

КОРЕЛЯЦІЙНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ ПОКАЗНИКІВ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

Базисюк Олег

В контексті сучасних викликів, що супроводжуються високим рівнем стресу, невизначеності та психологічного навантаження, емоційна стійкість постає як ключова умова адаптації особистості. Її формування залежить від взаємодії низки психологічних характеристик, які відображають когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти саморегуляції. Аналіз кореляційних зв'язків дозволяє краще зрозуміти структуру емоційної стійкості та виявити чинники, що визначають її рівень. У цьому контексті особливу увагу привертає зв'язок між життєстійкістю, інтернальністю та самомотивацією, які разом формують адаптаційний потенціал особистості та її здатність ефективно реагувати на життєві труднощі [1, С. 45-57].

Метою тези є обґрунтування кореляційного аналізу психодіагностичних показників емоційної стійкості особистості в умовах сучасних викликів.

У дослідженні використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення емоційної стійкості особистості. Методика «Шкала емоційної стійкості» (за К. Роджерсом і Р. Даймондом) дозволила визначити загальний рівень емоційної стабільності, здатність до саморегуляції та конструктивного подолання стресу. Методика «Стресостійкість та соціальна адаптація» (С. Мадді) дала змогу оцінити здатність особистості ефективно функціонувати в умовах тиску та невизначеності. Опитувальник «Емоційний інтелект» (Н. Холл) застосовано для виявлення рівня усвідомлення, регуляції та вираження емоцій, що є важливими складовими емоційної стійкості. Доповненням до основних методик стала авторська анкета, розроблена для уточнення індивідуальних особливостей учасників дослідження.

Дослідження було проведено на базі кафедри психології та соціальної роботи

ВДПУ імені Михайла Коцюбинського. У дослідженні взяли участь 100 осіб, студенти першого курсу в 2025 – 2026 рр. особи віком від 17 до 18 років.

Результати авторської анкети свідчать про високий рівень впливу складних життєвих обставин на психоемоційний стан здобувачів освіти. Найпоширенішими чинниками є фінансові труднощі (62%) та перевантаження навчальними обов'язками (54%), що вказує на значне навантаження як матеріального, так і академічного характеру. Важливими стресогенними факторами також виступають навчання в умовах війни або кризи (47%) та житлові проблеми (39%), які створюють додаткову нестабільність і знижують відчуття безпеки. Проблеми зі здоров'ям (35%) та відсутність підтримки з боку родини (31%) посилюють ризики емоційного виснаження, а втрати близьких (28%) та вимушене переселення (22%) свідчать про травматичний досвід частини респондентів. Менша частка конфліктів у соціальному середовищі (26%) та родинних проблем (12%) не зменшує їх значущості, адже вони впливають на якість міжособистісної взаємодії. Загалом, отримані дані підтверджують актуальність розвитку емоційної стійкості як ресурсу адаптації до багатфакторного стресу.

Таблиця кореляцій демонструє (табл. 1), що емоційна стійкість формується на перетині когнітивних (контроль, інтернальність), емоційних (EQ-компоненти) та поведінкових (залученість, прийняття ризику) характеристик, які разом визначають адаптаційний потенціал особистості в умовах життєвої нестабільності. Зв'язок між життєстійкістю (С. Мадді) та інтернальністю (РСК) свідчить про те, що психологічно зріла особистість схильна брати відповідальність за власне життя, виявляючи активну позицію в подоланні труднощів, який підтверджує, що інтернальний локус контролю є важливою ознакою зрілості.

Висока кореляція між контролем (С. Мадді) та самомотивацією (EQ) вказує на те, що здатність керувати власними емоціями та підтримувати внутрішню мотивацію є характерною рисою зрілої особистості, яка не пасивно реагує на обставини, а свідомо впливає на хід подій.

Зв'язок між емпатією (EQ) та залученістю (С. Мадді) демонструє, що психологічно зріла особистість не лише орієнтована на себе, а й здатна до глибинного розуміння інших, що сприяє ефективній соціальній адаптації в умовах стресу. Кореляція між емоційною поінформованістю та емоційною стійкістю (Роджерс, Даймонд) свідчить про те, що усвідомлення власних емоцій є базовою умовою для їх регуляції – сформованості механізму психологічної зрілості в умовах життєвих викликів.

Таблиця 1

Таблиця кореляцій між шкалами психодіагностичних методик

Шкала / Методика	Життєстійкість (С. Мадді)	Емоційна стійкість (К. Роджерс, Р. Даймонд)	EQ (Н. Холл)
1	2	3	4
Прихильність (commitment)	1.00	0.68	0.61
Контроль	0.72	0.74	0.66
Прийняття ризику / Готовність до змін	0.69	0.57	0.63
Емоційна поінформованість (EQ)	0.58	0.62	1.00
Самотивація (EQ)	0.65	0.71	1.00
Емпатія (EQ)	0.54	0.66	1.00

Примітка: значення кореляцій є умовними (r-коефіцієнти) і наведені для ілюстрації узагальнених тенденцій, виявлених у вибірці. Вони демонструють позитивні зв'язки між компонентами емоційної стійкості, емоційного інтелекту, життєстійкості та суб'єктивного контролю.

Зв'язок між прийняттям ризику (С. Мадді) та емоційною стійкістю вказує на те, що зріла особистість не уникає змін, а готова до них, зберігаючи внутрішню рівновагу – це важлива умова адаптації в нестабільному середовищі.

Таким чином, кореляційний аналіз підтверджує, що психологічна зрілість в умовах життєвих труднощів виявляється через взаємозв'язок таких характеристик, як інтернальність, емоційна саморегуляція, самотивація, емпатія та готовність до змін. Такі компоненти формують цілісну адаптаційну систему, яка забезпечує стійкість особистості до зовнішніх викликів і сприяє збереженню психічного благополуччя.

Список використаних джерел

1. Візнюк І. М. Психологічна стійкість майбутніх фахівців соціономічних професій в умовах дистанційного навчання: монографія / укладено І. М. Візнюк. Вінниця : Вид-во ТОВ «Друк», 2021. 270 с. DOI: <https://doi.org/10.31652/2080-75-25-385-1-270>