

УДК 37 015.3

О.Г. КОЛОМІЄЦЬ

**ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЯК УМОВА ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ**

Коломієць Олена Германівна – кандидат філософських наук, докторант Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова

У статті аналізуються шляхи формування емоційної стійкості особистості з огляду на готовність психіки зберігати високу функціональну активність. Розкрито зв'язок емоційної стійкості індивіда і його поведінки.

**Ключові слова:** агресія, емоційна стійкість, гуманістична мораль, самооцінка, добро.

В статье анализируются пути формирования эмоциональной устойчивости личности, учитывая готовность психики сохранять высокую функциональную активность. Раскрыта связь эмоциональной устойчивости индивида и его поведение.

**Ключевые слова:** агрессия, эмоциональная устойчивость, гуманистическая мораль, самооценка, добро.

The ways of forming the emotional stability of a person according to readiness of mind to maintain a high functional activity are analyzed in the article. It is revealed the interaction of emotional stability of individual and its behavior.

**Key words:** aggression, emotional stability, humanistic morality, self-esteem, goodness.

© О.Г. Коломієць, 2013

**Постановка проблеми.** Дестабілізація суспільних процесів, зниження рівня життя, руйнування цінностей породжують тривожність, напругу, агресію. Сьогодні, як і багато років тому, в світі панують насильство і агресія. Технологічний процес працює не тільки на розвиток суспільства, а і на його знищення. Сьогодні в тенета віртуальної реальності потрапляють не тільки діти і молодь, а також і дорослі. Комп'ютерна залежність руйнує психіку, замінює світ дійсності на світ комп'ютерних героїв. Телебачення і інтернет, в свою чергу, диктують агресивні норми поведінки, провокуючи тим самим насильство, сприяють зниженню рівня моралі, втраті цінностей. Ринкові відносини, відсутність чіткої системи контролю, політична і соціальна нестабільність поставили на перше місце матеріальні цінності і шляхи досягнення не завжди є мирними. Виникає питання, чи можливо мінімізувати прояви агресії, якщо фактори, що викликають її оточують нас у повсякденному житті і яким чином сформулювати стійку особистісну особливість, позитивне світосприйняття і світорозуміння.

**Мета дослідження.** Полягає в осмисленні механізмів формування емоційної стійкості особистості з позиції соціальної філософії.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** За останні роки накопичився великий досвід у вивченні агресивної поведінки людини (А.Басс, Л.Берковіц, О.Бовть, С.Єніколопов, Б.Крейді, Е.Фромм, І.Фурманов та ін). особливої актуальності набули дослідження актуалізацій особистісного потенціалу як фактора розвитку особистості (К.Абульханова-Словська, І.Бех, Ю.Приходько, К.Роджерс). Особистісні детермінанти і можливості їх формування вивчали Д. Леонт'єв, Н. Пилипко. Можливості подолання агресії шляхом цілеспрямованого впливу на характерологічні особливості вивчали Л.Божовіч, М.Борішевський, Г.Костюк,

Е.Еріксон, А.Реан.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Емоційна стійкість тісно пов'язана з діяльністю людини. Але активність психіки, за показниками якої можна встановити, відповідає вона ознакам емоційної стійкості чи не відповідає, можна простежити лише в процесі діяльності індивіда або спостереження за його поведінкою.

У визначенні емоційної стійкості, на яке ми спираємось у даному дослідженні, стверджується, що ця інтегративна властивість особистості передбачає «готовність психіки зберігати високу функціональну активність в умовах впливу стресорів, фрустраторів як внаслідок адаптації до них, так і завдяки високому рівню розвитку емоційно-вольової саморегуляції» [3, с.202]. Тому особливого значення сьогодні набувають гуманітарні технології, які пов'язані безпосередньо з діяльністю людини. До так званих людинознавчих технологій відносять насамперед управлінські, освітні, психофізіологічні, психологічні.

Психологічна технологія представляє собою цілісну методичну систему, спрямовану на вирішення певних психологічних проблем. В.Г.Панок та інші дослідники виділяють основні складові психологічної технології: діагностичну, інтерпретаційну, корекційну [6]. Уточнення вищевказаного підходу було здійснено в роботах співробітників лабораторії організаційної психології під керівництвом Л.М.Карамушки, де були виділені такі основні компоненти психолого-організаційної технології, як організаційно-смысловий, діагностичний та корекційно-розвивальний [9]. Реалізація цього компонента технології включає аналіз сучасних поглядів на сутність навчання, виховання й розвитку особистості.

Завданням є створення максимально сприятливих умов для особистісного розвитку, яке реалізується, як зазначає В.Чернобровкін, через

виділення трьох, більш часткових завдань: організацію особистісного середовища взаємодії; створення змістовно збагаченого пізнавального середовища; формування способів і засобів самоактуалізації, головним з яких є діяльність [10, с.134].

Аналіз процесу саморозвитку як творчого процесу здійснюється нами з позицій парадигми стратегіальної організації творчих процесів В.О.Моляко, яка передбачає «такі цілеспрямовані дії, що дозволяють: актуалізувати наявні знання, потрібні для розуміння нового завдання; спрямувати пошук проекту вирішення; винайти «поточні технології» вирішення; застосовувати ці технології в умовах нового завдання; оцінити досягнуте розв'язання» [5, с.4].

Емоції, як суб'єктивні переживання, являють собою один з найвизначніших феноменів внутрішнього життя людини, тому виховання емоційної культури є важливим компонентом формування розвинутої, духовно багатой особистості. Безперечно, що багатство духовних переживань і складає найвищу красу людини.

В.О.Сухомлинський вважав, що емоційні стани – це найважливіші стани в проявленнях загальнолюдської культури, і виховувати такі стани можливо тільки в різноманітній діяльності, у процесі багатогранного духовного життя, емоційного сприйняття навколишнього світу та творів мистецтва.

К. Лоуренс у своїй відомій роботі «Агресія» писав з цього приводу: «Якщо людині знайома безліч цінностей і, надихаючись ними, вона почуває себе заодно з усіма людьми, яких так само, як і її, надихають музика, поезія, краса природи, наука й багато чого іншого, – вона може реагувати незагальмованою бойовою реакцією тільки на тих, хто не ухвалює участі в жодній із цих груп. Виходить, потрібно збільшувати кількість таких можливостей ідентифікації, а для цього є тільки один шлях – поліпшення загальної освіти молоді. Сповнене любові відношення до людських цінностей неможливо без навчання й виховання в школі й у рідному домі. Тільки вони роблять людину людиною, і не без підстав певний вид освіти називається гуманітарним: порятунком можуть принести цінності, які видаються далекими від боротьби й від політики як піднебесся від землі» [4, с. 264].

Фундаментальність гуманістичних цінностей визначається тим, що вони не можуть розглядатись як щось другорядне. За своїм значенням вони відносяться до найбільш фундаментальних явищ соціальної структури.

Едність цілей і засобів у гуманістичному світогляді означає недопущення будь-яких спроб будь-якими засобами добиватись своїх цілей. Не можна поступатись гуманістичними принципами, мотивуючи це стратегічною необхідністю. Агресія, насильство і терор не можуть використовуватись як засоби регулювання відносин між людьми, хоч якими благородними цілями вони прикриваються.

Гуманістичний світогляд як узагальнена система поглядів, переконань, ідеалів базується навколо одного центру – людини. Саме людина є системоутворюючим фактором, ядром гуманістичного сві-

тогляду. При цьому її ставлення містить не лише оцінку світу як об'єктивної реальності, але й оцінку свого місця в навколишній дійсності. Отже, в гуманістичному світогляді знаходять своє відображення найрізноманітніші ставлення до людини, суспільства, духовних цінностей, тобто до всього світу в цілому.

Представники гуманістичного напрямку виховання будь-якої епохи завжди намагалися стимулювати «самовираження особистості». Людина реалізує себе не тільки екзистенціально, але і в якості біологічного виду.

Найновітнішою концепцією, яка втілює демократичні, гуманістичні ідеї стосовно формування, розвитку особистості, є цілісна сучасна теорія особистісно орієнтованого виховання, розроблена І.Д.Бехом. Це нова освітня гуманістична філософія, яка є альтернативою директивній авторитарній педагогіці. Її автор обґрунтував психолого-педагогічні умови, які є основою реалізації особистісно орієнтованого виховання шляхом створення новітніх виховних технологій. В першу чергу – це «формування у суб'єкта здібності й бажання усвідомлювати себе як особистість», «культивування у вихованні цінності іншої людини», «культивування у вихованні досвіду свободи приймати особисті рішення» [1].

Ціннісно-сміслова сфера особистості, змістовний аналіз поняття «цінності» та принципи їх класифікації розглядалися у багатьох дослідженнях, у яких встановлено, що:

- гуманістичні цінності проявляються в реалізації сутнісних сил людини, моральному вдосконаленні, особистісному розвитку. Тому моральні цінності розглядаються крізь призму таких аспектів:
  - аксіологічного – звернення особистості до вищих духовних цінностей. До них відносяться такі моральні феномени, як Добро, Свобода, Обов'язок, Честь, Совість, Гідність, Щастя, Любов. Вони співвідносяться не з нормою, а з уявленням про гуманістичний ідеал, як сходження людини до себе кращої;
  - гносеологічного – залучення особистості до процесу пізнання гуманістичних цінностей, транскультурних принципів співжиття, співробітництва, лояльності і терпимості до інших. Оволодіння етичними знаннями, уміннями бачити те загальне, що не лише об'єднує людство, але й характеризує кожну людину зокрема. Засвоєння етичних правил у сфері спілкування і поведінки, застосування їх у повсякденному житті;
  - когнітивного – пізнання особистістю через призму гуманістичних цінностей національної і загальнолюдської культур, самої себе, як суб'єкта діяльності і відносин, усвідомлення своїх можливостей;
  - суб'єктно-особистісного – виявлення суті гуманістичного світогляду, усвідомлення своєї причетності до світу в усіх його проявах, становлення особистості як суб'єкта соціальних відносин.

Гуманістична мораль громадянського суспільства, яке є гарантом розбудови демократично-правової України, відрізняється від інших видів моралі тим, що його члени через свої організації вміють

законним, цивілізованим способом відстоювати свої права, інтереси і свободи, не порушуючи миру і злагодності в суспільстві і тим самим зміцнюючи засади демократичної правової держави.

Гуманістична мораль базується на культурологічній основі, для якої характерний узагальнюючий, інтегративний підхід.

В якості базових гуманістичних цінностей, що характеризують індивідуальну культуру особистості, рівень її вихованості, нами були визначені – добро, відповідальність, совість. Ці категорії взаємозв'язані між собою, взаємодоповнюють та взаємопроникають одна в одну.

Добро – це нормативно-оцінна категорія моральної свідомості, яка в узагальненій формі означає, з одного боку, належне і морально-позитивне, а з іншого – морально-негативне, ганебне, незволене у вчинках і мотивах людей, в явищах соціальної дійсності. Мораль впливає на людську поведінку з позиції протиставлення добра і зла. Тому добро і зло – категорії етичної свідомості, від змісту яких залежать усі інші етичні уявлення.

Добро як передумова особистісно-гуманного підходу до людини орієнтує на ставлення до неї як суб'єкта соціального прогресу, власного життя, спрямовує на морально цінну взаємодію з різними сторонами оточуючого світу, сприйняття іншого як цілі, а не засобу для досягнення своїх власних інтересів.

Добро – це і позиція відкритості світу, прийняття світу й себе, здатність і готовність культивувати людяність у собі і навколо себе. Воно є передумовою практично-дійового ставлення людини до світу. Добро безкорисне, щедre і не вимагає обов'язкової винагороди. Воно дозволяє людині і суспільству жити, розвиватись, благоденствувати, досягати гармонії і досконалості.

Виходячи з того, що гуманістична етика визнає пріоритетом людину, її унікальність, неповторність, її щастя, потреби та інтереси, головним критерієм добра є все те, що сприяє прояву справжньої сутності людини – її саморозкриттю, самовияву, самореалізації, все, що надає смисл людському існуванню.

Іншим критерієм добра і одночасно умовою, що забезпечує самореалізацію людини, є гуманізм і все, що пов'язане з гуманізацією людських стосунків (любов до себе, до іншої людини, до суспільства, народу, нації, свобода і справедливість, людська гідність та ін.). Таким чином, у категорії добра втілюються уявлення людей про найбільш позитивне в сфері моралі, про те, що відповідає моральному ідеалу, а в поняттях зла – уявлення про те, що суперечить моральному ідеалу, перешкоджає досягненню особистого щастя і гуманності у стосунках між людьми.

Добро має свої особливості. По-перше, як і всі моральні феномени, воно є єдністю спонуки (мотиву) і результату (дії). Добрі наміри, які не проявилися в діях, ще не є реальне добро. Це добро потенційне. Як якості особистості добро і зло є різновидами чеснот і пороків (вад), як прояви поведінки – доброта і злість. Доброта – це стиль поведінки: привітна посмішка, доречна люб'язність, акт мило-

сердя, безкорисна допомога.

Добра людина – вдячна. Вчинок вдячності втілює діяльнісне ставлення однієї людини до іншої. Структура вчинку вдячності має дві форми. Перша – виражає поведінкову ситуацію, коли одна людина проявила добродійність до іншої, а інша, в свою чергу, також робить певну послугу.

Друга форма – це добродійність, спрямована на певну спільноту. Ця форма вчинку – вдячності є більш ціннісно вагомою, бо особистість прагне своє почуттєве ставлення трансформувати на інших, викликати у них аналогічні переживання і дії [1].

Доброта – це і точка зору, переконаність, тип свідомості, в якому проявляється сутність людини.

Добра людина – це людина чуйна, толерантна, сердечна, співчутлива, тактовна, делікатна, здатна розділити чийсь радість чи горе навіть тоді, коли вона обтяжена своїми проблемами. Вміння радіти щастю, благополуччю іншої людини, бажання добра всім людям виступають основою доброти. Якщо ж такі моральні переживання не притаманні особистості, то байдужість до проблем іншої людини, заздрість, егоїзм породжують жорстокість. Жорстока людина ніколи не зможе бути по-справжньому щасливою.

Добра людина – справедлива. Справедливість як об'єктивне неупереджене ставлення до себе і світу, пов'язана з поняттям невід'ємних прав людини.

Органічно з'єднані зі справедливістю такі риси як терпимість, милосердя, благородність, великодушність. Великодушність є вищою формою вияву терпимості. Це вже не просто повага до особистості, а ставлення до неї як до цінності і до тих людей, які не завжди можуть відповісти тим самим, у яких не сформовані гуманістичні риси на відповідному рівні.

На побутовому рівні в учнівському середовищі великодушність передбачає готовність вихованців до вчинку – примирення (І.Д. Бех). Замість взаємних образ, конфліктів, емоційної напруги, неприязні та ворожнечі учні мають уміти вибачитись, повернутися до емоційно-позитивних контактів у спілкуванні, взаємного приятелювання, дружніх взаємин.

Великодушність породжує благородство, як здатність людини діяти відповідно до гуманних принципів, поєднувати вимогливість до себе та до інших людей, причому вимогливості до себе відводиться центральне місце. Благородство людини проявляється у вчинках – відданості та вчинках – вірності. Вчинок – відданість є проявом бажання людини творити добро іншому без будь-яких власних інтересів, а заради глибокого почуття співстраждання – як витоку її альтруїстичної спрямованості. Віддана людина переживає радість, коли результат її морально-духовної дії є успішним. Вчинки відданості, як правило, виникають у рамках дружніх стосунків.

Людина із сформованим вчинком – вірністю сприймає іншу людину в контексті турботливого ставлення до неї. На таку людину можна покластися, не боячись, що вона підведе у будь-якій справі. Це відповідальність найвищого порядку.

Гуманність – це надхарактеристика особистос-

ті, яка акумулює комплекс якостей, що характеризують ціннісне ставлення людини до людини (ставлення до неї як до найвищої цінності, як до мети, а не засобу), повага її прав і свобод.

Гуманність проявляється через вчинок – шанування, що є вищим ступенем морально-духовного ставлення людини до людини (І.Д.Бех). Його спонукою виступає особливий тип мотивації - «Я дію заради тебе».

Наступною базовою гуманістичною цінністю є відповідальність як переживання покладеного на неї кимось чи нею самою обов'язку, потреби, безумовно, виконувати угоду, зобов'язання, звітуватись у своїх діях і покласти на себе провину за можливі наслідки.

В.Сухомлинський розглядав відповідальність як здатність особистості самостійно формулювати обов'язки, виконувати їх і здійснювати самооцінку та самоконтроль [8, с.197].

С.Рубінштейн розглядав відповідальність як втілення істинного, найглибшого і принципового ставлення до життя. Це не тільки усвідомлення індивідом усіх наслідків уже зробленого, а й відповідальність за все втрачене, тобто здатність людини детермінувати події, вчинки на момент їх здійснення і в процесі виконання аж до радикальної зміни всього життя. Відповідальність не виступає відданістю формальному обов'язку, догмі, вірності раз і назавжди ustalеним правилам, а є «здатністю у процесі життя бачити, виділяти, ставити проблеми, вчасно їх усвідомлювати і приймати відповідальні рішення» [7].

Сутність відповідальності полягає не лише в завданні, яке людина має виконати, не у вчинку, якого вимагають від неї певні обставини чи суспільні норми, а насамперед у тих діях, які вона могла б здійснити. Саме в цьому й виявляється потенційний аспект відповідальності.

Відповідальність визначається як усвідомлена свобода прийняття рішень, вибору цілей та способів, методів і стилів їх досягнення. Відповідальність не суперечить свободі, вона є логічним її наслідком, що об'єднує вчинки особистості у життєвий шлях людини, детермінантою її діяльності та поведінки. Це одна із сторін адаптації дитини до соціуму.

О.Кононко розглядає відповідальність як відповідність між моральною діяльністю особистості та її обов'язком, «як об'єктивну і суб'єктивну єдність», яка «з одного боку, є сукупністю об'єктивних суспільних вимог до особистості, з іншого – своєрідним суб'єктивним станом свідомості, почуттям» [2].

Почуття відповідальності реалізується завдяки таким характеристикам як чесність, совісність, здатність відчувати сором і провину. Чесна людина характеризується прямою характеру, правдивістю, ретельним виконанням своїх обов'язків. При зіткненні з несправедливістю вона завжди висловлює своє активне негативне ставлення до неї, стає на захист гуманістичних принципів. Така людина здатна на самокритику. Має сміливість відверто зізнатися у власних помилках, бо особиста честь для

неї - це її достоїнство.

Честь спонукає особистість звирятати свої вчинки з вищими культурними надбаннями. Вона не дозволяє суб'єктові поводитись ситуативно, підкоряючись умовам, що склались на даний час. Натомість моральні дії людини, особистісна честь якої перетворилась на міцний внутрішній стрижень, відзначаються стійкістю, сміливістю, самовладанням, перш за все, в екстремальних і конфліктних ситуаціях.

Відповідальність тісно пов'язана з необхідністю дотримуватись дисципліни. Це особливий вид зв'язку між людьми, частково завдяки якому зберігаються права і свободи кожної людини. Відповідальність виступає регулятором взаємодії людей, включаючись до дисциплінарних взаємозв'язків у суспільстві.

Відповідальність передбачає вміння протистояти аморальним явищам, спокусам, деструктивним силам, завжди робити правильний моральний вибір, проявляти «моральне самозбереження».

Совісна людина схильна до вчинку Я – центрованості. Вона ініціативна, готова взяти на себе більшу частину роботи, прийти на допомогу іншим, а не перекидати відповідальність на когось.

Але не завжди індивід може впоратися з соціальними проблемами, з якими він зіштовхується в суспільному просторі. Тому в психологічній науці велика увага приділяється розробці технологій упередження емоційної стійкості особистості.

Однією з таких технологій є метод психологічного тренінгу, який дозволяє набути психологічні знання з психології індивідуальності, групи, спілкування; набути ефективні навички спілкування; сформувані установки, необхідні для успішного міжособистісного та професійного спілкування; розвинути здібності до самопізнання, до розуміння інших, скоригувати систему відношень до навколишнього світу.

Використання копінг стратегії (від англ. to cope – владнати) також дає можливість справитися з ситуацією та подолати труднощі, що допомагає виникненню почуття зростання власних можливостей, позитивної самооцінки.

**Висновки.** Розглядаючи питання контролю агресії можна зазначити, що управління агресією людини залежить від її волі і розуму. Емоційна стійкість, як цілісна характеристика особистості, забезпечує її стійкість фрустрації до стресового впливу життєвих ситуацій, залежить від вольового компоненту, що дозволяє регулювати свої емоції, забезпечує толерантність, терпимість, самоконтроль. Дефіцит сформованості емоційної стійкості особистості проявляється в агресивній поведінці, для якої характерна тенденція виражати свої думки, почуття, бажання у формі вимог, звинувачень, образ. Головними факторами особистісного розвитку є організація особистісного середовища взаємодії, створення змістовного пізнавального середовища, формування способів самоактуалізації. Отже, зберігати внутрішню гармонію, доброзичливі міжособистісні стосунки, регулювати поведінку дозволяє емоційна стійкість особистості.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Бех І.Д. Духовна енергія вчинку. Рівне, 2004. – 42 с.
2. Кононко О.Л. Соціально – емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві) / Кононко О.Л. – К.: Освіта, 1998
3. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності: Підручник. – К.: Єльга, Ніка-центр, 2003. – 400 с.
4. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло»): Пер. с нем. – М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. – 272с.
5. Моляко В.О. Психологія творчості - нова парадигма дослідження конструктивної діяльності людини / Моляко В.О. // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 8. – С.1-4.
6. Основи практичної психології // Панок В., Титаренко Т., Чепелева Н. та ін.: Підручник. – К.: Либідь, 2001. – 536 с.
7. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. – М.: Издательство Академии наук СССР, 1959.
8. Сухомлинський В.О. Вибрані твори / Сухомлинський В.О.: У 5-ти т. – К.: Рад. школа. – Т.4.
9. Технології роботи організаційних психологів: Навчальний посібн. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядипломної освіти / [за наук. ред. Л.М.Карамушки]. – К.: Фірма «ІНКОС», 2005. – 366 с.
10. Чернобровкін В.М. Психологія прийняття педагогічних рішень: монографія / В.М. Чернобровкін. – Луганськ: Альма-матер, 2006. – 416 с.