

Структура некоторых эмоциональных показателей в разные периоды взрослости Стрижицкая О. Ю.

Стрижицкая Ольга Юрьевна / Strizhitskaya Olga Yuryevna – кандидат психологических наук,
старший преподаватель,
кафедра психологии развития и дифференциальной психологии,
факультет психологии,
Санкт-Петербургский государственный университет, г. Санкт-Петербург

Аннотация: в статье рассматриваются особенности структуры некоторых эмоциональных характеристик взрослого человека. Приведенное исследование иллюстрирует различия в структуре эмоциональных показателей в различные возрастные периоды, а также позволяет наметить тенденции динамики эмоциональной сферы взрослых. Полученные результаты могут быть применены как в образовательном процессе, так и в психологической консультативной практике.

Abstract: present paper considers specifics of structure of particular characteristics of an adult. The study underlines differences in emotional characteristics at different periods of adulthood and allows proposing some trends in dynamics of the emotional sphere of the adults. Results can be applied both for elaboration of psychological training and for psychological consultation.

Ключевые слова: *взрослость, эмоции, всевозрастное развитие, психологические ресурсы.*

Keywords: *adulthood, emotions, lifespan development, psychological resources.*

УДК 159.922

Эмоции являются неотъемлемой частью психического функционирования любого человека – как взрослого, так и ребенка. Эмоции проявляются на различных уровнях – от самого базового отражения удовольствия - неудовольствия до сложных высших чувств, таких как интеллектуальные чувства, чувство прекрасного, чувством юмора.

Разнообразные теории эмоций предлагают различные классификации эмоциональных проявлений (С. Л. Рубинштейн, П. К. Анохин, П. В. Симонов, У. Кеннон, К. Г. Ланге, У. Джеймс, К. Изард, Л. Карстенсен и др.), но вопрос о структурном соотношении различных эмоциональных проявлений остается открытым.

Одной из наиболее современных концепций, делающих попытку объяснить возрастную динамику эмоциональной сферы, можно назвать социоэмоциональную селективную теорию [1, 2]. Согласно этой теории, с возрастом улучшается эмоциональная регуляция, и возникает так называемый «позитивный эффект». Относительно более молодых людей, пожилой человек лучше регулирует свои эмоции, он создает меньшие, но более тесные социальные «сети», снижает негативные эмоциональные состояния, избегая конфликтных ситуаций. Таким образом, данные свидетельствуют, что большая выборочность пожилых людей в установлении социальных контактов является более эффективной стратегией в пожилом возрасте. Кроме того, пожилые люди уделяют больше внимания позитивной, нежели негативной информации. В то же время, стратегии когнитивной переоценки не так эффективны для пожилых людей по сравнению с молодежью.

В целом исследования, посвященные эмоциональной сфере взрослых людей, в основном фокусируются на том, каким образом формируется этот позитивный эффект с большим акцентом на преимущества, которые он дает старшему поколению [3-5].

В нашем исследовании мы предположили, что эмоциональные характеристики могут играть важную роль в функционировании взрослого человека, и что структура эмоциональной сферы на разных отрезках периода взрослости неодинакова. Мы решили проверить наше предположение на некоторых характеристиках эмоциональной сферы.

Дизайн исследования.

Представленные ниже результаты представляют собой часть комплексного исследования потенциалов и ресурсов взрослого человека, в рамках которого потенциал человека рассматривается как система различных ресурсов человека – физических, биологических, личностных, профессиональных и т. д. – которые в разные периоды взрослости имеют различную структуру. В данной части работы мы обратились к некоторым эмоциональным показателям и с помощью структурных уравнений попытались выяснить будут ли они единообразно связаны в разные периоды взрослости.

В исследовании приняли участие 600 человек, проживающих в Санкт-Петербурге, в возрасте от 24 до 77 лет. Для анализа возрастной изменчивости структуры исследуемых эмоциональных характеристик выборка была поделена на 3 группы: (1) 24-34 года ($N=261$, $M_{\text{возраст}}=28$); (2) 35-49 лет ($N=177$, $M_{\text{возраст}}=42$); 50-77 лет ($N=162$, $M_{\text{возраст}}=64$), соотношение мужчин и женщин в группах примерно 35 % (М), 65% (Ж).

Для изучения эмоциональной сферы использовались следующие методы:

1. Методика Гинзбурга в модификации О. Ю. Стрижицкой [6]. С помощью данной методики участники исследования оценивали наличие у них шести основных эмоций: страха, тревоги, индифферентного эмоционального состояния, заинтересованности, оптимизма и уверенности. Каждая эмоция оценивалась по 10-ти бальной шкале.

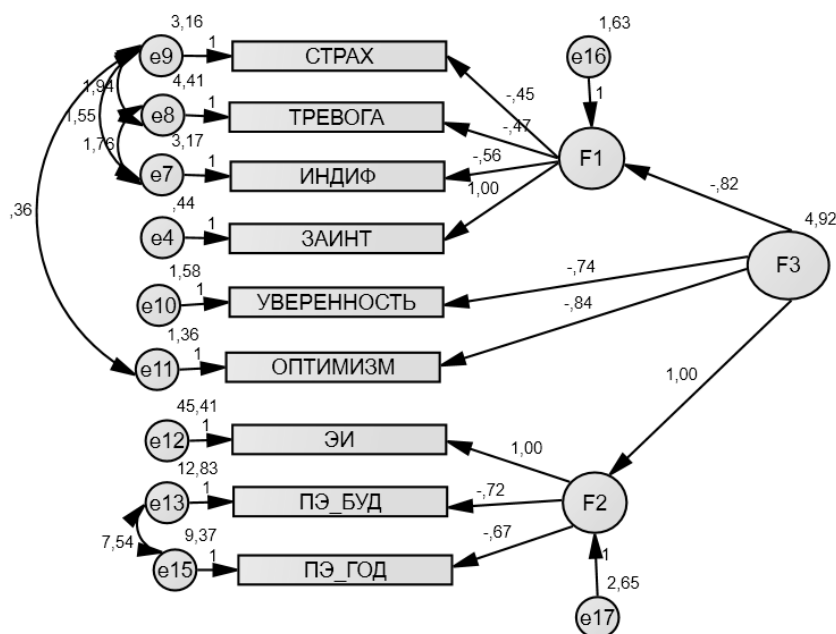
2. Авторская методика, разработанная для целей данного исследования: участникам исследования предлагался список из 20 прилагательных, описывающих их эмоциональные переживания в двух проекциях – в течение года и по отношению к своему будущему. Все прилагательные оценивались по 5-ти бальной шкале. На основе прилагательных вычислялись четыре показателя: (1) позитивные эмоции в течение года, (2) негативные эмоции в течение года; (3) позитивные эмоции по отношению к будущему; (4) негативные эмоции по отношению к будущему.

3. Методика на определение синдрома эмоционального выгорания [7] – шкала «эмоциональное истощение».

Представленные ниже модели строились и проверялись с помощью IBM SPSS AMOS 20.0.

Результаты исследования.

Наша начальная гипотеза заключалась в том, что из первичных одиннадцати параметров (шесть эмоций, два показателя отношения к будущему, два показателя эмоционального состояния в течение года и шкала эмоциональной истощенности) в разных возрастных группах в структуру апостериорной модели войдут разные показатели. Эти показатели, по нашей задумке, образуют общий фактор, который мы могли бы рассматривать как эмоциональный потенциал взрослого человека, с поправкой на принцип моделирования и невозможность рассмотреть все проявления эмоциональной сферы в одном исследовании. Полученные нами результаты представлены ниже на рисунках 1, 2 и 3.



Хи-квадрат=20,727; df=20; p=,413; CFI=,999; GFI=,983; RMSEA=,012;

Рис. 1. Структура эмоциональных показателей в первой возрастной группе (24-34 лет)

Полученная для первой группы модель соотношения эмоциональных показателей включает в себя показатели переживания участниками исследования эмоций страха, тревоги, индифферентности (ИНДИФ), заинтересованности (ЗАИНТ), уверенности, оптимизма, эмоционального истощения (ЭИ), позитивных эмоций по отношению к будущему (ПЭ_БУД), позитивных эмоций, переживаемых в настоящем (ПЭ_ГОД). Таким образом мы видим, что из параметров, заложенных в гипотетическую модель, в модель данной группы не вошли такие показатели, как негативные эмоции по отношению к будущему и негативные эмоции, переживаемые в настоящем.

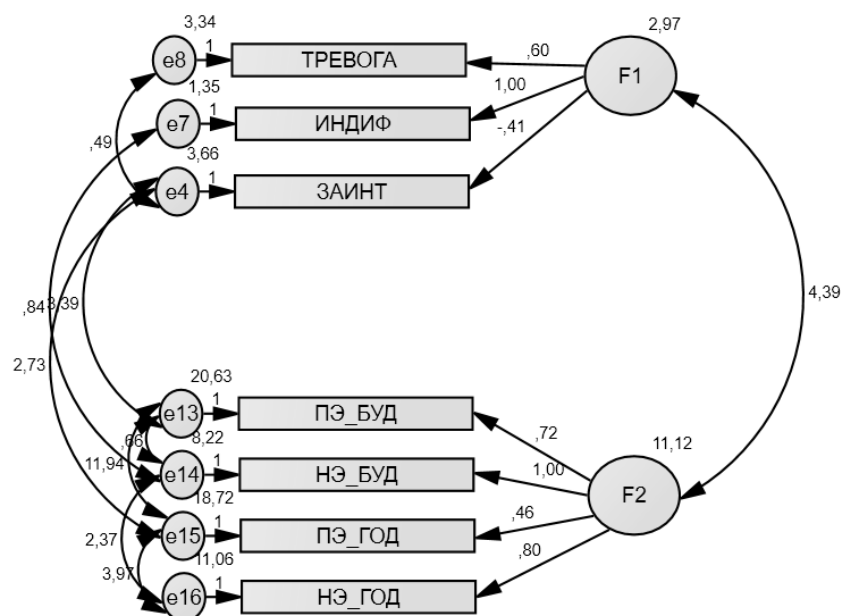
Мы видим, что в модели присутствует генеральный фактор (F3), который включает в себя два латентных фактора (F1 и F2), также две объективных переменных – оптимизм и уверенность. Фактор F1 можно условно обозначить как тревожно амбивалентные эмоции, он включает в себя страх, тревогу, индифферентность и заинтересованность. Несмотря на то, что в литературе заинтересованность (иногда используется название интерес) чаще рассматривается как положительная эмоциональная реакция, тем не

менее мы можем предположить, что заинтересованность может нести в себе и некоторую долю неопределенности.

Фактор F2 можно условно обозначить как общее эмоциональное состояние – он включает в себя позитивные эмоции по отношению к будущему и в настоящем, а также эмоциональное истощение.

В полученной модели обращает на себя внимание тот факт, что большинство наблюдаемых переменных имеют отрицательные значения, т. е. мы можем предположить, что для того, чтобы эмоциональные показатели выступали как ресурс в младшей возрастной группе, необходимо незначительно испытывать неопределенность. В некоторых исследованиях, например, в диссертации Стрижицкой О. Ю., было показано, что негативные и позитивные эмоции не являются полюсами, но представляют собой качественно разные эмоции, поэтому полученные нами данные скорее говорят о том, что незначительное количество негативных эмоций является неотъемлемой частью эмоционального потенциала в изученной нами младшей возрастной группе. При этом оптимизм, уверенность, позитивные эмоции в настоящем и по отношению к будущему входят в эмоциональный потенциал с отрицательным знаком. Таким образом, мы можем говорить о том, что потенциалом в возрасте 24-34 года является определенная эмоциональная «умеренность». Также эта модель отличается относительной сложностью. Можно предположить, что это связано с недостаточной сформированностью эмоциональной регуляции в этот возрастной период, с одной стороны, и сложностью задач развития, с которыми сталкивается взрослый человек в таком возрасте – с другой.

Во второй возрастной группе – 35-49 лет – нами была получена другая картина (рис. 2).



Хи-квадрат=3,610; df=5; $p=,607$; CFI=1,000; GFI=,994; RMSEA=,000;

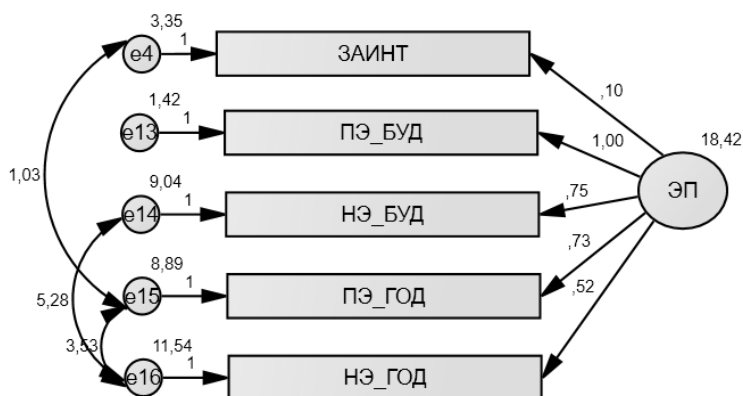
Рис. 2. Структура эмоциональных показателей во второй возрастной группе (35-49 лет)

Апостериорная модель в средней возрастной группе отражает несколько иную структуру эмоциональных показателей. Так, было обнаружено два латентных фактора (F1 и F2), первый из которых можно условно обозначить как амбивалентные эмоции, а второй как эмоциональное отношение к настоящему и будущему. Следует отметить, что такие показатели, как страх, оптимизм и уверенность не вошли в модель. Также в модель не вошел показатель эмоционального истощения.

Интересно отметить, что в средней группе два фактора образованы, по существу, двумя методиками. Мы могли бы предположить, что это связано со спецификой самих методик, однако модель, полученная для первой группы, опровергает такое предположение.

Интересно отметить, что во второй фактор (F2) входят с положительным знаком как положительные, так и негативные эмоции. Эти данные переключаются с некоторыми результатами западных исследований. Так, смешанные эмоции связываются с более высокими показателями физического здоровья и реципрокной динамикой этих показателей, т. е. люди, которые с возрастом чаще и интенсивней испытывают смешанные

эмоции, также демонстрирует меньшее ухудшение показателей здоровья [4]. Таким образом, смешанные чувства могут выступать психологическим ресурсом в период взрослости. Способность испытывать смешанные эмоции связывается некоторыми авторами [8] с адаптивными способностями, поскольку дают человеку более дифференцированную оценку ситуации и тем самым способствуют лучшей к ней адаптации. Применительно к стрессу, данное явление позволяет сохранять позитивные эмоции (вместе с негативными) в стрессовых ситуациях, нивелируя тем самым «стрессовый» эффект [5].



Хи-квадрат=,226; df=2; p=,893; CFI=1,000; GFI=,999; RMSEA=,000;

Рис. 3. Структура эмоциональных показателей в третьей возрастной группе (55+ лет)

Апостериорная модель старшей возрастной группы представляет собой иную картину. Модель третьей группы наиболее близка к нашему предположению: из гипотетических одиннадцати показателей в нее вошли лишь пять, большая часть из которых относится к эмоциональному переживанию времени жизни. Все вошедшие в модель показатели образуют единый фактор и входят в него с положительным знаком, при этом наиболее сильная связь с латентным фактором обнаружена для показателя эмоциональное отношение к будущему. Такой результат может, с одной стороны, показаться неожиданным, поскольку с точки зрения социальных стереотипов с возрастом перспектива будущего сужается, и пожилые люди «не ждут ничего хорошего». С другой стороны, этот результат достаточно закономерен, поскольку исследования последних лет все чаще указываются на то, что с возрастом перспектива будущего становится все более глубокой и насыщенной, а улучшение эмоциональной регуляции приводят к тому, что человек испытывает больше позитивных эмоций и «нахождение» таких эмоций для него является приоритетным.

Исходя из полученных нами результатов, можно сказать, что среди эмоциональных характеристик, отобранных нами для анализа в данном исследовании, эмоциональный потенциал складывается в большей степени из позитивных эмоциональных характеристик, что согласуется с современными научными предположениями о преобладании позитивного эффекта в период поздней взрослости и старения, к которому относится наша старшая группа.

Обсуждение.

Полученные нами структурные модели, безусловно, не являются всеобъемлющими и исчерпывающими эмоциональную сферу взрослого человека. Тем не менее, полученные данные позволяют наметить несколько интересных тенденций.

Во-первых, полученные данные позволяют нам говорить о том, что в разные периоды взрослости структура эмоциональных компонентов различается по своей сложности. В младшей группе наблюдается наиболее сложная структура характеристик, включается максимальное количество параметров (из числа рассмотренных), образуется трехуровневая структура характеристик (наблюдаемые показатели, факторы F1 и F2, фактора F3), при этом в фактор третьего порядка входят как параметры латентных факторов F1 и F2, так и наблюдаемые переменные. В средней возрастной группе структура характеристик несколько более определенная, наблюдаемые параметры образуют два латентных взаимосвязанных фактора. В старшей группе структура еще упрощается и образует один латентный фактор.

Второй интересный момент – это содержание моделей. На первый взгляд может показаться, что модель младшей возрастной группы более «позитивная», содержит больше позитивных характеристик. Но если мы обратимся к значениям полученных связей и к последующей их интерпретации, то мы увидим, что в

младшей группе позитивные эмоции скорее являются препятствием. Потенциалом в их случае можно скорее назвать умеренность, реалистичность и даже некоторый пессимистичный настрой. А в средней и старшей группе позитивные эмоции уже начинают более отчетливо выступать как ресурс, хотя и сохраняется роль негативных эмоций. Таким образом, можно предположить, что «развитие» эмоционального потенциала в возрастном плане идет по пути увеличения доли и роли позитивных эмоций, а также развития баланса между негативными и позитивными эмоциями.

Заключение и ограничения исследования.

Проведенное исследование позволило получить интересные и значимые результаты. Относительно большая выборка позволила провести моделирование структурными уравнениями в нескольких возрастных группах. Такой анализ позволил увидеть различия в структуре некоторых эмоциональных характеристик. Эти данные позволили констатировать различия в структуре эмоционального потенциала в разных возрастных группах, а также получить данные, в целом согласующиеся с мировыми источниками. Благодаря возможности сравнения структур в разных возрастных группах, стало возможно исключить некоторые гипотетически возможные интерпретации полученных данных. К примеру, мы могли предположить, что отдельные показатели методик объединяются в один фактор в силу несовершенства методик, однако полученные результаты в разных группах позволяют отвергнуть подобную интерпретацию. Другой гипотетической возможностью является объяснение отсутствия «эмоционального истощения» в старшей группе в силу завершения профессиональной деятельности частью выборки. Но сравнения этих данных с результатами средней группы, в которой также отсутствует показатель эмоционального истощения, позволяет отвергнуть и такое предположение.

Несомненным ограничением исследования является неполнота замеренных в исследовании параметров. Существенно украсили бы полученные данные систематические исследования эмоционального состояния. Также следует отметить, что проверенные нами модели соответствуют собранным нами данным, но также возможны и другие варианты этих моделей.

Финансирование. Исследование выполнено при поддержке Российского Фонда Фундаментальных исследований, проект № 13-06-00837.

Литература

1. *Carstensen L. L., Fung H. H., & Charles S. T. Socioemotional Selectivity Theory and the Regulation of Emotion in the Second Half of Life. // Motivation & Emotion, 2003, № 27 (2), p. 103-123.*
2. *Scheibe S., & Carstensen L. L. Emotional Aging: Recent Findings and Future Trends. // Journals Of Gerontology Series B: Psychological Sciences & Social Sciences, 2010, № 65B (2), p. 135-144.*
3. *Charles S. T., & Luong G. Emotional Experience Across Adulthood: The Theoretical Model of Strength and Vulnerability Integration.// Current Directions In Psychological Science (Sage Publications Inc.), 2013, № 22 (6), p. 443-448. doi:10.1177/0963721413497013.*
4. *Hershfield H. E., Scheibe S., Sims T., & Carstensen L.L. When feeling bad can be good: Mixed emotions benefit physical health across adulthood.// Social Psychological and Personality Science, 2013, № 4(1), p. 54-61. doi: 10.1177/1948550612444616.*
5. *Ong A. D., Mroczek D. K., & Riffin C. The Health Significance of Positive Emotions in Adulthood and Later Life. // Social and Personality Psychology Compass, 2011, № 5 (8), p. 538–551. <http://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2011.00370.x>.*
6. *Стрижицкая О. Ю. Временная перспектива и самоотношение личности в период поздней взрослости. Диссертация на соискание степени кандидата психологических наук, СПб, 2006.*
7. *Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008.*
8. *Zutra A. J., Affleck G. G., Tennen H., Reich J. W., & Davis M. C. Dynamic Approaches to Emotions and Stress in Everyday Life: Bolger and Zuckerman Reloaded with Positive as Well as Negative Affects. // Journal of Personality, 2005, № 73(6), p. 1511–1538. <http://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2005.00357.x>.*