

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ У СТОСУНКАХ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У нашій час питання емоційної залежності є досить актуальним, так як, все більше число особистостей починають будувати стосунки в юнацькому віці. Прагнення емоційної близькості є частиною здорових партнерських стосунків, проте, це також може вказувати на залежність, якщо людина почувається вразливою і нещасною без об'єкта прив'язаності і не може перебувати на самоті. Проблема емоційної залежності має велике прикладне значення, бо залежність, що нерідко виникає між партнерами у процесі любовних відносин, значно ускладнює їх та негативно впливає на розвиток особистості, формування сценарію життя, кар'єрне та професійне зростання, психічне та соматичне здоров'я. Щоб детальніше розібратись в даній темі було проведено дослідження на виявлення емоційної залежності.

Для проведення були обрані такі психодіагностичні методики як, тест на виявлення любовної залежності (за О.Ю. Єгоровим), тест Трикутник Карпмана та методика самооцінки психічних станів Г. Айзенка. Психологічна база досліджування склала 16 осіб (8 пар). Вік респондентів – від 17 до 21 років.

Використання опитувальника на виявлення любовної залежності (за О.Ю. Єгоровим) дозволило визначити, що у 12,5 % дівчат виявлено висока ймовірність до залежної поведінки, у 50,0% можлива, а 37,5 % опитаних дівчат демонструють мало залежну модель поведінки, це свідчить про переважання адекватних способів взаємодії з партнером.

З опрацьованих даних групи хлопців - 37,5% виявлено високий рівень любовної залежності, у 25,0% - можлива любовна залежність, в той же час, у 37,5% – ознаки залежності не виявлено. Отже, за результатами методики на виявлення любовної залежності було визначено, що до емоційної залежності більше схильні опитувані чоловічої статі.

Для виявлення у респондентів моделі взаємин у стосунках було використано методику на визначення ролі за трикутником Карпмана. Для 37,5 % опитуваних дівчат характерно мати комплекс жертви, 37,5 % – виконують роль рятівника в стосунках та 25,0 % – переслідувачі. З даних опитуваних чоловічої статі, ніхто з респондентів не проявляє комплекс жертви, проте 62,5 % – виконують роль рятівника в стосунках та 37,5 % – переслідувачі.

Методика Г. Айзенка дозволила нам прослідкувати характеристику психічних станів у людей які мають емоційну залежність. Для дівчат які мали високий рівень любовної залежності характерним був середній рівень усіх пунктів тестування: тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Для хлопців, які мали високий рівень любовної залежності був характерний низький рівень фрустрації та середній рівень тривожності, агресивності й ригідності. На нашу думку, основними причинами розвитку любовної залежності виступають: незадоволеність своїм життям, низька самооцінка, внутрішній конфлікт, нелюбов з боку батьків.

Незалежно від статі, емоційна залежність – це страждання, так як реалізувати свої потреби через іншу людину в повному обсязі не можливо. Коли особистість починає покладатися виключно на іншу людину або коли "потребує" присутності іншої людини для того, щоб відчутися себе живою, отримати визнання, а також усвідомити власну цінність і значимість, дана модель поведінки з часом перетворюється на сильну залежність і нездорову прихильність. Згодом такі стосунки починають завдавати болю та руйнують індивідуальність, яка у юнацькому віці має пік розвитку.

Список літератури

1. Патрушева Л. О. Психологічні механізми та структура поведінки особистості схильної до любовної адикції : кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «бакалавр» : спец. 053 «Психологія» / Л. О. Патрушева ; ЧНУ ім. Петра Могили. – Миколаїв, 2022. – 86 с.

2. Широка А. О., Брух І. І. Психологія і особистість : наук. журнал / Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Київ ; Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2021. Вип. 2 (20). С. 143-158.

*Науковий керівник: Наталія ПРОСКУРКА,
канд. психол. наук, доцент*

УДК 159.96 (043.2)

Аліна РИМАРЧУК

Національний авіаційний університет, Київ

РОЛЬ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ПОДОЛАННІ СТРЕСУ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ

Актуальність дослідження полягає у встановленні взаємозв'язку між різними видами копінг-стратегій та стресом серед студентів. Адже