

**Взаимосвязь психоэмоциональных характеристик и способов регуляции
эмоции гнева старшеклассниками**

Научный руководитель – Фурманов Игорь Александрович

Корначёв Егор Игоревич

Студент (бакалавр)

Белорусский государственный университет, Факультет философии и социальных наук,
Кафедра психологии, Минск, Беларусь
E-mail: e.kornachev@gmail.com

Эмоции являются неотъемлемой частью человеческой сущности, влияющей не только на моральное состояние индивида, но и на его социальное благополучие. На всех этапах жизни человек попадает в различные ситуации, способные вызвать обилие негативных эмоций, в том числе и гневных.

Гнев по И. А. Фурманову [3] - эмоция, которая вызывается состоянием дискомфорта, ограничения или фрустрации, характеризующаяся мобилизацией энергии, высоким уровнем мышечного напряжения, самоуверенностью и порождающая готовность к нападению или другим формам активности.

Считается доказанным, что гнев, являясь интенсивной и бурно протекающей эмоциональной реакцией, представляет основу для формирования враждебной агрессии, поскольку является одним из самых эффективных ее катализаторов. Варьируясь по интенсивности от раздражения до ярости, он может актуализировать тенденцию к причинению вреда посредством агрессии, которая может являться не только атакующим, но и деструктивным поведением.

Актуальность исследования обусловлена ростом эмоционального неблагополучия в подростковой среде и недостаточной изученностью гендерных особенностей регуляции гнева у старшеклассников. Понимание способов регуляции гнева позволит прогнозировать поведение учащихся и своевременно оказывать профилактическую и коррекционную работу.

Целью исследования является выявление взаимосвязи психоэмоциональных характеристик и способов регуляции эмоции гнева у старшеклассников.

В исследовании приняли участие 178 учащихся 10-х и 11-х в возрасте 15 - 18 лет (82 юноши и 96 девушек) Для сбора эмпирических данных были использованы следующие опросники: 1) Опросник выражения гнева как состояния и личностной черты STAXI Ч. Д. Спилбергера в адаптации С.Л. Соловьевой [2]; 2) Методика самооценки эмоциональных состояний А. Уэссмана, Д. Рикса в адаптации А.А. Бодалева [1]

Корреляционный анализ при помощи критерия г-Спирмена выявил ряд статистически значимых взаимосвязей.

К наиболее значимым у юношей относится сильная отрицательная взаимосвязь между интегральным показателем общего психоэмоционального состояния и уровнем аутоагрессии ($r = -0,635$, $p \leq 0,001$). Подобный результат указывает на то, что снижение общего фона настроения является критическим фактором формирования агрессии, направленной на собственную личность. Высокая значимость этой связи подтверждается так же в структуре отдельных состояний. Была обнаружена сильная отрицательная взаимосвязь между критерием «Приподнятость - подавленность» и аутоагрессией ($r = -0,599$, $p \leq 0,001$), что свидетельствует о том, что депрессивное состояние у юношей теснейшим образом сопряжено с саморазрушительным поведением.

Кроме того, высокие значения отрицательной связи демонстрируют интегральный показатель общего психоэмоционального состояния ($r = -0,558$; $p \leq 0,001$), а также показа-

тели «Уверенность - беспомощность» ($r = -0,512$; $p \leq 0,001$) и «Приподнятость - подавленность» ($r = -0,507$; $p \leq 0,001$) с показателем «Агрессия как свойство личности». Исходя из чего можно сделать вывод о том, что чувство беспомощности и сниженный фон настроения могут являться факторами личностной агрессии, а соответственно и предикторами готовности к проявлению агрессии.

В свою очередь у девушек к наиболее значимым относятся отрицательная взаимосвязь между показателем «Энергичность - усталость» и аутоагрессией ($r = -0,551$; $p \leq 0,001$). Это указывает на то, что состояние истощения для них является основным предиктором направленности агрессии на себя. Кроме того, наблюдается практически столь же значимая связь между интегральным показателем общего психоэмоционального состояния и аутоагрессией ($r = -0,547$; $p \leq 0,001$), что свидетельствует о значимости снижения общего эмоционального фона в формировании паттерна аутоагрессивного поведения.

Выводы: результаты подтверждают наличие специфических психоэмоциональных паттернов, ассоциированных с агрессивными и гневными тенденциями как у юношей, так и у девушек. При этом в обоих случаях основным способом регуляции выступает аутоагрессия. Однако, у юношей в основе подобного поведения лежит, прежде всего, депрессивная симптоматика, в то время как у девушек ключевым предиктором выступает состояние истощения. Кроме того, выявлена значимая роль беспомощности в структуре личностной агрессии у юношей, что является фактором риска формирования паттернов деструктивного поведения.

Практическая значимость исследования заключается в возможности прогнозирования поведения старшеклассников на основании их психоэмоционального состояния. Полученные данные могут быть применены для разработки профилактических и коррекционных программ с учётом гендерной специфики.

Источники и литература

- 1) Бодалев А. А. Психологические методы в комплексном лонгитюдном исследовании студентов. Л.: ЛГУ, 1976.
- 2) Соловьева С. Л. Агрессивность как свойство личности в норме и патологии. Дис. ... д-р психол. наук. СПб, 1996.
- 3) Фурманов И.А. Психология эмоций и мотивации: учебное пособие. Минск: РИВШ, 2022.