ISSN 2304-120X
КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал

Иванова Н. С., Чернявская В. С. Эмоциональная сфера подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – № 8 (август). – 0,5 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2017/172001.htm.

ART 172001 **УДК 159.9.07**

Иванова Наталья Сергеевна,
студентка ФГБОУ ВО «Владивостокский государственный университет экономики и сервиса», г. Владивосток
ivanova_natalia_2012@mail.ru

Чернявская Валентина Станиславовна,
доктор педагогических наук, профессор кафедры философии и юридической психологии ФГБОУ ВО «Владивостокский государственный университет экономики и сервиса», г. Владивосток
valstan13@mail.ru

Эмоциональная сфера подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности

Аннотация. *Представлены результаты эмпирического исследования. Проведен анализ работ в области экзистенциальной психологии, изучена специфика развития эмоциональной сферы подростков, влияние экзистенциальной исполненности на эмоциональную сферу подростков. На выборке из 31 подростка 8-го класса получены достоверные данные о том, что уровни как ситуативной, так и личностной тревожности у подростков с более высоким уровнем экзистенциальной исполненности достоверно ниже, чем в группе с более низкими её показателями. Показано, что эмоциональная сфера подростков с более высоким уровнем экзистенциальной исполненности характеризуется преобладанием позитивного аффекта, более высоким уровнем эмоционального интеллекта, однако лишь на уровне тенденции.*
Ключевые слова: *подростки, экзистенциальная исполненность, эмоциональная сфера, эмоциональный интеллект, позитивный аффект, тревожность.*
Раздел: *(02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.*

Экзистенциальная исполненность описывает особенности интегрального переживания человеком своей жизни в настоящий момент и определяется показателем того, что в жизни человека много осмысленного, он проживает свои ценности, живет с внутренним согласием, его решения и поступки соответствуют его сущности, и через них он вносит себя в мир. В. Франкл высказал мысль о том, что только через нахождение смысла можно прийти к исполнению экзистенции [1].

По мнению ведущего представителя экзистенциального анализа А. Лэнгле, цель экзистенциально-аналитической работы состоит в том, чтобы помочь людям жить и действовать с чувством внутреннего согласия, в котором и проявляется аутентичность человека и его подлинность [2]. Это возможно, если человек имеет доступ к своим переживаниям, а также активно участвует в том, что представляется ему ценным. Жизнь с согласием внутри – это экзистенциально наполненная или экзистенциально исполненная жизнь. Для исполнения экзистенции необходимо принятие реальности, обращение к ценностям в мире и отношениям, уважение к индивидуальности (своей и другого), а также согласование со смыслом.

Изучение особенностей эмоционального развития человека является крайне важным фактором контакта с собой и благополучия, эмоции оказывают влияние на жизнедеятельность и внутреннее состояние человека в целом.

Значимую роль в достижении эффективного межличностного взаимодействия играет эмоциональное развитие личности, которое служит регулятором дистанции и знака отношений. Вопросами, связанными с изучением эмоциональной сферы человека, занимались

известные отечественные и зарубежные исследователи, данная тема раскрывается в трудах К. Изарда, Е. П. Ильина, А. Лэнгле, А. С. Никифорова и других авторов [2–5].

Проблема эмоционального развития личности в психологии является одной из самых сложных. Отечественными психологами-исследователями эта проблема, в частности особенности развития эмоциональной сферы у подростков, стала изучаться сравнительно недавно. Изучение особенностей протекания процесса эмоционального развития подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности является всё более актуальным по мере возрастания требований социума к результативности и эмоциональной устойчивости личности.

Экзистенциальная исполненность – это понятие, появившееся в психологии для описания качества жизни человека. Уровень выраженности экзистенциальной исполненности характеризует уровень осмысленности жизни человека, его способности жить во внутреннем согласии, а также степень соответствия его сущности принимаемым им решениям и совершаемым поступкам. В целом для определения экзистенциальной исполненности характерно соответствие тех или иных решений и действий человека особенностям его внутренней сущности, то есть отсутствие разрыва между фактической жизнью человека и его представлениями о том, как ему следует жить. Понимание экзистенции основывается на реализации четырех фундаментальных условий, которые и делают экзистенцию полностью возможной [6]. Эти фундаментальные условия исполненной экзистенции связываются с особенностями взаимодействия на следующих уровнях: отношение к миру (на онтологическом уровне), отношение к жизни (на аксиологическом уровне), отношение к собственной бытийственности (на этическом уровне), понимание необходимости совершения действий, направленных на активный вклад в будущее и в процесс собственного становления (на праксеологическом уровне). Поскольку в рамках данной концепции центральным стремлением каждого человека является осуществление своей жизни, то каждому человеку свойственна заинтересованность в реализации содержания каждой из четырех фундаментальных составляющих экзистенции. Для того чтобы этого достичь, необходимо обладание четырьмя базовыми антропологическими способностями: способностью к самодистанцированию, самотрансценденции, свободе и ответственности.

Под эмоциональным развитием личности понимается процесс постепенной дифференциации эмоций и чувств, а также развитие способности к вербализации, то есть умению осознавать свои чувства и чувства других людей. Подростковый возраст – период повышенной эмоциональности, что проявляется в таких особенностях подростков, как возбудимость, изменчивость настроения, сочетание полярных качеств, которые выступают попеременно. Многие особенности эмоциональных реакций переходного возраста обусловлены гормональными и физиологическими процессами, поэтому в данный период жизни у подростка может возникнуть повышенная тревожность, аффективность, эмоциональная неустойчивость [7]. В то же время в этот период человеку важно развивать способности к эффективной адаптации и самоорганизации, поскольку от этого во многом зависит полная реализация личностного потенциала, его самоактуализация, счастье и удовлетворенность жизнью в целом [8, 9]. В связи с этим значимой задачей в изучении особенностей эмоциональной сферы подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности является выделение основных факторов, детерминант, характерных для подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности, выявление их соотносительной значимости.

Цель эмпирической части исследования – изучение особенностей эмоциональной сферы подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности.

Объект исследования – эмоциональная сфера подростков (преобладание типа аффекта, уровень тревожности, уровень эмоционального интеллекта).

Предмет исследования – эмоциональная сфера подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности.

База поведения исследования – МБОУ школа № 83 г. Владивостока. В исследовании приняли участие учащиеся восьмого класса, подростки в возрасте 14–15 лет, 16 мальчиков и 15 девочек, всего 31 человек.

Для проведения психодиагностического исследования были выбраны следующие методики: 1) для поведения исследования уровня экзистенциальной исполненности подростков – тест-опросник «Шкала экзистенции» (авторы методики А. Лэнгле и К. Орглер) [10]; для изучения особенностей эмоциональной сферы подростков: 2) методика «Шкала позитивного и негативного аффекта» (ШПАНА); 3) методика изучения ситуативной и личностной тревожности Спилбергера – Ханина; 4) методика изучения эмоционального интеллекта Н. Холла.

Диагностика уровня экзистенциальной исполненности подростков с помощью теста-опросника «Шкала экзистенции» показала, что в группе школьников оказалось лишь двое испытуемых с высоким уровнем экзистенциальной исполненности. Это говорит о тяжелой ситуации и больших трудностях с чувством внутреннего согласия, аутентичности и подлинности. Это возможно, если человек не имеет доступа к своим переживаниям, не участвует в том, что представляется ему ценным. Анализировались результаты двух групп: групп со средним и низким уровнями экзистенциальной исполненности (ЭИ).

В результате обработки полученных данных по методике ШПАНА было выявлено следующее соотношение показателей уровня позитивного и негативного аффекта в группе подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности (табл. 1).

Таблица 1

Результаты исследования эмоциональной сферы подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности (чел.)

	Позитивный аффект	***Негативный аффект***
Высокий	4	–
Средний	10	11
Низкий	2	5

Оказалось, что у подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности преобладает средний уровень развития позитивного аффекта (выявлен у 10 респондентов из 16), у четырех респондентов выявлен высокий уровень позитивного аффекта, также у двух подростков выявлен низкий уровень позитивного аффекта. В данной группе подростков у большинства респондентов выявлен средний уровень развития негативного аффекта (11 респондентов из 16), у пяти подростков выявлен низкий уровень негативного аффекта, респондентов с высоким уровнем негативного аффекта в данной группе не выявлено (табл. 2).

Таблица 2

Количество испытуемых с разными типами преобладающего аффекта у подростков со средним уровнем экзистенциальной исполненности (чел.)

	Позитивный аффект	***Негативный аффект***
Высокий	4	–
Средний	11	8
Низкий	–	7

У подростков со средним уровнем экзистенциальной исполненности преобладает средний уровень развития позитивного аффекта (выявлен у 11 респондентов из 15), у четырех респондентов выявлен высокий уровень позитивного аффекта, подростков с низким уровнем развития позитивного аффекта в данной группе не выявлено. В данной группе подростков у большей половины выявлено также преобладание респондентов со средним уровнем развития негативного аффекта (10 респондентов из 15), у пяти подростков выявлен низкий уровень развития негативного аффекта, респондентов с высоким уровнем негативного аффекта в данной группе не выявлено. Полученные результаты подтверждают гипотезу на уровне тенденции (табл. 3).

Таблица 3

Результаты исследования тревожности подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности (чел.)

	Ситуативная тревожность	***Личностная тревожность***
Высокий	4	4
Умеренный	10	9
Низкий	2	3

Большинство подростков данной группы отличает умеренный уровень ситуативной тревожности: у 10 подростков из 16 – и высокий уровень ситуативной тревожности у четырех респондентов; низкий уровень ситуативной тревожности выявлен у двух человек (методика Спилбергера – Ханина) в группе подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности. По результатам измерения личностной тревожности можно отметить, что высокий уровень данного признака выявлен у четырех респондентов из 16, низкий уровень выявлен у трех респондентов, умеренный – у большинства подростков данной группы (девять респондентов). Ситуативная тревожность – это типичное состояние эмоциональной напряженности, обусловленное конкретной ситуацией (в данном случае – ситуацией тестирования). Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Как предрасположенность личная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные для самооценки, самоуважения.

По результатам диагностики (методика Спилбергера – Ханина) можно заключить, что у подростков со средним уровнем экзистенциальной исполненности преобладает низкий и умеренный уровень тревожности. С высоким уровнем как ситуативной, так и личностной тревожности выявлен один человек из 16 (табл. 4).

Таблица 4

Результаты исследования тревожности подростков со средним уровнем экзистенциальной исполненности (чел.)

	Ситуативная тревожность	***Личностная тревожность***
Высокий	1	1
Умеренный	10	9
Низкий	4	5

Умеренный уровень ситуативной тревожности выявлен у 10 подростков данной группы, умеренный уровень личностной тревожности – у девяти подростков. Также в данной группе подростков выявлено четыре подростка с низкой ситуативной тревожностью и пять подростков с низким уровнем личностной тревожности.

В группе подростков с более высоким уровнем экзистенциальной исполненности меньше респондентов с высоким уровнем тревожности (как ситуативной, так и личностной), а также больше подростков с низким уровнем ситуативной и личностной тревожности, по сравнению с группой подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности.

Применение статистического непараметрического критерия Манна – Уитни к показателям ситуативной тревожности в исследуемых группах показало достоверность их различий в исследуемых группах. Различия в группах показателей личностной тревожности также оказались достоверными.

В результате обработки данных, полученных с помощью методики Холла, было выявлено нижеследующее соотношение показателей уровня ситуативной и личностной тревожности в группе подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности (табл. 5).

Таблица 5

Результаты исследования эмоционального интеллекта подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности (чел.)

Шкала	***Высокий уровень***	***Средний уровень***	***Низкий уровень***
Эмоциональная осведомленность	5	10	1
Управление своими эмоциями	3	8	5
Самомотивация	4	6	6
Эмпатия	3	5	8
Распознавание эмоций других людей	3	9	4
Интегративный показатель	1	9	6

По результатам исследования эмоционального интеллекта группы подростков с низкой экзистенциальной исполненностью можно сделать следующие выводы:

1. По шкале эмоциональной осведомленности у 10 респондентов из 16 выявлены средние показатели, у одного респондента – низкие и у пяти респондентов высокие показатели осознания и понимания своих эмоций.
2. По шкале управления эмоциями средние показатели выявлены у половины исследуемой группы (у восьми респондентов), низкие – у пяти подростков исследуемой группы, также в данной группе было выявлено три подростка с высоким уровнем развития эмоциональной отходчивости, эмоциональной гибкости и способности к произвольному управлению своими эмоциями.
3. По шкале самомотивации средний и высокий уровни развития данного признака выявлены у шести респондентов, у четырех подростков – низкий уровень развития способности к управлению собственным поведением за счет умения управлять своими эмоциями.
4. По шкале эмпатии у восьми респондентов выявлен низкий уровень развития данного признака, у трех респондентов – низкий уровень способности к пониманию эмоций других людей, умения сопереживать проявлениям текущего эмоционального состояния других людей, а также готовности к оказанию поддержки, у пяти респондентов выявлен средний уровень развития данного признака.
5. По шкале распознания эмоций других людей у девяти респондентов исследуемой группы выявлен средний уровень развития данного признака, у шести респондентов – низкий уровень и у одного подростка – высокий уровень развития способности к воздействию на эмоциональное состояние других людей.

В данной группе преобладают средний и низкий интегративный уровни эмоцио-

нального интеллекта (у девяти и шести испытуемых соответственно), у одного подростка из группы с низкой экзистенциальной исполненностью выявлен высокий интегративный уровень развития эмоционального интеллекта.

Обобщая результаты исследования, можно сделать следующие выводы.

С целью изучения особенностей эмоциональной сферы подростков с разным уровнем экзистенциальной исполненности было организовано и проведено эмпирическое исследование. Сравнивая полученные результаты исследования уровня развития позитивного и негативного аффекта у подростков с различным уровнем экзистенциальной исполненности, видим, что в группе подростков с более высоким уровнем экзистенциальной исполненности не выявлено испытуемых с низким уровнем развития позитивного аффекта, а также больше испытуемых с низким уровнем развития негативного аффекта; в группе подростков с более высоким уровнем экзистенциальной исполненности меньше респондентов с высоким уровнем тревожности (как ситуативной, так и личностной), а также больше подростков с низким уровнем ситуативной и личностной тревожности, по сравнению с группой подростков с низким уровнем экзистенциальной исполненности; сравнивая полученные результаты исследования особенностей развития эмоционального интеллекта у подростков с различным уровнем экзистенциальной исполненности, получили данные, что в группе подростков со средним уровнем развития экзистенциальной исполненности выше как общий показатель развития эмоционального интеллекта, так и количество испытуемых с высоким уровнем по отдельным показателям данной методики по сравнению с группой подростков, для которых характерен низкий уровень экзистенциальной исполненности. По результатам статистической обработки данных исследования особенностей эмоциональной сферы подростков с разным уровнем развития экзистенциальной исполненности можно сделать вывод о том, что статистически значимые различия в исследуемых группах выявлены по уровню развития ситуативной и личностной тревожности. По остальным исследуемым показателям: уровню развития позитивного и негативного аффекта, эмоциональной осведомленности, умению управлять своими эмоциями, самомотивации, эмпатии, умению распознавать эмоции других людей, а также интегральному показателю развития эмоционального интеллекта – различия есть, но они не достигли уровня достоверности.

Ссылки на источники

1. Франкл В. Воля к смыслу. – М.: Апрель-Пресс, 2010. – 386 с.
2. Изард К. Э. Психология эмоций / пер. с англ. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.
3. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2011. – 784 с.
4. Лэнгле А. Экзистенциальный анализ – найти согласие с жизнью // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 1. – С. 5–23.
5. Никифоров А. С. Эмоции в нашей жизни. – М.: АСТ, 2010. – 272 с.
6. Кривцова С. В. Экзистенциально-аналитическая теория личности Альфрида Лэнгле // Развитие личности, 2005. – № 1. – URL: www.online.ru/articles/1-05/289.
7. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. – М.: Мир, 1994. – 315 с.
8. Кольбе К. Смысл и счастье. Влияние смысла на переживание полноты счастья // Экзистенциальный анализ: бюллетень. – М., 2009. – № 1. – С. 31–47.
9. Лэнгле А. Фундаментальные мотивации экзистенции как действенная структура экзистенциально-аналитической терапии // Экзистенциальный анализ: бюллетень. – М., 2009. – № 1. – С. 9–31.
10. Кривцова С. В., Лэнгле А., Орглер К. Шкала экзистенции // Экзистенциальный анализ: бюллетень. – М., 2009. – № 1. – С. 141–171.

Natalia Ivanova,
Student, Vladivostok State University of Economics and Service, Vladivostok
ivanova_natalia_2012@mail.ru
Valentina Chernyavskaya,
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Philosophy and Juridical Psychology Chair, Vladivostok State University of Economics and Service, Vladivostok
valstan13@mail.ru

Emotional sphere of adolescents with different levels of existential fulfillment

Abstract. The results of an empirical study are presented. The analysis of works in the field of existential psychology is made. The authors studied the specificity of adolescents' emotional sphere development and the influence of existential fulfillment on the emotional sphere of adolescents. On a sample of 31 teenagers of grade 8, reliable data were obtained that levels of both situational and personal anxiety in adolescents with a higher level of existential fulfillment are certainly lower than in the group with its lower level. The emotional sphere of adolescents with a higher level of existential fulfillment is characterized by predominance of positive affect and a higher level of emotional intelligence, but only at the level of the trend.

Key words: adolescents, existential fulfillment, emotional sphere, emotional intelligence, positive affect, anxiety.

References

1. Frankl, V. (2010). *Volja k smyslu*, Aprel'-Press, Moscow, 386 p. (in Russian).
2. Izard, K. Je. (1999). *Psihologija jemocij*, per. s angl., Piter, St. Petersburg, 464 p. (in Russian).
3. Il'in, E. P. (2011). *Jemocii i chuvstva*, Piter, St. Petersburg, 784 p. (in Russian).
4. Ljengle, A. (2001). "Jekzistencial'nyj analiz – najti soglasie s zhizn'ju", *Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal*, № 1, pp. 5–23 (in Russian).
5. Nikiforov, A. S. (2010). *Jemocii v nashej zhizni*, AST, Moscow, 272 p. (in Russian).
6. Krivcova, S. V. (2005). "Jekzistencial'no-analiticheskaja teorija lichnosti Al'frida Ljengle", *Razvitie lichnosti,* № 1. Available at: www.online.ru/articles/1-05/289 (in Russian).
7. Remshmidt, H. (1994). *Podrostkovyj i junosheskij vozrast: problemy stanovlenija lichnosti*, Mir, Moscow, 315 p. (in Russian).
8. Kol'be, K. (2009). "Smysl i schast'e. Vlijanie smysla na perezhivanie polnoty schast'ja", *Jekzistencial'nyj analiz: bjulljuten',* Moscow, № 1, pp. 31–47 (in Russian)..
9. Ljengle, A. (2009). "Fundamental'nye motivacii jekzistencii kak dejstvennaja struktura jekzistencial'no-analiticheskoj terapii", *Jekzistencial'nyj analiz: bjulljuten'*, Moscow, № 1, pp. 9–31 (in Russian).
10. Krivcova, S. V., Ljengle, A. & Orgler, K. (2009). "Shkala jekzistencii", *Jekzistencial'nyj analiz: bjulljuten'*, Moscow, № 1, pp. 141–171 (in Russian).

Рекомендовано к публикации:
Некрасовой Г. Н., доктором педагогических наук,
членом редакционной коллегии журнала «Концепт»

Поступила в редакцию *Received*	24.06.17	Получена положительная рецензия *Received a positive review*	10.07.17
Принята к публикации *Accepted for publication*	10.07.17	Опубликована *Published*	19.08.17

ISSN 2304-120X 08
9 772304 120173
www.e-koncept.ru

© Концепт, научно-методический электронный журнал, 2017
© Иванова Н. С., Чернявская В. С., 2017