деструктивної конфліктності молодих людей.

На підставі аналізу опрацьованих науково-методичних джерел нами було здійснено узагальнення основних аспектів проблеми формування деструктивної конфліктності в юнацькому віці, що відображено в рис. 1:

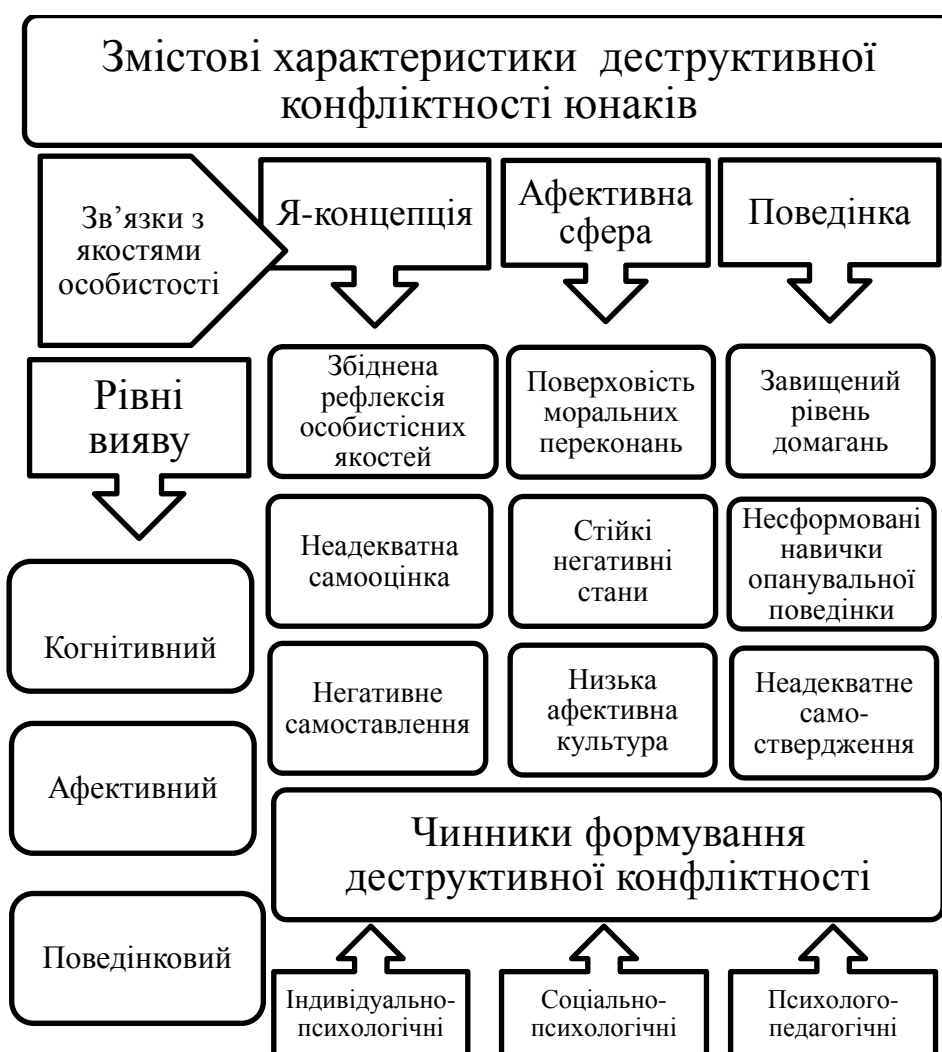


Рис. 1. Узагальнені аспекти деструктивної конфліктності в юнацькому віці

Зважаючи на вищесказане, окреслимо основні шляхи психологічної корекції. Ситуації нестабільності, невизначеності, стресу позначаються і на відносинах юнаків з навколишніми людьми – дорослими і однолітками. Їх можна охарактеризувати як *суперечливі* (навколишні люди дратують, не

вселяють довіри або викликають інтерес, або мало хвилюють; однолітки або хороші друзі, або носії негативних якостей) та *провокувальні* щодо деструктивної конфліктності. Методи і засоби психологічної допомоги в даних умовах повинні бути орієнтовані на самих молодих людей, на активізацію їх внутрішніх ресурсів в ситуаціях невизначеності.

Проте зрозуміло, що, якщо мова йде про студентів, недостатньо обмежитися тільки цим. Всім суб'єктам освітнього простору – викладачам, адміністрації ВНЗ, практикуючому психологові – необхідно враховувати прагнення і переживання юнаків в ситуації невизначеності. Викладачам слід відмовитися від авторитарного стилю педагогічної дії, будувати партнерські відносини, створювати ситуацію успіху, допомагати в подоланні труднощів у професійно спрямованому навчанні, здійснювати індивідуальний підхід, подавати посильну психологічну підтримку. Адміністрації ВНЗ необхідно враховувати наявність багатьох стресогенних чинників, зниження додаткових навантажень, більш рівномірний їх розподіл протягом навчального тижня та семестру. Психологові потрібно організувати своєчасне проведення заходів щодо конструктивного подолання криз фахового навчання, а також здійснювати психологічну підтримку і навчання навикам саморегуляції в процесі індивідуальних консультацій і групових занять (тренінгів). Не менш важлива позитивна взаємодія всіх суб'єктів освітнього процесу в рамках академічної групи. Створення в ній сприятливої атмосфери співробітництва та підтримки, відмова від деструктивних конфліктів будь-якого походження дозволить сформувати у студентів почуття психологічної безпеки і комфорту.

Висновки:

Отже, значне розумове і соціальне зростання, що відбувається в роки юності, приводить до появи ряду рис і якостей психологічного життя, які не були властиві колишнім віковим періодам. А саме, хлопцям і дівчатам властива інтенсивна настанова на майбутнє, з майбутнім пов'язані їх очікування; багатий і різноманітний їх емоційний світ, велика їх емоційна

сприйнятливості; високий рівень самосвідомості породжує інтерес до власної особистості, до форм її організації і саморегулювання. Однак, має місце й ряд типових психологічних проблем емоційного розвитку молодих людей, які, в свою чергу, провокують виникнення та закріплення деструктивної конфліктності молодих людей, спочатку як поведінкової, а згодом і як особистісної риси. Все це ставить юність у фокус наукового вивчення та створює перспективи для роботи практикуючого психолога щодо гармонізації особистісного розвитку юнацтва.

Перспективи подальшої роботи спрямовані на практичне дослідження показників деструктивної конфліктності як особистісної риси представників юнацького віку.

Література:

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2009. – 464 с.
2. Кон И.С. Психология старшеклассника. – 3-е изд, доп. – СПб.: Питер, 2002. – 425 с.
3. Крайг Г. Психология развития. 7-е международ. изд.– СПб.: Издательство «Питер», 2000. – С. 599 – 638.
4. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. учеб заведений: В 3 кн. – 3-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн. 2. Психология образования. – С. 235 – 247.
5. Психология человека от рождения до смерти. Психологический атлас человека / Под ред. А.А. Реана. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – С. 335 – 343.
6. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Питер, 2000. – 619 с.
7. Фромм Э. Бегство от свободы. – М.: Академический проект, 2006. – 213 с.
8. Чайка Е. Психолого-педагогическая поддержка старшеклассников в стрессовой ситуации // Воспитание школьников. – 2003. – № 8. – с. 18 – 22.

9. Чала О.А. Сутність та детермінанти деструктивної конфліктності особистості / Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова; серія № 12. Психологічні науки: зб. наук. пр. / НПУ ім. М. Драгоманова / [редкол.: С. Максименко та інш.]. – К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. – № 26 (50). – Ч. I. – С. 399 – 402.
10. Шейко А.О. Особливості прояву психологічної стійкості особистості в юнацькому віці при подоланні критичних ситуацій / Вісник ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Психологія. – Х.: ХНПУ, 2010. – Вип. 34. – С. 233 – 240.