

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ

Васюк К. М. кандидат психологічних наук,
доцент, Донецький національний
університет імені Василя Стуса
<https://orcid.org/0000-0002-6734-4612>

В періоди загострення соціально-політичних криз у суспільстві набуває особливої актуальності питання емоційної стійкості. Вона є професійно важливою якістю для майбутніх фахівців комунікативних професій – зокрема, педагогів і психологів. Емоційна стійкість розглядається як компонент емоційної зрілості особистості і складний інтегральний феномен, що включає в себе емоційно-вольові компоненти.

Ключові слова: емоційна зрілість; емоційна стійкість; кризова ситуація; майбутні психологи і педагоги; нейротизм; тривожність.

Вступ. В суспільстві, яке відрізняється економічною і політичною нестабільністю, для сучасної молоді створюються додаткові виклики, крім професійного самовизначення, створення сім'ї, пошуку справи життя і самореалізації. В розрізі цього збільшується ризик емоційного вигорання та психологічної травматизації, що особливо небезпечно при переживанні вікових криз розвитку особистості. Звичайно, природа наділила особистість певними засобами протидії негативним чинникам, своєрідним психологічним імунітетом. Інтегральним поняттям, який виражає цей імунітет, на нашу думку, є емоційна стійкість. Вона забезпечує належний рівень реагування на травмівні події, забезпечує належний психологічний захист у кризових ситуаціях життя особистості. Це є важливим вмінням для будь-кого, але особливу актуальність дана властивість набуває для фахівців комунікативних професій, особливо психологів і педагогів. Основною їх задачею є надання психологічної допомоги людям, прищеплення їм пізнавального інтересу до розвитку, виховання дітей та, без перебільшення, забезпечення майбутнього суспільства. Високий ризик емоційного вигорання даних професій є загально відомим, тому майбутні фахівці, що освоюють дані професії, мають бути готовими до цих викликів. Емоційна стійкість багато в чому зумовлює ставлення людини до подій зовнішнього світу, що опосередковано формує емоційні стани. Як зазначає С.Л. Кравчук (2014), емоційна

стійкість зменшує негативний вплив стресу і виражається у здатності в кризових ситуаціях зберігати оптимальний рівень емоційного напруження, здійснювати ефективну саморегуляцію своїх психічних станів, що особливо актуально зараз, під час військових дій в Україні. Тому метою даного дослідження являється аналіз емоційної стійкості у майбутніх фахівців професій, пов'язаних із комунікаціями, зокрема, психологів і педагогів, в контексті емоційної зрілості, оскільки, на нашу думку, саме емоційна зрілість є тим додатковим чинником, який забезпечує формування належного рівня емоційної стійкості.

Основними завданнями даного дослідження є визначення поняття «емоційна стійкість» та ознак, які її визначають на основі теоретичного аналізу і систематизації наявних сучасних досліджень з цієї проблематики, визначення критеріїв емоційної зрілості майбутніх фахівців, вибір діагностичного інструментарію та власне реалізація емпіричного дослідження з подальшим формулюванням висновків про взаємозв'язки між емоційною стійкістю і рівнем емоційної зрілості майбутніх фахівців-психологів та педагогів.

Теоретичне підґрунтя. Проблема емоційної стійкості в психологічній науці не нова, а має багату історію досліджень. Ще Р. Кеттел у свої працях використовував термін «афективна стійкість», що в своєму роді визначалась ним як критерій психічного здоров'я, тому що до її критеріїв входили спокій, стійкість інтересів, а також

відсутність невротичних проявів. Схоже явище розглядав Г. Айзенк, який визначав його як дихотомію «нейротизм-врівноваженість». Але вважаємо, що нейротизм-врівноваженість є дещо вужчим феноменом змістовно. Він більше виражає фізіологічні процеси як показник типу нервової системи. В сучасному ж розумінні емоційна стійкість виходить за межі виключно фізіологічних процесів, тому що включає в себе ще і мотиваційно-ціннісний та світоглядний компонент, оскільки інтерпретація поточної ситуації багато в чому визначає реакцію індивіда на неї, а також, можливо, сюди слід додати самооцінку, бо позитивне ставлення до себе і своїх можливостей є запорукою впевненості та врівноваженості у кризових ситуаціях. У працях Т. Рібо емоційна стійкість розглядалась як тотожне поняття емоційній стабільності, тобто тривале функціонування певного емоційного стану. Це стає можливим завдяки нечутливості до певних емоціогенних чинників, а також забезпечується і певними вольовими якостями (Матійків, 2013).

В основу нашого дослідження було покладено припущення, що емоційна стійкість обумовлюється в першу чергу вольовими якостями, належний рівень розвитку яких можливий на певній стадії емоційної зрілості індивіда. Незріла емоційно-вольова сфера апріорі не може забезпечити належної емоційної стійкості. Ми не відкидаємо роль у цій системі і інших компонентів, зокрема когнітивних, як от когнітивний стиль, рівень розвитку інтелекту тощо, але ключову роль відіграє все ж емоційно-вольова сфера.

Але в теоретичному плані саме визначення поняття «емоційна стійкість» має значну методологічну невизначеність. В системному дослідженні теорій емоційної стійкості І. Опанасюк виділено аж шість напрямків трактування емоційної стійкості:

- Перший напрям визначає емоційну стійкість як автономне психічне явище, яке можна розвивати, і воно є навіть інтегральним, бо забезпечує взаємозв'язки між різними психічними функціями в процесі виконання діяльності. Дані ідеї представлені у працях М. Аюболіна, Б. Варданяна, В. Небиліцина.

- Другий підхід був започаткований під егідою відомого психофізіолога Є. Ільїна, який розглядав цей феномен з токи зору фізіології ЦНС і тісно пов'язував його з типом нервової системи.

- Третій підхід трактує емоційну стійкість як регуляційну функцію емоцій, тобто не надає цьому феномену надмірної автономності, ця функція забезпечує стабільність реагування в емоціогенних ситуаціях, особливо негативних. Даний підхід розроблявся В. Писаренко та О. Прохоровим.

- Четвертий підхід, започаткований в межах теорії спрямованості К. Платонова, відносить емоційну стійкість до властивостей особистості, але на відміну від Є. Ільїна, який визначає її більше як темпераментальну характеристику, представники даного підходу відносять її до однієї з вольових рис характеру, що виражається у таких вольових якостях, як наполегливість, рішучість, сміливість.

- П'ятий підхід був заснований Д. Узнадзе в межах теорії установки, традиційно для цього підходу емоційна стійкість трактується як система установок, яка забезпечує стабільність ставлення індивіда до діяльності (Опанасюк 2014).

- Останній шостий напрям є більш сучасним, він представлений у працях Є. Крупника, і розглядається в традиціях когнітивного підходу, де емоційна стійкість – це не окремий феномен, а своєрідна рівновага емоційної та когнітивної сфери особистості, яка зберігається саме у несприятливих умовах існування. Саме гармонійність цих сфер забезпечує вольовий контроль за діями, тому у розвитку емоційної стійкості недостатньо розвивати тільки емоційні аспекти, необхідний інтегративний підхід до всіх сфер особистості, включаючи психофізіологічні властивості нервової системи (Галенко, & Троценко, 2008).

Емоційна стійкість майбутніх фахівців має свої специфічні умови розвитку. Здобувачі вищої освіти постійно перебувають в ситуації насиченості інформацією, потребою виконувати досить багато завдань в обмеженнях часу, також несприятливим є дистанційний формат навчання, де вони позбавлені звичної, традиційної комунікації з іншими

учасниками освітнього процесу. Наразі у українських реаліях додається ще один надзвичайно стресогенний чинник – бойові дії. Ці умови створюють додаткове стресове навантаження, що негативно впливає на загальні показники емоційної стійкості молоді.

Як зазначають Т. Голенко та В. Троценко (2008), емоційна стійкість має основну функцію – відповідати на складні ситуації зміною емоційного стану таким чином, щоб це призводило до збільшення працездатності, адже у повністю утриматись від емоційної реакції неможливо. Багато в чому тримати емоції під контролем допомагає фізична активність, що в молодому віці є досить дієвим засобом оптимізації емоційного напруження. Дослідники особливо підкреслюють взаємозв'язок між фізіологічними і психічними процесами у функціональній системі, яка забезпечує емоційну стійкість. Як логічний висновок з цього твердження є те, що на стабільність емоційного стану можна впливати як фізичними, так і психологічними засобами, тобто разом з фізичною активністю досить дієвими можуть бути і психологічні засоби, наприклад, імагінація, тобто відволікання від реальної дійсності за допомогою образів.

Якщо сфокусувати увагу на питанні формування емоційної стійкості, то визначальним параметром тут буде саме складна, кризова життєва ситуація. Потенціал емоційної стійкості можливо розвинути саме під час подолання складних життєвих ситуацій, в процесі адаптації до них, тому тим, хто проживає тривалий час у благополучних умовах випробувати емоційну стійкість важче. На думку Я. Амінево (2012) і, адаптаційний потенціал емоційної стійкості обумовлюється більше внутрішніми чинниками (індивідуально-типологічними особливостями особистості), хоча проявитись і розвинути вони можуть саме у складних обставинах, екстремальних умовах життя. Сутність емоційної стійкості полягає не у протидії складним обставинам саме на етапі їх виникнення, а у здатності швидко відновлювати особистісний ресурс, працездатність після переживання таких критичних ситуацій. На нашу думку, цим емоційна стійкість відрізняється від стресостійкості. У випадку зі

стресостійкістю мова йде радше про протидію стресогенним чинникам на етапі їх дії, коли цей чинник уявляється реальним для подолання, коли індивід проявляє відносно нечутливість до нього, а емоційна стійкість виявляється на постстресовому етапі, коли відбувається відновлення втраченої емоційної рівноваги. Швидкість цього відновлення якраз і складає ядро емоційної стійкості.

Таким чином, для подальшої діагностики важливо виділити, які саме психічні якості складають емоційну стійкість. До них можна включити тип нервової системи, особливо її силу, врівноваженість. Важливим є показник домінуючої копінг-стратегії, а також вольові якості, зокрема, цілеспрямованість, сміливість, рішучість. Всі якості, на нашу думку, здатні максимально проявитись тільки у осіб з достатнім рівнем емоційної зрілості. Дослідниця І.Г. Павлова (2015) визначає емоційну зрілість як типологічну характеристику, що проявляється в основних типах. Дані типи є проявом різного рівня емоційної зрілості. Найнижчий рівень зрілості притаманний експерсивному, емпатійному, а найвища – саморегуляційному та гармонійному типам. В той же час, авторка визначає емоційну стійкість як компонент емоційної зрілості. На нашу думку, високий рівень емоційної стійкості не завжди свідчить про відповідний рівень емоційної зрілості, тому предметом нашого дослідження став аналіз особливостей прояву емоційної стійкості в осіб з різним рівнем емоційної зрілості.

Вибірку дослідження склали здобувачі спеціальностей психологічного і педагогічного профілю, оскільки саме дані професії пред'являють підвищені вимоги до рівня емоційної зрілості й емоційної стійкості фахівців. Вибірку склали 58 здобувачів психологічного профілю Донецького національного університету імені Василя Стуса, з них 10 чоловічої статі та 48 жіночої у віці від 18 до 21 року, та 60 здобувачів педагогічного профілю Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, з них 4 чоловічої статі та 54 жіночої віком від 20 до 26 років.

Методи дослідження. Для проведення емпіричної частини дослідження на першому етапі потрібно визначити рівень

емоційної зрілості досліджуваних. В якості показників емоційної зрілості за основу була взята класифікація І. Матийків, яка виділяє такі показники:

- оптимістична життєва позиція, коли ти сам та інші люди сприймаються позитивно;
 - рівень суб'єктивного контролю;
 - здатність до управління емоціями;
 - домінування мотивації досягнень над мотивацією уникнення невдач;
 - здатність до рефлексії своїх вчинків;
- Здатність до ефективного спілкування і продуктивного вирішення проблем.

З огляду на це для визначення емоційної зрілості індивіда були обрані наступні методики: визначення самооцінки за допомогою методики діагностики самооцінки Розенберга, рівень суб'єктивного контролю РСК Роттера, опитувальник САМОАЛ А.В. Лазуткіна в адаптації Н.Ф. Каліна. Результати проведених методик дали змогу визначити за інтегрованою сукупністю показників рівень емоційної зрілості індивіда, який, згідно теоретичного аналізу досліджень повинен володіти низкою якостей, ключовими з яких є адекватна самооцінка,

інтернальний локус контролю, який обумовлює можливість брати на себе відповідальність за власні вчинки, а також належний рівень розвитку мотиваційної сфери, де домінують потреби вищого порядку. Через те, що немає єдиного показника емоційної зрілості, для визначення її рівня у наших досліджуваних, потрібно проводити кореляційне дослідження і визначати превалювання критичної маси показників у кожного окремого досліджуваного, що дасть підстави віднести його до високого, середнього чи низького рівня емоційної зрілості.

Для діагностики емоційної стійкості були обрані наступні методики: методика EPQ Г. Айзенка, шкала нервово-психічної стійкості «Прогноз», методика діагностики рівня тривожності Спілбергера-Ханіна. В результаті діагностики за першим набором методик досліджувані були розділені на три групи за рівнями емоційної зрілості, а на другому етапі дослідження здійснювалося порівняння емоційної стійкості у цих трьох груп.

Результати і обговорення. Діагностика самооцінки за методикою М. Розенберга показала наступні результати, представлені в таблиці 1.

Таблиця 1.

Відсоткові значення рівнів самооцінки за методикою М. Розенберга

Низький і нижче середнього	Середній	Високий та вище середнього
26 осіб (22,1%)	56 (47,4%)	36 осіб (30,5%)

Дані результати демонструють цілком закономірне співвідношення рівнів самооцінки, але додатково для розуміння можливих обмежень у використанні статистичних критеріїв потрібно визначити нормальність розподілу. Для цього ми використовували критерій χ^2 Пірсона. В якості теоретичного розподілу визначалось співвідношення 20% низьких значень, 60% середніх значень та 20 % високих значень) результати обрахунку визначили $\chi^2 = 8,8$ при наявних критичних значення критерію

$P_{0,05}=7,815$, та $P_{0,01}=11,345$, тобто результат достовірний на рівні статистичної значущості $P \geq 0,05$. Отже наше розподіл відрізняється від нормального. Це обумовлює певні обмеження в подальшому використанні параметричних критеріїв та складних видів статичного аналізу.

Також нами були проаналізовані показники рівня суб'єктивного контролю РСК Роттера. Результати діагностики представлені в таблиці 2.

Таблиця 2.

Показники рівня суб'єктивного контролю за методикою Роттера

Рівень суб'єктивного контролю	Низький і нижче середнього	Середній	Високий та вище середнього
Інтернальність загальна	50 (42,4%)	46 (38,9%)	22 (18,6%)
Інтернальність в області досягнень	36 (30,5%)	53 (44,9%)	29 (24,6%)
Інтернальність в області невдач	68 (57,6%)	38 (32,2%)	12 (10,2%)
Інтернальність в сімейних відносинах	41 (34,7%)	54 (45,8%)	23 (19,5%)
Інтернальність у сфері виробничих відносин	61 (51,7%)	35 (29,7%)	22 (18,6%)
Інтернальність в міжособистісних стосунках	57 (48,3%)	55 (46,6%)	6 (5,1%)
Інтернальність у відношенні хвороби і здоров'я	39 (33,1%)	42 (35,6%)	37 (31,4%)

Питання психології

В таблиці 2 представлені показники інтернальності, як загальної, так і в окремих сферах життя досліджуваних. Зазначимо, що низькі показники інтернальності є свідченням протилежної якості – екстернальності. Для остаточного розподілу вибірки на групи за рівнем емоційної зрілості ми використовували лише загальний показник інтернальності, але для додаткового аналізу цікавими є також результати окремих показників інтернальності. В цілому в загальних показниках домінують екстернальні тенденції. Це говорить про те, що майбутні фахівців не готові взяти на себе відповідальність за власні дії і не бачать зв'язку між власними діями і їх результатом. Це свідчить на користь недостатньої емоційної зрілості досліджуваних. Максимальну екстернальність досліджувані

проявляють в області невдач, що цілком логічно, бо в таких ситуаціях негативні емоції провокують виникнення захисних механізмів. Також високими є показники екстернальності в сфері виробничих відносин та міжособистісних стосунків, тобто там, де є більше взаємодії з іншими. Але в питанні власного здоров'я досліджувані не мають вираженої екстернальності.

Третьою методикою, яка визначала емоційну зрілість досліджуваних була САМОАЛ А.В. Лазуткіна в адаптації Н.Ф. Каліна. Дана методика визначає рівень розвитку мотиваційної сфери, домінування в особистості певних потреб. Згідно з виділених в результаті теоретичного аналізу діагностичних критеріїв емоційної зрілості. Результати за методикою подані на рис. 1.

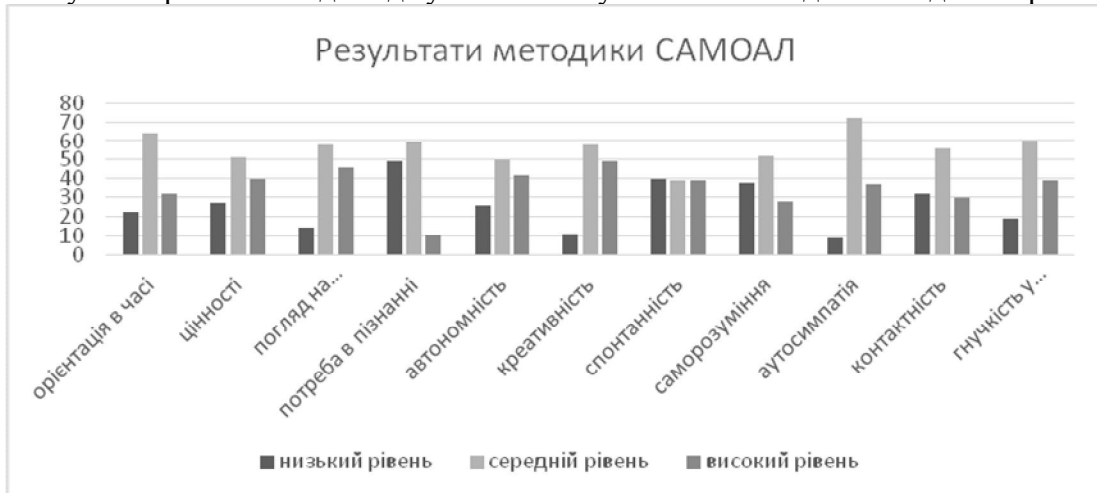


Рис. 1. Результати методики САМОАЛ у майбутніх психологів і педагогів

Як свідчать дані гістограми, не всі показники методики представлені однаково, але переважаючим майже за всіма шкалами являється середній рівень. Однак, більшу цікавість представляють високі та низькі показники. Діагностика демонструє велику кількість низьких показників за шкалами «потреба в пізнанні», спонтанність і саморозуміння. Це свідчить про те, що молоді люди недостатньо уваги приділяють рефлексії, а також мають низький пізнавальний інтерес. Високі показники домінують за шкалами «Погляд на природу людини», «автономність», «креативність», «гнучкість у спілкуванні». В цілому ми бачимо перевагу середньо-високих показників над низькими.

За результатами діагностики за допомогою описаних вище трьох методик

ми ставили на меті розподілити наших досліджуваних на три групи – відповідно до рівня емоційної зрілості. Умовно ми визначили, що для високого рівня емоційної зрілості потрібно мати не менше половини високих показників за всіма трьома методиками, а решта – середні, низькі показники мають бути представлені як виключення. До групи з низьким рівнем емоційної зрілості можуть бути віднесені особи з 50% низьких показників за всіма обраними шкалами трьох методик, а інші повинні мати середній рівень. Переважно середні показники з наявністю незначної кількості високих та/або низьких віднесені до групи із середнім рівнем емоційної зрілості. Таким чином вся вибірка розподілилась так (рис 2.).

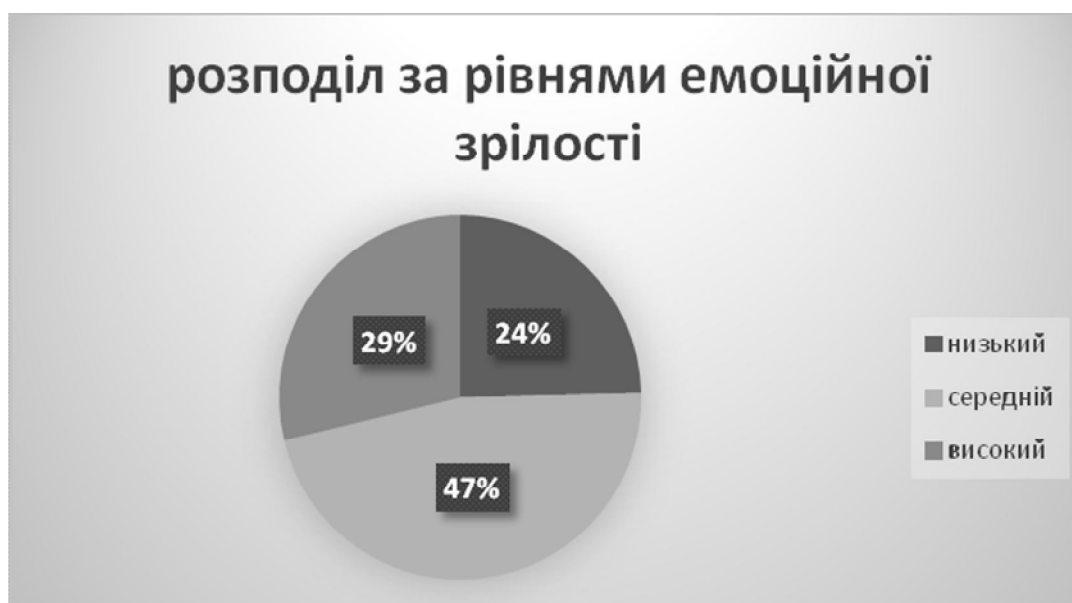


Рис 2. Розподіл за рівнями емоційної зрілості майбутніх педагогів і психологів

Таким чином, вдалося отримати три, досить пропорційні, групи досліджуваних з різним рівнем емоційної зрілості. Наступним етапом дослідження було визначення показників емоційної стійкості в цих трьох групах для підтвердження нашої основної гіпотези про те, що в осіб з низьким рівнем емоційної зрілості показники емоційної стійкості теж будуть низькими.

В якості засобів для визначення емоційної стійкості ми використали методику ERQ Г.Айзенка, шкалу нервово-психічної стійкості «Прогноз», методику

діагностики рівня тривожності Спілбергера-Ханіна. Результати даного етапу представлені нижче. В методиці Айзенка в аналізі використовувалась лише шкала нейротизму, оскільки вона демонструє рівень емоційної врівноваженості. Часто в дослідженнях цей показник вважають ключовим у визначенні емоційної стійкості. На рис. 3 представлені результати за рівнями нейротизму у групах осіб з різним рівнем емоційної зрілості. Через нерівність груп, дані представлені у відсотках відносно кожної групи.

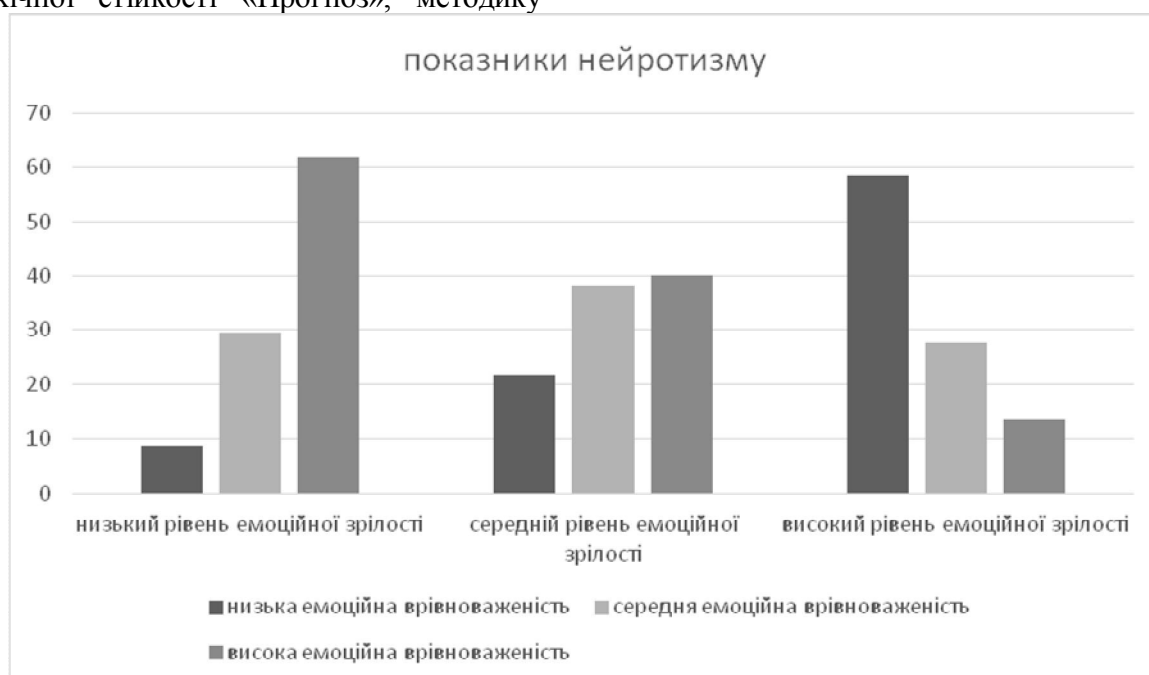


Рис 3. Показники емоційної нейротизму за методикою Г. Айзенка в осіб з різним рівнем емоційної зрілості

Результати методики Г. Айзенка свідчать, що в осіб з високим показником емоційної зрілості дійсно спостерігаються відмінності у рівні прояву врівноваженості, тому що зворотні їм показники нейротизму є нижчими, ніж в осіб емоційно незрілих. Але візуальної діагностики недостатньо. Достовірність різниці має бути підтверджена статистично. Це можливо здійснити за допомогою Н-критерію Краскела-Уоліса, який дозволяє оцінити відмінності показників між трьома і більше вибірками одночасно. В результаті отримано статично $H_{emp} = 8,33$, що при наявності $P_{0,05}=5,991$ та $P_{0,01}=9,21$ статистично достовірним показником на

рівні $P \geq 0,05$. Тобто відмінності такі статистично значущі, і майбутні фахівці у галузях педагогіки і психології з високими показниками емоційної зрілості дійсно демонструють і вищу емоційну врівноваженість, а особи з низьким рівнем емоційної зрілості – відповідно мають вищий рівень нейротизму.

Також в якості показника емоційної стійкості використовувався рівень тривожності, як ситуативної, так і особистісної, визначений за методикою Спілбергера-Ханіна. Рівні тривожності також порівнювались в залежності від рівня емоційної зрілості майбутніх фахівців. Результати представлені на рис 4.

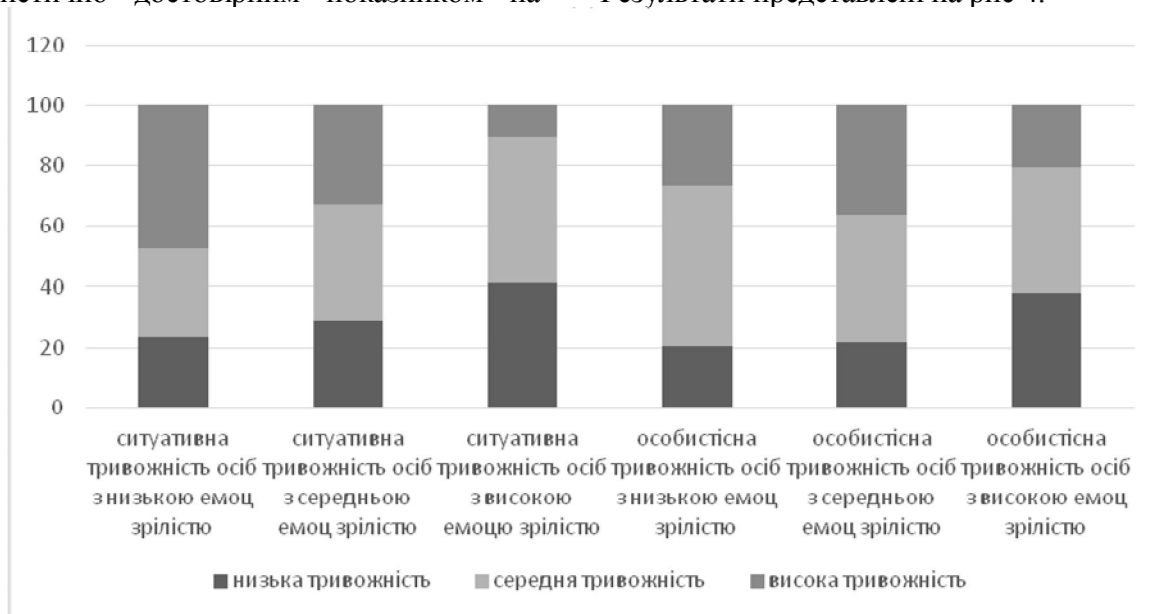


Рис 4. Рівні особистісної і ситуативної тривожності у майбутніх педагогів і психологів з різним рівнем емоційної зрілості

Рисунок демонструє, що є певні відмінності в проявах особистісної і ситуативної тривожності в залежності від емоційної зрілості особистості. Так, емоційно зрілі особистості проявляють менше ознак ситуативної тривожності, також у них нижчі показники і особистісної тривожності. При чому середні рівні тривожності представлені досить пропорційно. Для статистичного підтвердження визначених відмінностей використовувався статистичний критерій Краскела-Уоліса. За результатами для особистісної тривожності $H_{emp} = 4,58$, що при наявності $P_{0,05}=5,991$ та $P_{0,01}=9,21$ є статистично незначущим показником, для ситуативної тривожності $H_{emp} = 10,8$, що є статистично достовірним показником на рівні статичної значущості $P \geq 0,01$. Отже, у

емоційно зрілих осіб статично достовірно нижчими є показники ситуативної тривожності.

Останньою в дослідженні використовувалась методика нервово-психічної стійкості «Прогноз», яка зручна тим, що також визначає загальний рівень нервово-психічної напруженості. Було проведено порівняння показників за методикою у групах з різним рівнем емоційної зрілості за допомогою Н-критерія Краскела-Уоліса. $H_{emp} = 6,24$, що є статично достовірним на рівні $P \geq 0,05$.

Висновки. Таким чином вдалося практично довести основну гіпотезу дослідження про те, що емоційна зрілість є визначальною у розвитку емоційної стійкості майбутніх психологів та педагогів. Ця відмінність проявляє себе у показниках

Питання психології

нервово-психічного напруження, нейротизму та ситуативної тривожності. Особистісна тривожність при цьому не показала значущих відмінностей. Вважаємо, що це пов'язано з тим, що емоційна стійкість має у своєму складі варіативні компоненти, наприклад, мотиваційний, тому її прояв помітний саме у певних ситуаціях, через те, що вона являється адаптивною відповіддю на негативні ситуації, що є

стресогенними для індивіда. Зазначимо, що дана тема є перспективною саме в контексті нинішньої соціально-політичної ситуації в Україні, коли люди перебувають в постійних кризових умовах, тому важливим аспектом для подальшого дослідження цієї проблеми є вивчення ролі стресостійкості в екстремальних ситуаціях та можливостей її розвитку.

Список використаних джерел

1. Амінєва, Я. (2012) Емоційна стійкість особистості як одна з детермінант ефективного подолання складних життєвих ситуацій. *Вісник ДНУ. Серія: Педагогіка і психологія*, 18, 10-15.
2. Галенко, Т., Троценко, В. (2008) Особливості прояву емоційної стійкості студентів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві. Збірник наукових праць*, 81, 250-253.
3. Кравчук, С. (2014) Психологічні особливості емоційної стійкості та емоційної лабільності особистості юнацького віку. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології*, 26, 908-325.
4. Матійків, І. (2013) Емоційна компетентність як психологічний об'єкт виховання особистості майбутнього фахівця професій типу «людина – людина». *Педагогіка і психологія професійної освіти*, 2, 144-153.
5. Опанасюк, І. (2014) Співвідношення понять «емоційна спрямованість», «емоційна стійкість», «емоційна культура» у структурі емоційного інтелекту. *Збірник наукових праць: філософія, психологія, соціологія*, 19, 114-121.
6. Павлова, І. (2015) Розвиток емоційної зрілості студентів-майбутніх психологів. *Наука і освіта*, 3, 73–77.

References

1. Aminyeva, Ya. (2012) Emocijna stijkist osobistosti yak odna z determinant effektivnogo podolannya skladnih zhittyevih situacij [The emotional stability as a determinant of effectively overcome difficult life situations]. *Visnik DNU. Seriya: Pedagogika i psihologiya*, 18, 10-15. (in Ukrainian)
2. Galenko, T., & Trocenko, V. (2008) Osoblivosti proyavu emocijnoyi stijkosti studentiv [The features of the manifestation of students' emotional stability]. *Fizichne vihovannya, sport i kultura zdorov'ya v suchasnomu suspilstvi. Zbirnik naukovih prac*, 81, 250-253. (in Ukrainian)
3. Kravchuk, S. (2014) Psihologichni osoblivosti emocijnoyi stijkosti ta emocijnoyi labil'nosti osobistosti yunackogo viku [The psuchological eatures of emotional stability and emotional lability of a person at adolescent age]. *Zbirnik naukovih prac K-PNU imeni Ivana Ogiyenka, Institutu psihologiyi imeni G.S.Kostyuka NAPN Ukrayini. Problemi suchasnoyi psihologiyi*, 26, 908-325. (in Ukrainian)
4. Matijkiv, I. (2013) Emocijna kompetentnist yak psihologichnij ob'yekt vihovannya osobistosti majbutnogo fahivcya profesij tipu «lyudina – lyudina» [The emotional competence as a psychological object of education of a future specialist's person in profession "person-person"]. *Pedagogika i psihologiya profesijnoyi osviti*, 2, 144-153. (in Ukrainian)
5. Opanasyuk, I. (2014) Spivvidnoshennya ponyat «emocijna spryamovanist», «emocijna stijkist», «emocijna kultura» u strukturi emocijnogo intelektu [The relationship between the concepts "emotional orientation", "emotional stability", "emotional culture" in the structure of emotional intelligence]. *Zbirnik naukovih prac: filosoftiya, psihologiya, sociologiya*, 19, 114-121. (in Ukrainian)
6. Pavlova, I. (2015) Rozvitok emocijnoyi zrilosti studentiv-majbutnih psihologiv [The developing emotional maturity of students-future psychologists]. *Nauka i osvita*, 3, 73–77. (in Ukrainian)

Summary

THE FEATURES OF EMOTIONAL STABILITY OF YOUNG PEOPLE WITH DIFFERENT LEVEL OF EMOTIONAL MATURITY

Vasuk K. Docent at the Department of Psychology, Vasyl Stus' Donetsk National University

Introduction. The modern society has a lot of risk to the people's life. Its main feature is economic and political instability. For young people the risk of emotional burnout and psychological trauma increase. This is especially dangerous in a period of person's age crisis. A person has own protection to fight the negative

phenomenon. It's an emotional stability. It determines the adaptation to trauma in crises situations. The feature is very important for specialists of communication professions, especially for psychologists and teachers. Their main task is a psychological assistance for people, that's why the emotional stability is key to professional success. The emotional stability determines their attitude to the events of the world. This process creates emotional conditions indirectly. The emotional stability reduces the negative impact of the stress and it manifests in the ability to save the optimal level of the emotional tension, to carry out self-control of own emotional conditions in crises situations.

Purpose is analysis of emotional stability of future specialists in communication, psychologists and teachers with different level of emotional maturity, because the emotional maturity is a factor of emotional stability.

Methods – theoretical: analysis, comparison, systematization; empirical: testing, survey.

Originality. The diagnostic showed that a level emotional maturity of future psychologists and teachers has all level – from low till high. After the diagnostic we have formed three groups of respondents. At second stage of investigation, we compared emotional stability in groups with high, middle, and low emotional maturity. Evaluation criteria of emotional stability is neuroticism, personal and situate anxiety and neuro-psychological stress. The emotionally immature people have higher level of neuroticism than emotionally mature people. They are often emotionally unbalanced. The emotionally immature people also have high level of situate anxiety, but personal anxiety doesn't depend on level of emotional maturity. In our opinion, personal anxiety is an innate feature, and it doesn't depend on level of emotional maturity, because it can change throughout life. The neuro-psychological stress is also a main indicator of emotional stability. The emotionally immature respondents have high level of neuro-psychological stress.

Conclusion. In thus way we managed to prove a main hypothesis of our investigation that emotional maturity is important for development of emotional stability of future psychologists and teachers. This feature manifests itself in the indicators of neuro-psychological stress, neuroticism, and anxiety. The emotional stability consists of different components, for example, motivation, that's why its manifestation is notable in some situations, because it is adaptive answer to negative situations, stress etc. this theme is very perspective in the context of the current social situation in Ukraine, when people are in permanent crisis. The important part of this problem is researching stress resistance in extremal situations and abilities for its development.

Keywords: emotional maturity; emotional stability; crisis situation; future psychologists and teachers; neuroticism; anxiety.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 20.02.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 10.03.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.