

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2025, Том 13, № 1 / 2025, Vol. 13, Iss. 1 <https://mir-nauki.com/issue-1-2025.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/19PSMN125.pdf>

DOI: 10.15862/19PSMN125 (<https://doi.org/10.15862/19PSMN125>)

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Полянский, А. И. Особенности эмоциональной сферы личности на примере российской молодежи первой четверти 21 века / А. И. Полянский, Л. И. Быковская // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/19PSMN125.pdf> DOI: 10.15862/19PSMN125

For citation:

Polyansky A.I., Bykovskaya L.I. The personality emotional sphere features on the example of Russian youth in the first quarter of the 21st century. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2025;13(1): 19PSMN125. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/19PSMN125.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.) DOI: 10.15862/19PSMN125

УДК 159.9. 316.6

Полянский Андрей Иванович

ФБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», Москва, Россия
Старший преподаватель кафедры «Психологи безопасности»
E-mail: andreyipolyansky@gmail.com

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1018001

Быковская Любовь Игоревна

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия
E-mail: bikovskayali@mail.ru

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1035418

Особенности эмоциональной сферы личности на примере российской молодежи первой четверти 21 века

Аннотация. В статье представлен краткий теоретический обзор эмоциональной сферы личности, включая такие феномены, как алекситимия, эмпатия, эмоциональный интеллект. При этом примечательно, что значение эмоций в разных сферах жизни человека признано в разных отраслях психологии и имеет ключевое значение как в личной (семейные, дружеские отношения и т. п.), так и в деловой (бизнес, управление организациями, преподавание и т. п.) жизни современного человека. Поэтому авторы статьи считают принципиально важным развитие эмоциональной сферы личности, в частности, у молодых людей, т. к. эмоции могут помогать с самоорганизацией и самомотивацией в учебном процессе; вместе с тем трудности в понимании эмоций (алекситимия) могут негативно сказываться на состоянии ментального здоровья и свидетельствовать о возможном наличии психологической травмы в прошлом.

В настоящей статье представлены также результаты эмпирического исследования, а именно, выводы в соответствии с данными корреляционного анализа. В соответствии с полученными результатами, возможно утверждать, что наличие алекситимии не всегда взаимосвязано со слабо развитым эмоциональным интеллектом: личность может сохранять способность к эмпатии, вероятно, даже со слабой дифференцированностью представлений об эмоциональных состояниях человека. Таким образом, гипотеза о (положительной) взаимосвязи высоких показателей алекситимии с низкой выраженностью эмпатии не нашла своего подтверждения на примере студенческой выборки (в АНО ВО Московский Гуманитарный университет и МГТУ имени Н.Э. Баумана).

Ключевые слова: алекситимия; эмпатия; эмоциональный интеллект; эмоциональная сфера личности; личность

Введение

Значение эмоциональной сферы в структуре личности было замечено неоднократно представителями разных наук. Так, еще Ч. Дарвин утверждал, что эмоции могут нести определенную пользу или представляют собой рудименты разных целесообразных реакций, выработанных в процессе эволюции [1]. Таким образом, необходимость эмоций объяснима прежде всего с точки зрения биологии. С другой стороны, человек — существо не только биологическое, но и социальное. Более того, с позиции философии человек рассматривается как:

1. Существо биологическое.
2. Существо социальное.
3. существо психическое.
4. СУЩЕСТВО космическое.¹

Следовательно, человек выступает в разных контекстах, самыми известными из которых выступают биологический и социальный. Соответственно, эмоции как неотъемлемая часть человека также могут быть истолкованы как минимум в двух направлениях, а именно, в биологическом (о чем и говорил Ч. Дарвин) и в социальном. Говоря о значении эмоций для социума, можно привести концепцию эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект подразумевает под собой способности и навыки извлекать информацию из эмоциональных реакций, а также навыки и способности анализировать эмоциональные реакции, как свои, так и чужие [2]. При этом, как отмечают некоторые авторы, например, Х. Гарднер и др., подразделяют феномен эмоционального интеллекта на внутриличностный и межличностный, отталкиваясь от идеи множественных интеллектов, таких, как социальный, эмоциональный (а не только когнитивный) [3]. Зарубежные основатели концепции эмоционального интеллекта вкладывают способность личности корректно интерпретировать окружающую среду и оказывать на нее воздействие; а также интуитивно понимать потребности других людей, их сильные и слабые стороны; сохранять личностное обаяние в условиях стресса [4].

Вместе с тем примечательно то влияние, которое развитый эмоциональный интеллект оказывает на становление профессиональной идентичности. Например, как упоминает Конаш О.В., развитый эмоциональный интеллект у медицинских сотрудников определяет отношение специалиста к результатам своего труда и отношение к своей профессиональной самореализации в целом как к важной сфере жизни [2]. Следовательно, мы можем предположить, что эмоциональное отношение к своему Я профессиональному способствует становлению профессиональной идентичности и осознанной компетентности специалиста. В связи с этим мы можем также вспомнить стадии компетентности, которые упоминает Дж. Уитмор:

1. Неосознанная некомпетентность.
2. Осознанная некомпетентность.
3. Осознанная компетентность.
4. Неосознанная компетентность [5].

¹ Малый тезаурус мировой философии / Биологическое и социальное в человеке. URL: https://philosophy_mini.academich.ru/39/Биологическое_и_социальное_в_человеке (дата обращения: 13.01.2025).

Таким образом, для достижения профессионалом стадии неосознанной компетенции важно применять не только когнитивные навыки и способности, но также и эмоциональные, и социальные. С нашей точки зрения, подобный подход актуален, во-первых, не только для представителей медицинских профессий, но также для других профессий спектра «человек-человек» (по Е.А. Климову), а также, вероятно, и для представителей других классов профессий. Так, по мнению Д.В. Люсина, узнавание и прочтение эмоций вместе с навыком управления ими может побуждать и направлять человека к чему-либо, способствуя также проживанию эмотивных состояний [6]. Следовательно побуждающий фактор может быть полезным в любой профессиональной деятельности. Во-вторых, развитие навыков эмоционального интеллекта и стремление к уровню неосознанной компетенции (по Дж. Уитмору) целесообразно не только для состоявшихся специалистов, но еще в период их становления, т. е., во время студенчества. Таким образом, проведенное авторами исследование с участием студентов гуманитарных направлений подготовки не утрачивает своей актуальности и в настоящее время.

Наконец, еще один важный феномен, затронутый авторами в исследовании — это эмпатия. Эмпатия подразумевает под собой внерациональное познание личностью внутреннего мира других людей, а также эмоциональная отзывчивость на переживания другого человека.² Данное качество является профессионально важным для специалистов помогающих профессий, а также для представителей творческих специальностей (т. к. существует такой вид эмпатии, как эстетическая).² Следовательно, эмоциональный интеллект и эмпатия важны для профессионально развития студентов медицинских, психологических, педагогических направлений обучения в частности и для становления профессиональной идентичности студентов других специальностей в целом.

Вместе с тем, как указывает А.Л. Венгер, еще на уровне дошкольного, школьного и подросткового возраста у личности могут сложиться психологические синдромы, в число которых входит эмоциональное отчуждение и интеллектуализм. Подобные явления часто обусловлены обстановкой в семье, развитием, в первую очередь, логического мышления ребенка, а также такими психологическими чертами, как интровертированность, ригидность, познавательная направленность.³ Если указанные черты и синдромы по каким-либо причинам сохраняются в более позднем, юношеском, молодом или зрелом возрасте, то они могут способствовать менее выраженному успеху и реализации личности в профессиональном и/или межличностном аспектах жизни. К числу феноменов, которые могут противоречить профессионально важным качествам профессионалов «человек-человек» и просто снижать уровень благополучия жизни личности, можно также отнести алекситимию. Алекситимия — неумение говорить о своих эмоциях, бедный эмоциональный словарь и неразвитость рефлексивного компонента эмоций.⁴ При этом часто алекситимия связана ухудшением способности заботы о себе и ангедонией [7].

Подводя краткие итоги теоретическому обзору, мы можем наметить структуру эмоциональной сферы личности, которая включает в себя несколько компонентов, а именно:

² Большой психологический словарь. / под редакцией Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. Издание 4-е, расширенное. — М.: АСТ, АСТ Москва; СПб.: Прайм-Еврознак. — 2009. — 811, [5] с. — С. 763.

³ Венгер А.Л. Психологические синдромы: подходы к построению содержательной диагностики развития // Психологическая газета. 09.01.2025 URL: https://psy.su/feed/11889/?utm_campaign=news&utm_medium=mail&utm_source=Психологиподписчики&utm_content= (дата обращения: 14.01.2025).

⁴ Большой психологический словарь. / под редакцией Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. Издание 4-е, расширенное. — М.: АСТ, АСТ Москва; СПб.: Прайм-Еврознак. — 2009. — 811, [5] с. — С. 30.

- эмоции — процессы и состояния, которые отражают значимость чего-либо/кого-либо для человека в момент переживания;
- аффекты — крайне выраженные эмоциональные реакции человека в ответ на критическую ситуацию;
- чувства — более устойчивы и могут длиться от нескольких месяцев до нескольких лет, при этом в зависимости от объекта направленности (люди, знания, природа, красота, свое Я) бывают нравственными, эстетическими, интеллектуальными;
- настроение — фон, общее состояние человека, в условиях отсутствия стресса на протяжении длительного промежутка времени [8].

Таким образом, мы можем видеть, насколько разнообразна и многокомпонентна сфера эмоций личности, и, соответственно, было бы нерационально пренебрегать ей, как в условиях оказания профессиональной помощи, так и в контексте частной жизни личности.

Результаты эмпирического исследования

Цель исследования: изучение взаимосвязи алекситимии с личностной особенностью эмпатии у студентов гуманитарных направлений подготовки.

Эмпирические задачи исследования:

1. Подобрать методический инструментарий изучения взаимосвязи между алекситимией, особенностями личности (способности к эмпатии), провести эмпирическое исследование.
2. Собрать, обработать и проанализировать результаты исследования по указанной теме.
3. Выявить различия полученных результатов между двумя независимыми выборками студентов гуманитарных и технических направлений подготовки с помощью параметрического критерия Стьюдента.
4. Выявить взаимосвязи между алекситимией и ее компонентами (трудности идентификации чувств, трудности описания чувств, внешне ориентированное мышление) с названными личностными особенностями у студентов технических и гуманитарных направлений подготовки с помощью корреляционного анализа.

Выборку нашего исследования составляют 96 юношей и девушек, являющихся студентами высших учебных заведений, очного отделения.

Гипотеза исследования:

Повышенный и высокий уровень алекситимии взаимосвязан с низким уровнем эмпатии.

Объект исследования: юноши и девушки в возрасте от 17 до 23 лет.

Предмет исследования: алекситимия, личностные особенности (способность к эмпатии) у юношей и девушек.

Этапы исследования:

1. Подготовительный этап — определение базы исследования, подбор методик, сентябрь и октябрь 2019 года.
2. Основной этап — определение выборки и проведение методик, ноябрь 2019 года.

3. Сбор результатов и их последующая обработка, ноябрь 2019 года — январь 2020 года.
4. Анализ полученных результатов, выводы на основе результатов исследования, февраль-май 2020 года.

База исследования.

В исследовании приняли участие обучающиеся различных факультетов АНО ВО Московский Гуманитарный Университет и МГТУ имени Н.Э. Баумана общей численностью 96 человек, из которых юношей — 53 человека, девушек 43 — человека. При этом независимые выборки студентов двух направлений подготовки составили по 48 человек каждая, среди которых:

- студенты гуманитарных направлений подготовки— 21 юноша и 27 девушек;
- студенты технических направлений подготовки — 32 юноши и 16 девушек.

В процессе исследования мы пользовались следующими *методиками*:

1. «Торонтская шкала алекситимии TAS-20-R».
2. «Опросник эмоциональной эмпатии (Emotional Empathic Tendency Scale, EETS)».

Для первичной статистической обработки «сырых» баллов была использована программа MS Excel 2013. Для дальнейшей статистической обработки данных нами была использована программа SPSS 21.

Для математико-статистической обработки эмпирических данных использовались следующие математические методы:

- параметрический коэффициент корреляции Пирсона для определения силы и направления корреляционной взаимосвязи между алекситимией, ее компонентами и личностными особенностями респондентов;
- параметрический t-критерий Стьюдента для оценки различий между двумя независимыми выборками.

Торонтская шкала алекситимии TAS-20-R включает в себя три степени выраженности феномена:

1. Норма или отсутствие алекситимии.
2. Повышенные значения.
3. Высокие значения [9].

Распределение феномена алекситимии в соответствии с этими степенями выраженности в рамках нашей выборке приведена на рисунке 1 и распределение суммарного бала алекситимии в соответствии со специализацией студентов — на рисунке 2.



Рисунок 1. Распределение феномена алекситимии (норма, повышенные и высокие значения) в соответствии со специализацией студентов в рамках выборки, составлено авторами

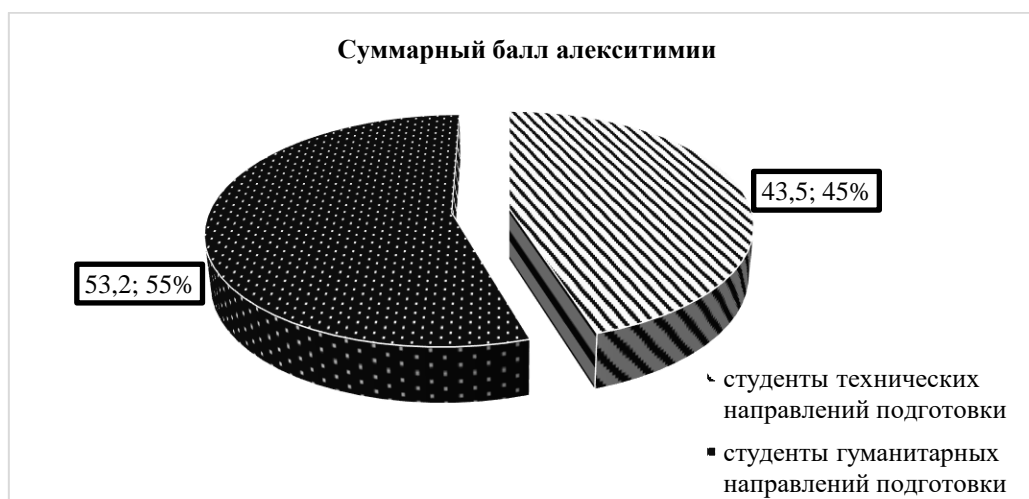


Рисунок 2. Распределение феномена алекситимии (суммарный балл) в соответствии со специализацией студентов в рамках выборки, составлено авторами

В соответствии со шкалой «Опросник эмоциональной эмпатии (Emotional Empathic Tendency Scale, EETS)» можно выделить следующую степень способностей к эмпатии:

1. Очень низкий уровень.
2. Низкий уровень.
3. Средний уровень.
4. Высокий уровень.⁵

Распределение степеней способностей к эмпатии на примере нашей выборки представлено графически на рисунке 3.

⁵ <https://psytests.org.ru/eq/eets.html>.

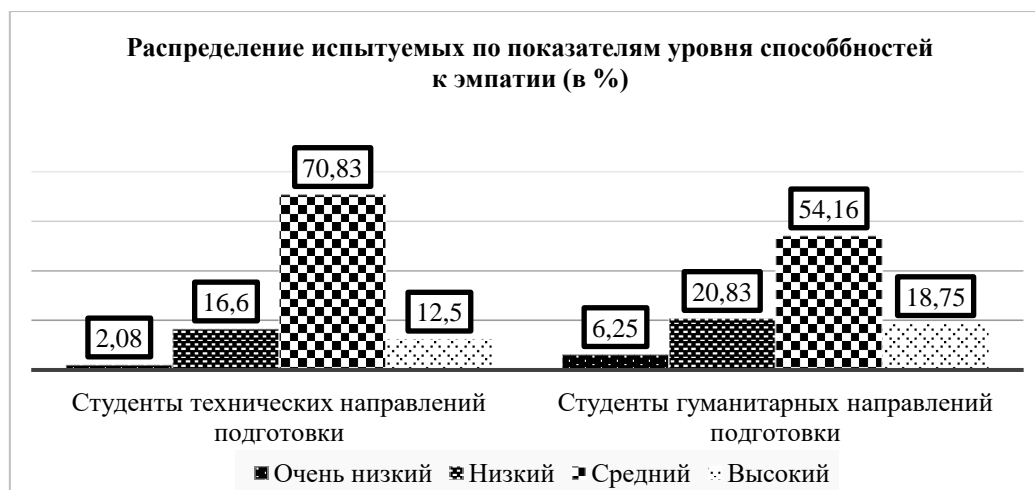


Рисунок 3. Распределение степени выраженности способностей к эмпатии у студентов гуманитарных и технических направлений подготовки, составлено авторами

С целью проверить наличие взаимосвязи между выраженностью алекситимии и способностей к эмпатии нами был проведен параметрический анализ с применением Т-критерия анализа средних для независимых выборок (деление выборки на подгруппы «норма» и «алекситимия») и ANOVA (деление выборки на подгруппы «норма», повышенные значения алекситимии» и «высокие значения алекситимии»).

Результаты анализа средних с применением Т-критерия представлены в таблицах 1 и 2.

Среднее значение шкалы способностей к эмпатии подгруппы с нормальными значениями составляет 21,4; стандартное отклонение — 4,5; среднее подгруппы с выявленной алекситимией составляет 24,2; стандартное отклонение 5,1.

Таблица 1

Результаты Т-критерия, анализ средних двух групп

	Суммарный балл алекситимии	N	Среднее	Среднекв. отклонение	Среднекв. ошибка среднего
Эмпатия	«норма»	53	21,4528	4,57235	0,62806
	алекситимия	43	24,2326	5,12620	0,78174

Составлено авторами

Таблица 2

Результаты анализа с применением Т-критерия для независимых выборок

		Критерий равенства дисперсий Ливиния		t-критерий равенства средних
		F	Знач.	t
Эмпатия	Равенство дисперсий не предполагается			3,982
	Предполагается равенство дисперсий	1,490	0,225	-2,805
	Равенство дисперсий не предполагается			-2,772

Составлено авторами

Критерий равенства дисперсий Ливиния составляет 1,4; предполагаются равные дисперсии показателей способностей к эмпатии в группах «норма» и «алекситимия». Графически результаты представлены на рисунке 4.

При выделении из общего массива выборки 3-х подгрупп, а именно:

1. Норма.
2. Повышенные значения алекситимии.

3. Высокие значения алекситимии.

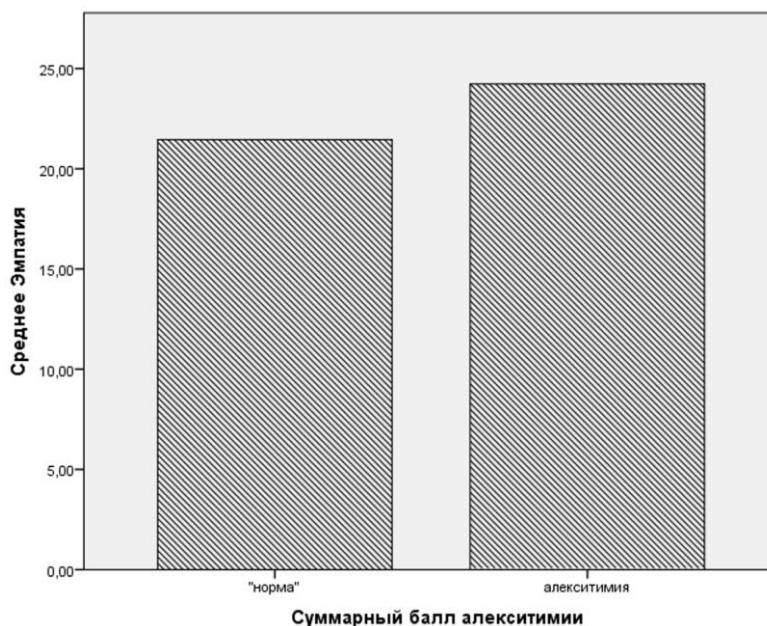


Рисунок 4. Графическое представление результатов анализа с применением T-критерия (составлено авторами)

с применением однофакторного дисперсионного анализа ANOVA мы получили схожие результаты (табл. 3, рис. 5). Как мы можем видеть, средний квадрат между группами равен 96,1; средний квадрат внутри групп равен 23,4; F-критерий равен 4,1.

Таблица 3

Результаты однофакторного дисперсионного анализа ANOVA

Эмпатия	Сумма квадратов	Ст. св.	Средний квадрат	F	Значимость
Между группами	192,366	2	96,183	4,100	0,020
Внутри групп	2 181,874	93	23,461		
Всего	2 374,240	95			

Составлено авторами

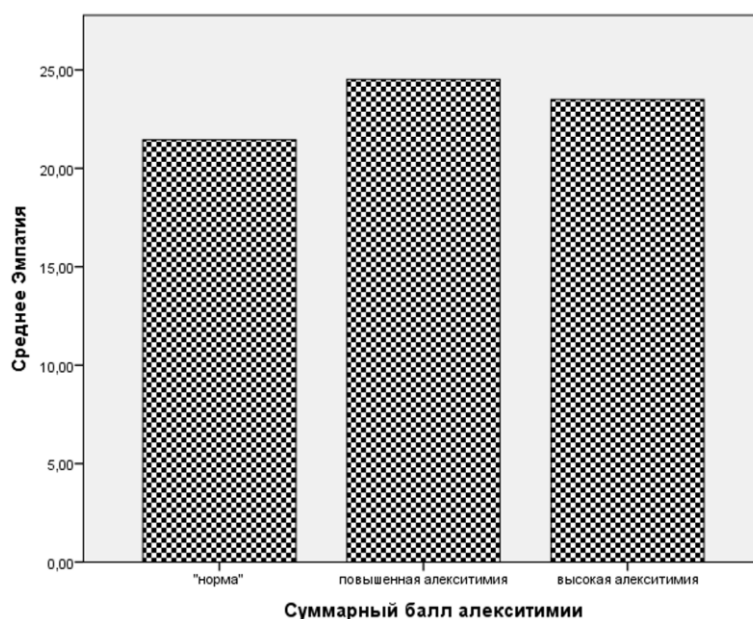


Рисунок 5. Результат применения однофакторного дисперсионного анализа на 3-х подгруппах выборки (составлено авторами)

Заключение

Как можно видеть по результатам статистической обработки полученных нами данных, выдвинутая гипотеза не подтвердилась: не было обнаружено положительной корреляционной взаимосвязи между выраженной алекситимией и сниженным уровнем способностей к эмпатии. Напротив, при сопоставлении 2-х групп с отсутствием и наличием феномена алекситимии были обнаружены одинаковые способности к эмпатии, даже с некоторым преобладанием в группе с алекситимией (среднее 24 против среднего 21 в группе без алекситимии). При более детальном анализе с подразделением группы студентов с алекситимией на подгруппы с повышенными значениями и высокими значениями была обнаружена та же тенденция: уровень эмпатии оказался выше в подгруппе с повышенными значениями алекситимии по сравнению с подгруппой без алекситимии; между тем в подгруппе с максимальными значениями алекситимии способности к эмпатии немного снижаются (графически этот вывод представлен на рисунке 6).

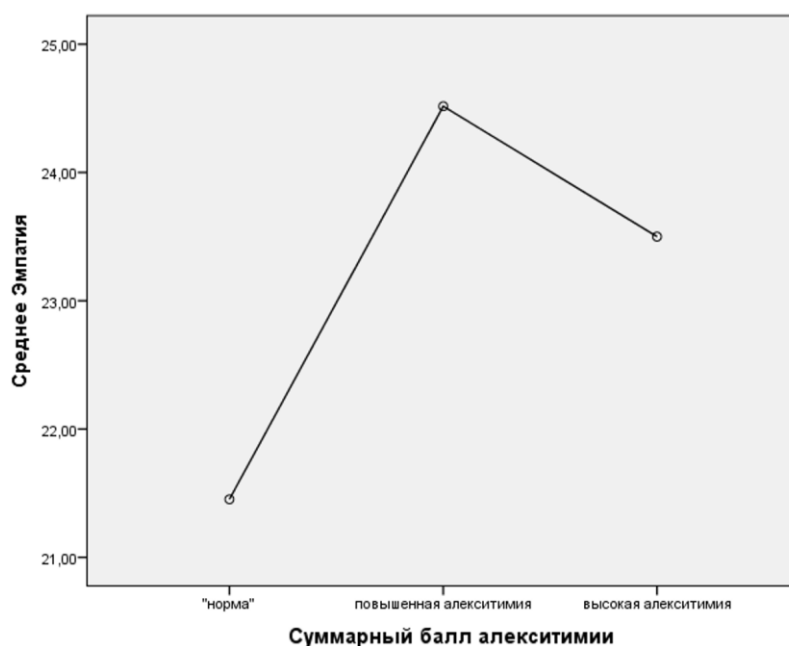


Рисунок 6. Тенденция проявления способности эмпатии с нарастанием степени выраженности алекситимии (составлено авторами)

Возможно, полученные нами результаты можно интерпретировать с позиции персонологического подхода, охватывающего личность во всем ее многообразии. Например, в персонологическом подходе личность рассматривается ученым неотъемлемо от ее отношений в широком смысле: с собой, с миром, с Другим, с жизнью [10]. Например, на уровне Я телесного возможны затруднения точного дифференцирования эмоциональных состояний, тогда как сохраняется эмпатия на уровне Я социального в контексте одной и той же личности. Тем не менее, нарастание алекситимических черт и их выраженность может сочетаться со снижением эмпатических способностей личности. В данном контексте мы считаем уместным и интересным с научной точки зрения дальнейшее исследование самоотношения личности и сравнения ее способности применять эмоциональный интеллект по отношению к себе и к Другому.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. 2-е изд. // СПб.: Питер, 2013. — 783 с.

2. Конаш О.В. Содержание понятия эмоционального интеллекта в психологической науке // Проблемы современного образования. — 2022 — № 5 — С. 31–38. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-ponyatiya-emotsionalnogo-intellekta-v-psihologicheskoy-nauke> (дата обращения: 13.01.2025).
3. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта. // М.: Вильямс, 2007 — 512 с.
4. Stein, S. (Steven J.); Book, Howard, E. The EQ edge: emotional intelligence and your success. // Toronto: Stoddart Publishing Co, 2000 — 272 с.
5. Уитмор Дж. Коучинг: основные принципы и практики коучинга и лидерства / Джон Уитмор; пер. с англ. // М.: Альпина Паблишер, 2023. — 316 с.
6. Пономарёва Е.Ю. Сущностная характеристика природы эмоционального интеллекта // Гуманитарные науки. — 2019 — № 3 — С. 102–106. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnostnaya-harakteristika-prirody-emotsionalnogo-intellekta> (дата обращения: 13.01.2025).
7. Кристал Г. при содействии Дж.Х. Кристала. Интеграция и самоисцеление. Аффект, травма и алекситимия. // М.: Институт общегуманитарных исследований, 2006. — 800 с.
8. Калинцева М.А. Характеристика понятия «эмоциональная сфера» // Скиф. — 2022 — № 7(71) — С. 127–131. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/harakteristika-ponyatiya-emotsionalnaya-sfera> (дата обращения: 05.01.2025).
9. Старостина Е.Г., Тэйлор Гр.Дж, Квилти Л.К., Бобров А.Е., Мошняга Е.Н., Пузырева Н.В., Боброва М.А., Ивашкина М.Г., Кривчикова М.Н., Шаврикова Е.П., Бэгби М. Торонтская шкала алекситимии (20 пунктов): валидизация русскоязычной версии на выборке терапевтических больных // Социальная и клиническая психиатрия. — 2010 — № 4 — С. 31–38. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/torontskaya-shkala-aleksitimii-20-punktov-validizatsiya-russkoyazychnoy-versii-na-vyborke-terapevticheskikh-bolnyh> (дата обращения: 14.01.2025).
10. Петровский В.А., Старовойтенко Е.Б. Наука личности: четыре проекта общей персонологии // Психология. Журнал ВШЭ. — 2012 — № 1 — С. 21–39. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/nauka-lichnosti-chetyre-proekta-obshchey-personologii> (дата обращения: 15.01.2025).

Polyansky Andrey Ivanovich

The Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, Russia

E-mail: andreyipolyansky@gmail.com

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1018001

Bykovskaya Lyubov Igorevna

National Research University «Higher School of Economics», Moscow, Russia

E-mail: bikovskayali@mail.ru

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1035418

The personality emotional sphere features on the example of Russian youth in the first quarter of the 21st century

Abstract. The article provides a brief theoretical review of the personality emotional sphere, including such phenomena as alexithymia, empathy and emotional intelligence. At the same time, it is noteworthy that the importance of emotions in different spheres of human life is recognized in different branches of psychology and is of key importance both in personal (family, friendly relations, etc.) and in business (business, organization management, teaching, etc.) life of a modern person. Therefore, the authors of the article consider it fundamentally important to develop the emotional sphere of personality, in particular, among young people, because Emotions can help with self-organization and self-motivation in the learning process; however, difficulties in understanding emotions (alexithymia) can negatively affect mental health and indicate the possible presence of psychological trauma in the past.

This article also presents the results of an empirical study, namely, conclusions in accordance with the data of correlation analysis. According to the results obtained, it can be argued that the presence of alexithymia is not always associated with underdeveloped emotional intelligence: a person may retain the ability to empathize, probably even with a weak differentiation of ideas about human emotional states. Thus, the hypothesis of a (positive) relationship between high rates of alexithymia and low levels of empathy was not confirmed by the example of a student sample (at the Moscow University of the Humanities and Bauman Moscow State Technical University (Bauman MSTU)).

Keywords: alexithymia; empathy; emotional intelligence; the personality emotional sphere; personality