

УДК 159.9

Социально-психологические индикаторы и критерии эмоциональной зрелости родителей

Евламбиева Гульнара Анфисовна

Аспирант,

Башкирская академия государственной службы и управления

при Главе Республики Башкортостан,

450008, Российская Федерация, Уфа, ул. Заки Валиди, 40;

e-mail: Zvd68@mail.ru

Аннотация

В статье рассматривается общее представление известных отечественных и зарубежных авторов об эмоциональном созревании и эмоциональной зрелости личности родителей. Приводится краткий анализ определений эмоционально незрелого индивида. Также рассматриваются некоторые признаки, причины, последствия эмоциональной незрелости и ее влияние на личностное развитие, взаимоотношения, поведение и будущее человека. Выделяются социально-психологические индикаторы эмоциональной зрелости родителей. Делается попытка определить основные критерии эмоциональной зрелости родителей детей с расстройствами аутистического спектра, которые необходимо будет учитывать психологу в сопровождении, психологическом консультировании и психотерапевтической работе с семьями, родителями детей с аутизмом. В свою очередь, психологическая поддержка родителям, помощь в созревании связаны с непосредственным отношением эмоциональной зрелости к способности создать максимально благоприятные, комфортные для общения и взаимодействия условия, которые будут способствовать преодолению трудностей у аутичного ребенка, связанных с эмоциональными переживаниями, общением, поведением.

Для цитирования в научных исследованиях

Евламбиева Г.А. Социально-психологические индикаторы и критерии эмоциональной зрелости родителей // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 5А. С. 92-111.

Ключевые слова

Эмоциональная зрелость, эмоциональное созревание, незрелая личность, социально-психологические индикаторы, критерии эмоциональной зрелости.

Введение

В психологической науке подтверждается, что чувства первичны и наша разумность обусловлена и основана на эмоциях, а также известно, что эмоции являются как продуктом эволюции, что касается их физиологии и выражения, так и результатом нашего опыта и попыток управлять эмоциями, нашего отношения к собственным эмоциям и нашего их вербального представления.

А.Н. Лук справедливо отмечает, что эмоции и чувства являются важными показателями, характеризующими личность и существенными критериями ее оценки [Лук, 1982, 12].

Неповторимые индивидуальные проявления эмоционального облика, по мнению Е.И. Рогова, складываются в течение всей жизни и неразрывно связаны с развитием личности в целом. Эмоции не могут существовать вне конкретной личности, они не имеют своей истории, а образуют совместно со всеми структурами личности сложную систему, психический облик человека [Рогов, 2001, 38].

Итак, очевидно, что эмоциям принадлежит значимая роль во всех сферах жизнедеятельности человека, в том числе и в такой как детско-родительские отношения.

Дональд В. Винникот дал определение процессу взросления ребенка, исходя из его окружения. Он выделил три этапа созревания: абсолютная зависимость, относительная независимость, полная независимость. Исходный постулат: человек способен созреть, только если ближайшее окружение содействует этому и данное положение обязательно. Трудность заключается в том, что окружение должно развиваться и становиться зрелым вместе с ребенком.

Социальная зрелость личности

В социально-психологических и общепсихологических исследованиях понятие «зрелость» интерпретируется по-разному; большое количество исследований, как научных, так и практических, посвящается рассмотрению данного понятия, что обусловлено современной социальной ситуацией развития человека, в соответствии с которой современным обществом предъявляются к личности особые требования, среди которых важное место занимает именно

зрелость. Зрелость, выступая характеристикой уровня развития регуляционных звеньев, связана с направлением и степенью проявления активности личности и ее реализацией в разных сферах жизни и деятельности.

Можно говорить о том, что зрелость представляет собой многомерное, разноуровневое свойство личности, которое обладает структурными, динамическими свойствами. Уровневые и структурные характеристики зрелости являются специфичными на каждом возрастном этапе и определяются уникальными задачами развития каждого из возрастных периодов.

Социальная зрелость личности – это понятие, в котором зафиксировано одно из главных достижений процессов обучения и воспитания, которые осуществляются семьей, школой, социальным окружением и социумом в целом. Социальная зрелость, таким образом, рассматривается как устойчивое состояние личности, которое характеризуется такими качествами как целостность, предсказуемость, социальная направленность поведения во всех сферах жизнедеятельности. Исходя из этого, можно определить зрелую личность как личность, активно владеющую своим окружением, обладающую устойчивым единством личностных черт и ценностных ориентаций и способную правильно воспринимать людей и себя (Кон И. С., 1999).

Г.С. Сухобская подчеркивает, что с понятием социальной зрелости следует связывать направленность личности на гуманистические ценности.

Рассмотрим кратко важнейшие атрибуты индивидуально-психологической зрелости, выделенные автором: прогнозирование собственного реагирования и поведения в различных ситуациях и способность решать возникающие проблемы; выполнение поставленных задач независимо от внешних обстоятельств и внутренних противоречий; полный самоконтроль выполнения собственных действий и их результатов; независимость, объективность и непредвзятость оценочных суждений; способность извлекать уроки из собственного неудачного опыта; принятие себя целиком [Ильин, 2012, 41].

По мнению Е.П. Ильина, социально зрелую личность характеризуют: принятие на себя ответственности за свои чувства, мысли и поступки; разумная независимость; способность отличать реальность от вымысла; обоснованное чувство целостности собственной личности и наличие моральных норм; гибкость и способность к адаптации; толерантность; самокритичность; духовность [Там же, 42].

Краткий анализ научных трудов по психологии (Т. Д. Марцинковская, А. А. Реан, Е. П. Ильин, А. Н. Лук, А. Маслоу, И. С. Кон, Ж. Арру-Ревиди и др.), показал, что в социально-психологическом контексте зрелость чаще всего характеризуется как способность личности самостоятельно принимать ответственные решения, как в личной, так и общественной жизни.

Личностная зрелость человека

Характеризуя зрелую личность, А.Н. Лук относит к психологической зрелости следующие составляющие: 1) переход от зависимости, подчиненного положения в семье, беспечности, ограниченного числа поведенческих реакций, примитивных интересов к, соответственно, самостоятельности, равенству, пониманию своей ответственности, разнообразному и богатому поведенческому репертуару, сложным, глубоким интересам; 2) переход от неглубокой временной перспективы к масштабу лет и десятилетий; 3) расширение «поля активности» личности: от действий, направленных на ближайшее окружение, – к поступкам, затрагивающим все более отдаленные объекты и пространства; 4) адекватное самоотражение: реалистическая оценка своей внешности, своих сил, способностей и возможностей; 5) самоконтроль и гибкость, то есть умение использовать весь репертуар, все приобретенные в жизни формы поведения, тонко чувствуя, где они уместны; 6) нравственное созревание личности, которое проявляется в изменении представлений «о добре и зле», формировании чувства долга, связанного с понятием чести и развитии высших социальных чувств; 7) чувство меры: способность оценить сложность задания, контролировать свои чувства, управлять своей эмоциональной жизнью [Лук, 1982, 6].

А.А. Реан, рассматривая интеллектуальную, эмоциональную и личностную зрелость, определил для развития и созревания человека как личности и как субъекта деятельности обязательным: 1) развитие интеллекта; 2) развитие эмоциональной сферы; 3) развитие устойчивости к стрессорам; 4) развитие уверенности в себе и самопринятия; 5) развитие позитивного отношения к миру и принятия других; 6) развитие самостоятельности, автономности; 7) развитие мотивации, самоактуализации, самосовершенствования [Реан, Коломинский, 1999, 255].

В результате наблюдения за индивидами, которые становились объектом психологического исследования видного американского ученого, А. Маслоу предложил такую универсальную характеристику своих подопечных, как креативность и пришел к выводу о возможном слиянии в одно явление концепции креативности и концепции здоровой, высокоразвитой и зрелой личности. Рассуждая о креативности, ученый делает упор на импровизацию и вдохновение, спонтанность проявления, без привязки к стереотипам и клише. А источником креативности он видит «невинную» свободу восприятия и «невинную», ничем не ограниченную спонтанность и экспрессивность. Если рассматривать креативность как составляющую зрелой личности, то следует иметь в виду «креативность самоактуализации», которую Маслоу счел необходимым отграничить от «креативности таланта», что позволяет рассматривать ее как самостоятельный

конструкт. Креативность самоактуализации распространена гораздо более широко и имеет более тесную связь с личностью, проявляясь в повседневной жизни, например, в способности старательно выполнять домашние обязанности, быть гостеприимной хозяйкой, любящей матерью и женой и получать от этого удовольствие. Креативность зрелой личности, по словам Маслоу, должна быть сродни креативности всех счастливых и не испытывающих беспокойства детей.

В этом отношении интересна богословская точка зрения и суть святоотеческого понимания личностной зрелости, которая, на наш взгляд, тождественна с суждением отечественных и зарубежных ученых и исследователей в области психологии, педагогики и других наук о человеке. Например, святитель Феофан Затворник, один из столпов православия, в своем учении, вышедшем в свет еще полтора столетия назад, пишет об этом так: «Человек становится вполне человеком, когда приходит к самопознанию и разумной самостоятельности, когда становится полным владыкою и распорядителем своих мыслей и дел, держится каких-либо мыслей не потому, что другие ему передали их, а потому, что он сам находит их верными» (Феофан Затворник, 1998, 85). Перечисленные качества личности вполне согласуются с критериями зрелости, выделенными ведущими отечественными и западными учеными, что позволяет с уверенностью предположить, что под «вполне человеком» святитель подразумевает зрелую личность.

Другой пример из Патерика, где рассказывается следующее: «Старцы рассуждали между собою, что каждый из нас должен соединиться духом воедино с ближним своим, с его плотию, со всем человеком, во всем сострадать ему, во всем сорадоваться, все скорбное для ближнего оплакивать, быть в отношении к нему, как была бы у него с ближним одна общая плоть, одна общая душа...» (Фудель, 1997). Перечисленные способности человека, на наш взгляд, являются основополагающими для гуманистической эмпатии и вполне соответствуют эмпатийной личности. Следует отметить, что при внешней схожести существует и разница в определении эмпатии с точки зрения богословской и психологической наук. Проведенный нами анализ изречений из Патерика стал основанием для вывода о том, что идентифицируясь с другими людьми и переживая все их эмоции в той же степени интенсивности важно быть как эмоционально, так и духовно зрелой личностью, чтобы избежать эмоциональной перегрузки и, что важно, сохранять неподдельную искренность эмоций и чувств.

Итак, на основании нашего краткого анализа можно заключить, что личностная зрелость взрослого человека – это результат длительного, целенаправленного эмоционального, нравственного и духовного развития на протяжении практически всей жизни под чутким

управлением родителей, близкого человека, наставника. Это обретение способности глубоко и полно воспринимать явления и ситуации реальной жизни, понимать ее, размышлять над ней.

Критерии личностной зрелости человека. В качестве критериев личностной зрелости в психологической литературе выдвигаются различные характеристики и свойства личности. Так, А.Г. Асмоловым (2001) в качестве критериев личностной зрелости была выделена активная жизненная позиция и осуществление личностью свободного выбора, который не скован заранее предрешенным исходом. Человек всегда склонен воспринимать совершаемое им как совершаемое в силу внутренней необходимости, идти на риск, выигрывать и терять, нести ответственность за свой выбор.

В соответствии с позицией Д. А. Леонтьева (2001), критерием личностной зрелости выступает умение индивида осуществлять свою жизненную стратегию, а не колебаться под влиянием различных стимулов. Таким образом, по Д. А. Леонтьеву, покой и воля в своем единстве составляют основу формулы личностной зрелости.

А.Н. Харитонов (2003) в качестве социально-психологических индикаторов личностной зрелости называет адекватный возрасту уровень зрелости эмоциональной, познавательной и поведенческой сфер; адаптивность человека в микросоциальных отношениях; соответствие субъективных образов отражаемым объектам действительности и характера реакций, то есть внешним раздражителям; способность к саморегуляции собственных чувств и поведения; поддержание активности и перспективное планирование жизненных целей.

Индикаторами же показателя недостаточной личностной зрелости автор называет: наличие у человека внутриличностных конфликтов, тревожность, неуверенность, повышенный уровень психического напряжения, невротические реакции, наличие акцентуированных черт, недостаточная мера адекватности в проявлении зрелости различных личностных сфер, недостаточная или неполная адаптивность в микросоциальных процессах, а также наличие трудностей саморегуляции своих состояний, чувств и поведения.

Личностные свойства незрелого человека. Зрелость эмоциональной стороны личности оценивается в сравнении с эмоциональной незрелостью. Говоря об эмоциональной незрелости как характерологическом качестве, мы считаем необходимым рассмотреть некоторые признаки, причины, последствия эмоциональной незрелости и ее влияние на личностное развитие, взаимоотношения, поведение и будущее человека.

Интересно по этому вопросу мнение Э. Фромма, определившего тип современной личности, заикленной на работе, собственности, власти и прибыли, как «рыночная личность», высшей целью которой является полнейшее приспособление к требованиям рынка. Автор дает и другое

определение современному социальному типу, «кибернетический человек». В психологии его определяют как шизоидный тип, Маркс назвал его «отчужденной личностью», потому что люди этого типа действительно испытывают отчуждение – от своей работы, от людей, от природы, от детей и даже от своего я. При разных обозначениях данного человеческого типа, некоторые характеристики у него остаются общими, особенно такие, как преобладание интеллектуальной сферы и атрофия эмоциональной составляющей. Человек такого типа функционирует исключительно на рассудочном уровне и избегает как положительных, так и отрицательных эмоций, которые мешают индивиду действовать, согласно заданным обществом и организацией, к которым он причастен, направлений, правил и требований. Рыночной личности свойственно лишь поверхностно оценивать себя и других. Отсутствие глубоких связей, даже в отношении самых близких людей является следствием не развитых эмоциональных связей, либо их отсутствия.

Как известно, Чарлз Дарвин предвидел трагический исход предпочтения человеком манипулятивного интеллекта эмоциональному. Приведем цитату из «Автобиографии» Ч. Дарвина. «...Утрата этих вкусов (наслаждение от поэзии, живописи, музыки) равносильна утрате счастья и, может быть, вредно отражается на умственных способностях, а еще вернее на нравственных качествах, так как ослабляет эмоциональную сторону нашей природы». По мнению А.Н. Лука, слова великого натуралиста заслуживают самого серьезного внимания. Эстетическое воспитание, как пишет автор – не роскошь, а необходимое условие формирования личности.

Процесс утраты интереса к эстетическим, культурным ценностям, описанный Дарвином в своей автобиографии, в современном обществе имеет тенденцию к стремительному росту.

На сегодняшний день научный интеллект в отрыве от эмоций и чувств наблюдается повсеместно, потому что считается, что чувства не помогают, а скорее препятствуют функционированию в условиях той системы, причастность к которой испытывает индивид (частью которой он является). Эмоциональная сфера личности не развивается и остается на инфантильном уровне, что делает взрослого человека наивным в области чувств, не способным к глубоким связям и эмоциональной привязанности и, соответственно, равнодушным к будущему своих детей и внуков. Атрофия эмоций ведет к разрушению эмоциональных связей с окружающим миром, к изолированности друг от друга, к разобщенности в обществе и, как следствие, в отношениях между родителями и детьми.

Если говорить о родителях, то очевидно, что свойственное незрелой личности эмоциональное бесчувствие может привести к отчуждению, к дезадаптации в системе

нравственных и духовных ценностей, с последующей передачей отрицательного социального опыта своим детям.

Как отмечает выдающийся психолог и психоаналитик с мировым именем Ж. Арру-Ревиди, незрелые ощущают себя ущербными, неспособными справиться с проблемами в одиночку и всегда ищут помощь, напоминающую родительскую поддержку, недостаток которой они испытывают с детства. Возможно поэтому незрелый взрослый остается ребенком, единственный интерес в жизни которого – он сам. Детство для них является не воспоминанием, а неосознанным состоянием. Модель взаимоотношений с детьми отсутствует из-за того, что не было собственной модели. Незрелые родители передают своим детям несерьезность, скудность эмоциональной жизни, что создает болезненную пустоту в жизни этих детей, видоизменяясь и превращаясь со временем во всеобъемлющую «анестезию-бесчувственность» [Арру-Ревиди, 2015, 45].

В свою очередь, эмоциональное отвержение со стороны родителей связано с ухудшением распознавания и подавлением негативных эмоций (гнева, грусти), трудностями регуляции своего эмоционального состояния [Ермолаев и др., 2009, 82].

Так, в своей книге «Незрелые родители и взрослые дети», Ж. Арру-Ревиди, пишет: «...С точки зрения науки эмоциональная незрелость рассматривается сегодня как особенность характера, представленная в структуре личности наряду с другими, или как акцентуация определенного типа» [Арру-Ревиди, 2015, 17].

Другую точку зрения на эту проблему высказывает А.Н. Лук, который относит к показателям незрелости недооценку и переоценку своих сил и способностей.

Известно, что незрелому индивиду свойственно состояние алекситимии, рассматривая которое, нужно обратить особое внимание на то, что человек является носителем незнания (он не знает, чего он не знает). Восприятие чувств окружающих сочетается с восприятием его собственных эмоций, которые являются искусственными, используются в собственных интересах и связаны с выгодой, например, чтобы адаптироваться к ситуации и вписаться в мир адекватных взаимоотношений. Всегда оставаясь в неведении относительно собственного состояния «внутреннего омертвения», эмоционально незрелые люди категорически отвергают чувственный опыт, который воспринимается ими как угроза целостности своей личности. Чувства других людей им не понятны и не воспринимаются всерьез, так как их собственные чувства игнорировались значимыми для них людьми.

Кроме того, несмотря на живость мышления и впечатление, которое незрелая личность производит на окружающих, она рассуждает шаблонно, адаптации к индивиду и к

индивидуальному нет: в общении с людьми используется трафаретность фраз и стереотипы.

Зацикленность личности на мыслях, ощущениях и стереотипах поведения рассматривает Сьюзан Дэвид, которая пишет о том, что все больше научных исследований показывает, что эмоциональная негибкость, присущая незрелой личности, приводит к появлению ряда психологических проблем, включая депрессию и тревожность. Отсутствие чувствительности к контексту и способности реагировать на мир, какой он есть в данный момент, неспособность осознавать и принимать все свои эмоции, отсутствие понимания, когда нужно или не нужно менять свое поведение, чтобы оставаться в согласии со своими намерениями и ценностями затрудняют адаптацию личности к новым обстоятельствам, связанным, например, с рождением в семье особого ребенка, серьезными заболеваниями или патологическими состояниями ребенка.

Таким образом, эмоциональная неграмотность является общей чертой незрелой личности. В ходе исследования в контексте нашей темы мы убедились, что у незрелых родителей слабо выражена способность к регуляции собственного эмоционального состояния. Не владея таким инструментарием, они с трудом поддерживают душевное равновесие и, соответственно, находясь в возбужденном или подавленном состоянии не могут обеспечить ребенку ту среду, в которой он нуждается для развития эмоциональной сферы и социализации.

Эмоциональная зрелость личности

Осуществленный нами краткий психологический анализ соответствующей литературы дает нам основание утверждать, что эмоциональное созревание связано, в первую очередь, с самопознанием, самоосознанием, знанием собственного духовного состояния. Эмоциональная зрелость – это не только открытость и приобретение нового эмоционального и духовного опыта, и через это внутреннее преображение, но и полное принятие предыдущего жизненного опыта (пусть даже негативного), следование сбалансированному, устоявшемуся взгляду на полученное воспитание (даже если детство не было идеальным), принятие и уважение к собственной целостности, уникальности, ценности. Созреть эмоционально – значит справляться со стрессом, чувствовать и идентифицировать свои эмоции и отслеживать их проявления у других людей, правильно интерпретировать эмоциональные состояния других людей, осознавая широкий спектр эмоций, быть эмоционально компетентным.

Созреть – значит не только осознавать этические, интеллектуальные, нравственные, духовные ценности, но и жить в гармонии с окружающим миром и с самим собой. Интересно отметить, что фактор гармонизации выступает на передний план даже тогда, когда

потенциального работника оценивает работодатель.

Эмоционально зрелую личность можно охарактеризовать как менее импульсивную, обладающую широким спектром реакций на какое-то событие, способную контролировать свое эмоциональное состояние (В. Knight).

Т.Д. Марцинковская видит эмоциональную зрелость в способности индивида самому отвечать за свое психическое состояние и в развитии эмоциональной саморегуляции [Марцинковская, 2014, 284].

На наш взгляд, понятие «эмоциональная зрелость» соотносится с личностью в целом и его следует рассматривать в соответствии с принципами целостности и системности. «Эмоциональная зрелость» как комплексный конструкт, отражает физическое, психологическое и духовное измерение индивида.

Таким образом, эмоциональная зрелость является одним из главных, но наименее исследованных аспектов личностной зрелости человека, в связи с чем не представляется возможным предложить законченный образец эмоциональной зрелости личности. При недостаточной разработанности проблемы в психологической науке, эмоциональная зрелость представляет тем больший интерес для детального изучения и исследования. Теоретическая и практическая важность исследования проблемы эмоциональной зрелости обнаруживается при изучении вопроса социализации детей с расстройствами аутистического спектра.

Эмоциональная зрелость личности родителей

Исходя из положения К.Д. Ушинского о том, что личность воспитывается личностью, мы полагаем, что эмоциональная зрелость родителей, как составляющая личностной зрелости, является одним из важнейших факторов семейного воспитания.

В первую очередь, хотелось бы отметить, что эмоции играют значимую роль во взаимоотношениях между супругами, что подтверждают исследования многих авторов. Например, В.А. Сысенко в качестве одной из ведущих причин супружеских конфликтов называет именно эмоциональные трудности, в частности, преобладающее наличие в контактах, спящих внутри семьи негативных, деструктивных эмоций, чувств наряду с присутствием позитивных, конструктивных эмоций, чувств.

С.В. Ковалев называет параметры нормального эмоционального взаимодействия в браке, такие как бесконфликтное общение, доверительность и эмпатия, взаимопонимание, как необходимое условие для счастья семьи.

Приведем цитату А.А. Сараевой (2003), которая в качестве наиболее значимого признака

оптимизированной семьи также называет именно личностную зрелость супругов: «Научить детей любви родители могут лишь тогда, если они сами в браке умели любить. Дать детям счастье родители могут лишь постольку, поскольку они сами нашли счастье в браке».

Дж. Гэбриэл (1969), основываясь на исследования Болдуина и Шефера, приходит к выводу о том, что личность детей в значительной мере представляет собой отражение личности родителей.

Важно отметить, что эмоционально зрелые родители способны задавать общий положительный эмоциональный тон семейной жизни. Наиболее ценно то, что такие родители вполне способны регулировать свой эмоциональный стиль поведения в зависимости от обстоятельств, возраста и потребностей ребенка. В свою очередь, как пишет В. Д. Шадриков, усвоенный от родителей – в результате подражания – эмоциональный опыт общения и поведения имеет огромное влияние на эмоциональное развитие ребенка. Закрепленные в усвоенных формах поведения эмоции и чувства переходят в черты характера, в качества личности [Шадриков, 2002, 64]. Отсутствие же эмоциональной зрелости у родителей приводит к формальному исполнению своих родительских обязанностей и трудностям, связанным с воспитанием и социализацией гармоничной личности.

Социально-психологические индикаторы эмоциональной зрелости личности

В качестве социально-психологических индикаторов эмоциональной зрелости личности, основываясь на исследованиях А.С. Спиваковской (2000), Е.Н. Спиревой, А.Г. Лидере (2001), Т.М. Марютиной (2002), З.А. Зимелевой (2001) мы выделили ряд качеств, сгруппировав их по категориям:

1) Детско-родительские отношения:

- Понимание. Чуткий родитель улавливает малейшие признаки перемены в эмоциональном состоянии ребенка, безошибочно интерпретирует подаваемые им сигналы, воспринимая его поведение не искаженно, проявляет эмпатию по отношению к ребенку.
- Отзывчивость. Адекватное своевременное реагирование, понимание и удовлетворение нужд ребенка с учетом возрастных особенностей и потребностей.
- Сотрудничество. Эмоциональное общение, взаимодействие, чуткое воспитание с уважительным отношением к автономии ребенка.

-
- Принятие. Взрослый готов выносить трудности, связанные с заботой о ребенке, способен справляться с возникающими негативными эмоциями, замечая их положительными, терпимо относиться к индивидуальным особенностям ребенка;
 - Осознанность собственных чувств и эмоций ребенка;
 - Детско-родительская привязанность;
 - Отношение к ребенку и к болезни ребенка.
- 2) Психологическое благополучие, проявляющееся в принятии и уважении к собственной целостности и уникальности, любовь и понимание себя, которые, по словам Э. Фромма, не могут быть отделены от уважения, любви и понимания другого человека.
- 3) Эмоциональный интеллект, проявляющийся в:
- способности отслеживать изменения собственного эмоционального состояния, идентифицировать свои эмоции, способности правильной интерпретации условий, приводящих к переменам в настроении, установление целей и задач для изменения настроения (Г. Гарднер);
 - способности к уверенной интерпретации чувств и поступков других людей;
 - наличию разумного баланса между осознанием собственных чувств и отслеживанием их проявления у других людей;
 - согласовании действий с действиями других через внимание к эмоциональному состоянию друг друга и построению предположений о том, что люди будут говорить и какие действия предпримут;
 - способности регулировать негативные чувства (гнев, враждебность), эффективно управлять своими чувствами (преобразование негативных эмоций и возвращение к естественному состоянию). Сложившиеся способы сдерживания, контролирования или модификации негативных эмоций должны быть в арсенале зрелой личности;
 - способности эмоционально-адекватного реагирования на различные ситуации и поиска решения проблемы (Г.С. Сухобская);
 - проявлении уважения к эмоциям и чувствам других людей;
- 4) Эмпатия как способность осознавать свое эмоциональное состояние, чтобы хорошо понимать эмоции других людей, «вчувствовываться» в другого, владение техникой управления своими эмоциями и умение «отделять от себя не свои переживания», абстрагироваться [Шабанов, 2006, 151];
- 5) Способность любить, прощать других людей, проявлять терпимость, незлобие, благодаря которым достигается внутренний покой и эмоциональное благополучие [Архипова,
-

Михайлова, 2017, 43];

6) Владение навыками хорошей саморегуляции функциональных состояний для поддержания душевного равновесия и эмоционального благополучия, хорошая приспособляемость к условиям своей жизни (уверенность в себе, позитивный настрой, легкая адаптация к изменениям) (П. Саловэй);

7) Устойчивость к фрустрации или стрессу.

Качества, необходимые для регулирования своих эмоциональных состояний, для преодоления состояний фрустрации и столь необходимые при формировании как супружеских, так и воспитательных отношений, Э. Эйдемиллер и В. Юстицкис отнесли к психологическим семейно-необходимым качествам, которые позволяют успешно справляться с проблемами, возникающими в ходе семейной жизни [Эйдемиллер, Юстицкис, 2009].

В современной психологической консультативной и коррекционной практике задача диагностики эмоциональной зрелости, а также конкретных ее критериев играет, по нашему мнению, немаловажную роль, так как позволяет не только установить причины нарушений в функционировании семейной системы, но и определить дальнейшие направления работы с семьей. В связи с этим мы представили систему признаков некоторых социально-психологических индикаторов, позволяющих оценить отклонения и уровень эмоциональной зрелости личности родителей (таблица 1).

Итак, в приведенной ниже таблице представлено обобщение диагностических признаков эмоциональной зрелости родителей в соотнесении с индикаторами идентификации и методиками, которые позволяют измерять и оценивать уровень развития составляющих эмоциональной зрелости.

Таблица 1 - Диагностические признаки эмоциональной зрелости личности родителей

Индикаторы идентификации	Признаки эмоциональной зрелости	Признаки эмоциональной незрелости	Методики диагностирования
Детско-родительская привязанность	Безопасная детско-родительская связь (открытость для эмоционального контакта, эмоциональная доступность, эмоциональный отклик, отзывчивость)	Небезопасная привязанность: избегающая, тревожная, дезорганизованная (эмоциональная отчужденность, порождающая тревогу, стыд, чувство вины и др.)	Методика оценки привязанности и определения ее типа М. Эйнсворт (M.D. Ainsworth, 1969)
Детско-родительские отношения и взаимодействие, стиль воспитания	Эмоциональная близость, сотрудничество, эмоциональное взаимодействие, принятие личностных качеств и поведенческих проявлений ре-	Равнодушие, эмоциональная дистанция, отвержение, непоследовательность эмоциональная неуравновешенность, тре-	Опросник изучения взаимодействия родителей с детьми (BPP) (2000)

Индикаторы идентификации	Признаки эмоциональной зрелости	Признаки эмоциональной незрелости	Методики диагностирования
	бенка, уважение, авторитетный стиль воспитания	вожность и др. Авторитарный, индифферентный, попустительский стили воспитания	
Эмпатия	Гуманистическая эмпатия	Эгоцентрическая эмпатия.	Опросник для диагностики способности к эмпатии. Опросник А. Меграбяна и Н. Эпштейна, 1978
Эмоциональный интеллект	Эмоциональная компетентность	Эмоциональная безграмотность	Методика Н. Холла на эмоциональный интеллект; Опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» Д.В. Люсин (2004)
Тревожность	Умеренная тревожность	Личностная тревожность	Шкала реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина (1976,1978)
Отношение к ребенку	Оптимальный эмоциональный контакт	Излишняя эмоциональная дистанция или излишняя концентрация на ребенке	Методика оценки отношения родителей к ребенку и жизни в семье (PARI) (Е.С. Шефер, Р.К. Белл; Адаптация Т.В. Нещерет), 2001
Отношение к болезни ребенка	Положительные, эмоционально-позитивные установки родителей в отношении особенностей развития, динамики лечения, темпах улучшения состояния ребенка. Умеренная тревожность, принятие личности ребенка с аномальным развитием	Напряженность, тревога, гипернозогнозия, анозогнозия, экстернальный контроль, интернальное отношение к состоянию ребенка	Методика диагностики отношения к болезни ребенка (ДОБР). Опросник В.Е. Кагана и И.П. Журавлевой (2004)
Психологическое благополучие	Невыраженные признаки тревожности, депрессии, напряженности, агрессивности. Удовлетворенность жизнью, преобладание позитивных эмоций над негативными	Психологический дистресс (тревога, враждебность, конфликтность, напряженность и др.)	Шкала субъективного благополучия (ШСБ) в адаптации М.В. Соколовой (1993)
Регуляция эмоций	Изменение отношения к ситуации с целью управления эмоциями	Подавление эмоциональной экспрессии	Опросник регуляции эмоций (ОРЭ) (Gross, John, 2003) в адаптации И.Н. Дорофеевой, М.А. Падун, 2012
Эгоцентризм	Почтительное, внимательное отношение к другим, уважение к эмоциям и чувствам других людей, деятельность человека направлена на других людей	Конфликтность, эгоизм, прагматизм. Взгляд и оценка всего происходящего только с позиции собственных реакций	Опросник личностного эгоцентризма (Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М., 2002)

Представленные выше индикаторы выявляют разными способами (психологические тесты, опросники, интервью, проективные методики и др.). В таблице мы привели методики, которые использовали в нашем исследовании эмоционального развития и эмоциональной зрелости личности родителей. Указанные индикаторы являются переменными индикаторами эмоциональной зрелости – это то, что может и должно меняться в зависимости от внешних обстоятельств и внутреннего устройства личности, которая в каждый момент жизни меняется, приобретая новый опыт и знания, в том числе о себе.

Критерии эмоциональной зрелости личности. Эмоциональная сфера в период ранней взрослости (от 20 до 40 лет) уже сформирована и стабильна. По словам А.А. Реана, в период ранней взрослости, как правило, это время родительства, человек переживает новый комплекс эмоций. Среди них – эмоции родительских отношений, которые включают в себя ряд психологических характеристик и критериев, позволяющих оценить степень и уровень эмоциональной зрелости личности родителей [Реан, 2005, 427].

Заключение

На основании проведенного нами анализа работ отечественных и западных авторов в области психологии личности, мы выделили основные критерии эмоциональной зрелости личности родителей:

- 1) родительская восприимчивость, включающая в себя понимание эмоционального состояния ребенка, отзывчивость, эмоциональную доступность, сотрудничество, принятие ребенка;
- 2) способность учитывать возрастные особенности и потребности ребенка;
- 3) способность родителей свободно и непредвзято относиться к своему детству; принятие семейных связей, своего «внутреннего ребенка»; осмысление и эмоциональное восприятие родителем собственного детского опыта, что может оказать глубокое влияние на способность удовлетворения потребностей ребенка;
- 4) способность понимать и уважать чувства других людей, с которыми мы имеем контакты, способность откликаться на чувства близких людей, что позволяет лучше распознавать собственные эмоциональные чувства и быть к ним более внимательными для лучшей осведомленности в происходящем и эффективного регулирования своей эмоциональной жизни;
- 5) креативность, которая, во-первых, связана с самоактуализацией и затрагивает скорее саму личность, нежели ее достижения, которые вторичны по отношению к зрелой

-
- личности, во-вторых, имеет экспрессивную и бытийную сущность;
- 6) эмоциональный интеллект, включающий навыки внутриличностной и межличностной (социальной) компетентности;
 - 7) «эмоциональная интуиция», заключающаяся в способности согласования своих действий с действиями других через внимание к эмоциональному состоянию друг друга и построению предположений о том, что люди будут говорить и какие действия предпримут;
 - 8) эмоциональная гибкость, в основе которой лежит: способность преодолевать заученные или запрограммированные когнитивные и эмоциональные реакции, чтобы жить настоящим, четко осознавать и оптимально реагировать на повседневные ситуации, действовать в согласии со своими внутренними ценностями; открытое изменениям чувство собственного «я»;
 - 9) чувство юмора в высшем своем проявлении – в способности пошутить не только над другими, но также и над собой;
 - 10) духовно-нравственное развитие, без которого невозможна искренность и истинность проявляемых эмоций в силу искаженной природы человека.

Наш краткий анализ работ отечественных авторов в области психологии, а также литературы, содержащей изречения святых отцов православной религии, показал очевидность того, что личностная, в частности эмоциональная зрелость связана не только с развитием способностей и навыков эмоциональной зрелости, но, что важнее, с преобразованием человеческой природы.

Представленные критерии, выделенные в работах отечественных и зарубежных авторов (А. Н. Лук, Г. М. Бреслав, П. В. Симонов, Т. Бредберри, П. Экман, Д. Гоулман, С. Дэвид и др.) наряду с приведенными выше социально-психологическими индикаторами, оценка которых позволяет делать выводы об уровне эмоциональной зрелости родителей, являются предварительными. Этот вопрос открыт для исследования. В целом же, на начальном этапе работы над эмоциональной стороной нашей природы, важно понимание актуальности, значимости и необходимости приобретения и развития навыков, формирующих в совокупности эмоциональную зрелость.

Необходимо отметить, что способность мозга к изменениям, его пластичность, связь между рациональным и эмоциональным центрами мозга, которая усиливается в процессе работы над собственным эмоциональным развитием, а также подобающие усилия обеспечивают исправление упущений в эмоциональной области и повышают уровень наших способностей

достичь успеха в работе над собой, целью которой является эмоциональное созревание. Такое созревание, как отмечает Л.Д. Столяренко, необходимо для эффективного использования интеллекта, образования и опыта, накопившегося у предшествующих поколений за многие годы, выстраивания конструктивной линии поведения в сложных социальных ситуациях, касающихся, например, психологического состояния семьи при рождении особого ребенка и принятия решений, позволяющих родителям создавать как для здорового ребенка, так и для ребенка с нетипичным развитием максимально благоприятные условия для роста и развития; обеспечивать им социально-экономическую и психологическую защиту; передавать накопленный эмоциональный и социальный опыт, чтобы в будущем они были эмоционально оснащены и социализированы; учить детей полезным прикладным навыкам и умениям, направленным на самообслуживание и помощь близким; воспитывать чувство собственного достоинства, ценности собственного «Я».

В заключение можно сказать, что тема эмоциональной зрелости личности родителей и ее влияния на формирование личности особого ребенка поистине неисчерпаема. Феномен родительского вмешательства в развитие и процесс социализации детей с расстройствами аутистического спектра, в силу его эффективности, все чаще становится объектом изучения. По данным наших исследований при недостаточной эмоциональной зрелости родителей у детей с аутизмом, кроме имеющегося комплекса нарушений и особенностей в развитии, могут появиться или усугубиться поведенческие проблемы. Напротив, в случае с эмоционально компетентными родителями детям обеспечивается более чуткая забота, с учетом потребностей их когнитивного, социального и эмоционального развития.

Следует отметить, что для формирования личности ребенка необходимо подлинное присутствие родителя и постоянная готовность заниматься ребенком. Таким образом, благодаря «родительской терапии», аутичный ребенок может достичь оптимального для него уровня развития. В данном случае трудно переоценить роль родителей, которые, обладая качествами эмоционально зрелой личности, способны наиболее эффективно помогать аутичному ребенку всесторонне развиваться, обучать ребенка способам усвоения общественного опыта, развивать его личностные качества, а в сущности, социализироваться.

В современной психологической консультативной и коррекционной практике задача диагностики эмоциональной зрелости, а также конкретных ее критериев является одним из необходимых условий, так как позволяет не только установить причины нарушений в функционировании семейной системы, но и определить дальнейшие направления работы с семьей.

В статье представлено обобщение диагностических признаков эмоциональной зрелости родителей в соотнесении с индикаторами идентификации и методиками, которые позволяют измерять и оценивать уровень развития составляющих эмоциональной зрелости личности родителей.

Приведены переменные социально-психологические индикаторы эмоциональной зрелости личности, меняющиеся в зависимости от внешних обстоятельств и внутреннего устройства личности на основе вновь приобретенного опыта и знаний, в том числе о себе.

Выделены предварительные критерии эмоциональной зрелости личности родителей – родительская восприимчивость; способность учитывать возрастные особенности и потребности ребенка; способность родителей свободно и непредвзято относиться к своему детству; принятие семейных связей; способность понимать и уважать чувства других людей; креативность; эмоциональный интеллект; эмоциональная интуиция; эмоциональная гибкость; чувство юмора в высшем своем проявлении; духовно-нравственное развитие.

Благодаря «родительской терапии» можно достигнуть значительных успехов в физическом, психическом, интеллектуальном, эмоциональном, социокультурном развитии и социализации детей с аутизмом. Эмоционально зрелые родители способны наиболее эффективно помогать аутичному ребенку всесторонне развиваться, адаптироваться в ближайшем для него окружении, готовить его к вхождению в более широкий социум, а в будущем – и к самостоятельной жизни.

Библиография

1. Арру-Ревиди Ж. Незрелые родители и взрослые дети. СПб.: Питер, 2015. 320 с.
2. Архипова М.В., Михайлова М.В. Прощение: как примириться с собой и другими. М.: Никая, 2017. 256 с.
3. Дэвид С. Эмоциональная гибкость. Как научиться радоваться переменам и получать удовольствие от работы и жизни. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2017. 304 с.
4. Ильин Е.П. Психология взрослости. СПб.: Питер, 2012. 544 с.
5. Лук А.Н. Эмоции и личность. М.: Знание, 1982. 176 с.
6. Марцинковская Т.Д. (ред.) Возрастная психология. М.: Академия, 2014. 336 с.
7. Реан А.А. (ред.) Психология человека от рождения до смерти. М.: АСТ, 2015. 656 с.
8. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. СПб.: Питер Ком, 1999. 416 с.
9. Рогов Е.И. Эмоции и воля. М.: ВЛАДОС, 2001. 240 с.
10. Шабанов С. Эмоциональный интеллект. Российская практика. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016. 432 с.

11. Шадриков В.Д. Введение в психологию: эмоции и чувства. М.: Логос, 2002. 156 с.
12. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи. СПб.: Питер, 2009. 672 с.

Social and psychological indicators and criteria of emotional maturity of parents

Gul'nara A. Evlampieva

Postgraduate,

Bashkir Academy of Public Service and Management

at the Head of the Republic of Bashkortostan,

450008, 40, Zaki Validi str., Ufa, Russian Federation;

e-mail: Zvd68@mail.ru

Abstract

In the article the general representation of the well-known domestic and foreign authors about the emotional maturation and emotional maturity of the parents' personality is considered. A brief analysis of the definitions of emotionally immature individuals is given. Some signs, causes, consequences of emotional immaturity and its impact on personal development, relationships, behavior and the future of a person are also considered. Social and psychological indicators of the emotional maturity of parents are singled out. An attempt is made to determine the main criteria for the emotional maturity of parents of children with autism spectrum disorders that will need to be taken into account by the psychologist, accompanied by psychological counseling and psychotherapeutic work with families, parents of children with autism. In turn, psychological support to parents, assistance in maturing are related to the immediate relationship of emotional maturity to the ability to create the most favorable, comfortable for communication and interaction conditions that will help overcome the difficulties in an autistic child associated with emotional experiences, communication, behavior. Preliminary criteria for the emotional maturity of the parents' personality are identified: parental susceptibility; the ability to take into account the age and needs of the child; the ability of parents to freely and impartially treat their childhood; adoption of family ties; the ability to understand and respect the feelings of others; creativity; emotional intellect; emotional intuition; emotional flexibility; sense of humor in its highest manifestation; spiritual and moral development.

For citation

Evlampieva G.A. (2017) Sotsial'no-psikhologicheskie indikatory i kriterii emotsional'noi zrelosti roditelei [Social and psychological indicators and criteria of emotional maturity of parents]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 6 (4A), pp. 92-111.

Keywords

Emotional maturity, emotional maturing, unripe personality, social and psychological indicators, criteria of an emotional maturity.

References

1. Arkhipova M.V., Mikhailova M.V. (2017) *Proshchenie: kak primirit'sya s soboi i drugimi* [Forgiveness: how to reconcile with yourself and others]. Moscow: Nikeya Publ.
2. Arrus-Revidi J. (2015) *Nezrelye roditeli i vzroslye deti* [Immature parents and grown-up children]. St. Petersburg: Piter Publ.
3. David S. (2017) *Emotsional'naya gibkost'. Kak nauchit'sya radovat'sya peremenam i poluchat' udovol'stvie ot raboty i zhizni* [Emotional flexibility. How to learn to enjoy the changes and enjoy the work and life]. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber Publ.
4. Eidemiller E.G., Yustitskis V. (2009) *Psikhologiya i psikhoterapiya sem'i* [Psychology and psychotherapy of the family]. St. Petersburg: Piter Publ.
5. Il'in E.P. (2012) *Psikhologiya vzroslosti* [Psychology of Adulthood]. St. Petersburg: Piter Publ.
6. Luk A.N. (1982) *Emotsii i lichnost'* [Emotions and personality]. Moscow: Znanie Publ.
7. Martsinkovskaya T.D. (ed.) (2014) *Vozrastnaya psikhologiya* [Age psychology]. Moscow: Akademiya Publ.
8. Rean A.A., Kolominskii Ya.L. (1999) *Sotsial'naya pedagogicheskaya psikhologiya* [Social pedagogical psychology]. St. Petersburg: Piter Kom Publ.
9. Rean A.A. (ed.) (2015) *Psikhologiya cheloveka ot rozhdeniya do smerti* [The psychology of human from birth to death]. Moscow: AST Publ.
10. Rogov E.I. (2001) *Emotsii i volya* [Emotions and will]. Moscow: VLADOS Publ.
11. Shabanov S. (2016) *Emotsional'nyi intellekt. Rossiiskaya praktika* [Emotional intelligence. Russian practice.]. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber Publ.
12. Shadrikov V.D. (2002) *Vvedenie v psikhologiyu: emotsii i chuvstva* [Introduction to psychology: emotions and feelings]. Moscow: Logos Publ.