

РОЗДІЛ II. ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ ІНСТРУМЕНТИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ У ВИВЧЕННІ ОСОБИСТІСНОГО ТА ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Козаченко Марина

Проблема гендерних особливостей емоційної зрілості в юнацькому віці є актуальною, оскільки соціалізація юнаків і дівчат відбувається в різних системах нормативних очікувань, моделей емоційної поведінки та комунікативних ролей. Це впливає на способи переживання, вираження та регуляції емоцій, а також на психологічну стійкість, тривожність і характер міжособистісної взаємодії. Водночас гендерні відмінності не слід зводити до стереотипних уявлень, адже вони формуються під впливом вікових криз, умов виховання, освітнього середовища та індивідуального досвіду [1; 2; 3].

Мета публікації – теоретично окреслити гендерні особливості емоційної зрілості особистості в юнацькому віці та визначити психологічні чинники, через які вони можуть проявлятися.

Юнацький вік є періодом, коли особистість переживає інтенсивне становлення ідентичності, автономії, самосвідомості та ціннісно-сислової сфери. Н. Токарева наголошує, що дорослішання у підлітково-юнацькому періоді супроводжується загостренням внутрішньої чутливості, пошуком власної позиції та перебудовою ставлення до себе й оточення [2]. В. М. Поліщук підкреслює, що кризи входження в дорослість актуалізують потребу в саморегуляції, прийнятті рішень та відповідальності за власний вибір [3]. У цьому контексті емоційна зрілість виступає важливим ресурсом адаптації, а її гендерні відмінності найдоцільніше розглядати як імовірні тенденції, опосередковані соціалізацією.

Науковий інтерес до гендерного аспекту проблеми підтверджує дослідження Т. Комар, у якому показано, що міжособистісна взаємодія студентів-психологів має виразні гендерні особливості, пов'язані зі стилями спілкування, поведінкою в

конфлікті та способом досягнення конструктивного результату [1]. Для теми емоційної зрілості це принципово важливо, адже саме якість міжособистісної взаємодії в юності демонструє рівень емпатії, рефлексії, здатності керувати імпульсивними реакціями та зберігати психологічні межі.

Гендерні особливості емоційної зрілості можуть виявлятися і через різну вираженість тривожності та емоційної стійкості. Л. Левковська зазначає, що тривожність у осіб юнацького віку пов'язана із соціальними, психологічними та психофізіологічними чинниками, а отже її прояви залежать не лише від індивідуальних властивостей, а й від системи очікувань, у якій перебуває молода людина [4]. З. Оніпко доводить, що емоційна стійкість студентів є багатокomпонентною властивістю, пов'язаною з умінням зберігати рівновагу в емоціогенних ситуаціях і контролювати власні реакції [5]. Н. Жигайло та Т. Шолубка, досліджуючи психологічну стійкість студентів, показують, що саме в умовах напруження й невизначеності стає очевидною роль внутрішніх ресурсів саморегуляції та психологічної витривалості [6].

Юнацький вік є важливим етапом становлення особистості, у межах якого інтенсивно формуються самосвідомість, емоційна сфера, цінності, моделі міжособистісної взаємодії та здатність до саморегуляції. Саме в цей період емоційна зрілість виступає важливою умовою психологічного благополуччя, успішної соціалізації, побудови конструктивних стосунків і готовності до дорослого життя. Водночас розвиток емоційної зрілості може мати певні гендерні відмінності, зумовлені як біопсихологічними особливостями, так і впливом соціального середовища, гендерних ролей, стереотипів виховання та очікувань суспільства.

У сучасних умовах соціальних змін, емоційної напруги та зростання вимог до особистісної стійкості особливого значення набуває дослідження того, як саме проявляється емоційна зрілість у юнаків і дівчат, які її психологічні характеристики є спільними, а які мають гендерну специфіку. Це дає змогу глибше зрозуміти механізми емоційного розвитку особистості, визначити чинники, що впливають на формування

емоційної врівноваженості, відповідальності, емпатії, самоконтролю та здатності до конструктивного переживання життєвих труднощів.

Отже, в теоретичному плані гендерні відмінності емоційної зрілості доцільно розглядати у взаємозв'язку з емоційною регуляцією, тривожністю, емпатією, емоційною стійкістю та особливостями міжособистісної взаємодії. Імовірно, вони проявляються не стільки в наявності чи відсутності певних емоцій, скільки в способах їх вербалізації, інтерпретації, контролю та соціально прийнятного вираження. Саме тому для коректного аналізу гендерних особливостей емоційної зрілості потрібно враховувати як індивідуально-психологічні характеристики, так і ширший соціокультурний контекст дорослішання.

Таким чином, гендерні особливості емоційної зрілості особистості в юнацькому віці мають розглядатися як багатовимірний психологічний феномен, зумовлений поєднанням вікових, особистісних і соціалізаційних чинників. Теоретичний аналіз показує, що найбільш інформативними для їх дослідження є показники емоційної регуляції, тривожності, емоційної стійкості та якості міжособистісної взаємодії.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на емпіричне порівняння студентів чоловічої та жіночої статі за показниками труднощів емоційної регуляції, алекситимії, менталізації та когнітивних стратегій опрацювання емоційного досвіду.

Список використаних джерел

1. Комар Т. В. Гендерні особливості міжособистісної взаємодії студентів-психологів як передумова формування готовності до професійної діяльності. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 5(69). С. 75–83. DOI: 10.33099/2617-6858-2022-69-5-75-83.
2. Токарева Н. М. Лабіринти дорослішання: психічний розвиток особистості підлітково-юнацького віку : монографія. Кривий Ріг : ТОВ «НВП «Інтерсервіс»», 2021. 216 с.
3. Поліщук В. М. Віковий кризовий розвиток людини: від народження до дорослості : навчальний посібник. Суми : Університетська книга, 2020. 460 с.
4. Левковська Л. Б. Психологічні чинники виникнення тривожності у осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2022. № 1(101). С. 57–60. DOI: 10.32839/2304-5809/2022-1-101-12.
5. Оніпко З. С. Дослідження сформованості рівня емоційної стійкості в студентів технічного ВНЗ. *Габітус*. 2021. Вип. 24. Т. 2. С. 73–77. DOI: 10.32843/2663-5208.2021.24.2.13.
6. Жигайло Н., Шолубка Т. Формування психологічної стійкості студентів ЗВО під час війни. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2022. Вип. 14. С. 3–14. DOI: 10.30970/PS.2022.14.1.