

**Степаненко Л.В.**

Донбаський державний педагогічний університет

## ПРОБЛЕМА ДІАГНОСТИКИ ЕМОЦІЙНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

*У статті представлено теоретичний аналіз проблеми копінг-ресурсів особистості. Проаналізовано діагностичний інструментарій дослідження особистісних емоційних властивостей та копінг-стратегій. Проведено порівняльний аналіз особливостей взаємозв'язку копінг-стратегій та особистісних емоційних властивостей у переселенців та студентів у стресових ситуаціях.*

*Визначено кількісні та якісні характеристики зв'язків копінг-стратегії з особистісними емоційними властивостями у переселенців та студентів. Доведено взаємозв'язок емоційних властивостей з інтегральним емоційним показником. Найбільшу кількість взаємозв'язків з особистісними емоційними властивостями утворює копінг-стратегія «втеча-уникнення». У переселенців копінг-стратегії «конфронтація», «пошук соціальної підтримки» пов'язані з інтенсивністю емоцій. Стратегія «дистанціювання» корелює з емоційною чуйністю та оптимістичністю. Стратегія «прийняття відповідальності» пов'язана з емоційною стійкістю, експресивністю, оптимістичністю. Копінг-стратегії «самоконтроль», «планування розв'язання проблем» мають зворотні зв'язки з показниками емоційної збудливості, емоційної лабільності, оптимістичності. Копінг-стратегія «позитивна переоцінка» не показала кореляційних зв'язків з емоційними властивостями переселенців. У студентів копінг-стратегія «пошук соціальної підтримки» корелює з емоційною збудливістю, інтенсивністю емоцій, емоційною чуйністю, оптимістичністю. Копінг-стратегія «прийняття відповідальності» корелює з емоційною лабільністю. Стратегії «дистанціювання», «конфронтація», «позитивна переоцінка», «самоконтроль», «планування розв'язання» проблем не показали кореляційних зв'язків з емоційними властивостями студентів.*

*Встановлені розбіжності між показниками інтенсивності, емоційної лабільності та емоційної стійкості в переселенців та студентів. Доведено, що переселенці під час стресової ситуації використовують більш різноманітний репертуар копінг-стратегій у взаємозв'язку з емоційними властивостями порівняно зі студентами під час екзаменаційної сесії. Отримані результати експериментального дослідження дали змогу отримати нові дані в розумінні механізмів емоційної саморегуляції особистості.*

**Ключові слова:** копінг-ресурси, емоційне збудження, глибина та інтенсивність емоцій, емоційна лабільність, інтенсивність емоцій, емоційна стійкість, емоційна чуйність, експресивність, оптимістичність.

**Постановка проблеми.** У теоріях копіngu проблема копінг-ресурсів як порівняно стабільних характеристик особистості і соціального середовища досить добре розроблена і конкретизована. До копінг-ресурсів відносять когнітивні ресурси, особливості інтерінтраперсонального розвитку (Я-концепція, локус контроль, агресія), особливості міжособистісної комунікації (емпатія, афіліація, сензитивність), сприймання соціальної підтримки, підтримка соціальних мереж. Я-концепція особистості входить до системи найважливіших копінг-ресурсів, що визначають адаптивне або дезадаптивне функціонування копінг-процесу загалом. Емпіричні дані показали взаємозв'язок між характеристиками Я-концепції й копінг-поведінкою [1].

Дослідження регуляторних функцій самооцінки як центральної ланки Я-концепції підтверджують її зв'язок з успіхом або невдачею додання стресу. Цей процес включає зворотний зв'язок від багатьох попередніх успішних або неуспішних спроб купірування впливів. Висока самооцінка створює реакції на події більш емоційно важкими, якщо стрес виникає, дозволяє справлятися з ним досить успішно. Труднощі додання стресу у разі низької самооцінки пов'язані з негативним самосприйняттям. Має місце, по-перше, більш високий рівень страху або тривожності під дією загрози; по-друге, неадекватна оцінка своїх здібностей; і по-третє, низька енергійність у прийнятті превентивних заходів і, ймовірно, фатальні переконання.

Серед когнітивних копінг-ресурсів виділяється креативність особистості як засіб перевтілення у складних обставинах. У літературі, присвяченій психологічним факторам, які впливають на ефективність додання стресу, найчастіше розглядаються специфічні когнітивні тенденції, що визначаються особливістю сприйняття, оцінкою стресової ситуації й відповідно вибором стратегії поведінки.

Локус контроль особистості входить у систему найважливіших копінг-ресурсів. Дж. Роттор відзначав відмінності в характері реагування на стрес у осіб із зовнішнім («екстернали») і внутрішнім («інтернали») локусом контролем. Екстернали сприймають більшість подій як результат випадковостей, контрольованих силами, не підвладними людині. Інтернали, навпаки, відчувають, що тільки деякі події знаходяться поза сферою людського впливу. Таким чином, почуття володіння собою вони можуть розвивати настільки, що це дозволяє їм більш успішно справлятися зі стресовими ситуаціями.

Емпатія, будучи одним з важливих копінг-ресурсів особистості, розглядається як складне утворення у структурі особистості. Таке почуття визначається ступенем емоційної активності й відповідно здатністю диференціювати найтонші відтінки гами переживань, почуттів і станів в іншій людині та у собі. Водночас емпатія виступає як підсумок позитивного емоційного досвіду індивіда. Цей досвід тісно пов'язаний з найважливішими характеристиками інтелектуального та поведінкового плану, зокрема, з критичністю мислення, конструктивністю вчинків у разі надання допомоги іншим і перетворення ситуацій когнітивного та емоційного конфлікту в нові можливості особистісного зростання.

На думку Л.Ф. Бурлачука, необхідність у копінг-стратегіях з'являється в кризових ситуаціях і покликана знизити психологічне напруження і тривожність, інтенсивність яких зумовлена щонайменше двома обставинами: особистісним, суб'єктивним фактором і реальною ситуацією. Під суб'єктивним фактором слід розуміти особистісні характеристики, якими визначається інтенсивність психологічного дискомфорту [2]. Очевидно, що кожна особистісна змінна у системі взаємодії має певне місце і специфічне функціональне значення. Їх системна організація визначає або продуктивне додання, або зниження рівня продуктивності поведінки опанування. Для рефлексії і саморегуляції важливі такі якості, як самовідношення, рівень суб'єктивного контролю,

смісловиттєві орієнтації, які позитивно взаємодіють з проблемно-орієнтованим стилем або субстилем соціального відволікання, що забезпечують високий рівень адаптованості суб'єкта. Підвищений рівень депресивності, особистісної тривожності, самотності і песимізму позитивно взаємодіють з емоційно орієнтованим стилем, униканням, відволіканням і сприяють зниженню рівня адаптованості. Встановлено також, що емоційно-фокусовані способи додання з дистресом більш узагальнені, ніж способи вирішення важких ситуацій, що вимагають більшої специфіки когнітивно-поведінкових зусиль. Емоційно орієнтований копінг-стиль значною мірою детермінується диспозиційним фактором додання, ніж інші стилі.

Серед низки факторів, що визначають ефективність копінг-поведінки, емоційні ресурси посідають значне місце. До ресурсів емоційної сфери дослідники відносять усвідомлення і прийняття своїх почуттів і емоцій, потреб і бажань, що викликають ці почуття, оволодіння соціальними формами вияву почуттів, зняття емоційної напруги, контроль динаміки переживання – усунення застрягання, неповного відреагування, зацикленості тощо. Емоційність як інтегральна властивість особистості включає основні емоційні властивості як характеристики емоційного реагування: емоційна збудливість, глибина переживання емоцій, емоційна лабільність-ригідність, емоційна чуйність, експресивність, емоційна стійкість, оптимізм-песимізм. Багато механізмів додання стресу мають виражені емоційні компоненти.

О.О. Сергієнко підкреслює, що як субсистеми контролю поведінки інтелектуальні ресурси (що забезпечують когнітивний контроль) є найбільш важливими, але недостатніми. Емоційні (інтенсивність емоцій, імпульсивність, лабільність, домінуюча «забарвленість» настрою) і вольові (здатність підпорядкувати поведінку цілям, стандартам, смислам) ресурси, доповнюючи когнітивні, становлять «ресурсну основу контролю поведінки». Регулятивна функція суб'єкта – це контроль поведінки, що є основою саморегуляції людини. Контроль поведінки виступає як інтегративна характеристика, що включає когнітивний контроль, емоційну регуляцію і контроль дій (довільність) [3]. Контроль поведінки як регулятивна функція суб'єкта заснований на ресурсах індивідуальності та її інтегративності, створюючи індивідуальний патерн саморегуляції.

З емоційних властивостей найбільш вивченим у проблемі копінг-поведінки є емоційна стійкість. Емоційна стійкість розглядається як інтегральна властивість особистості; як властивість психіки, що відображає здатність людини успішно здійснювати необхідну діяльність (життєдіяльність) у складних умовах. М.І. Дьяченко та В.А. Пономаренко вважають, що дуже важливо визначити місце і роль у психіці цієї властивості як власне емоційного компонента. На думку авторів, власне емоційними детермінантами стресостійкості поведінки є емоційна оцінка ситуації, емоційне передбачення ходу і результатів діяльності, емоційний досвід особистості (емоційні установки, образи, минулі переживання). Результати їх досліджень показують, що емоційна стійкість як якість особистості є єдністю мотиваційного, емоційного, вольового та інтелектуального компонентів. В.А. Бодров, визначаючи стресостійкість як інтегративну властивість людини, виділяє низку її суттєвих характеристик. На думку автора, механізми регуляції та особливості вияву стресостійкості людини зумовлюються характеристиками її мотивації й цілеспрямованою поведінкою, функціональними ресурсами і рівнями їх активації, особистісними рисами й когнітивними можливостями, емоційно-вольовою реактивністю, професійною підготовкою і працездатністю. Властивість стресостійкості на всіх рівнях регуляції означає стабільність функцій організму і психіки у разі впливу стрес-факторів, їх резистентність (опір) і толерантність (витривалість) до екстремальних впливів, функціональну пристосованість (адаптованість) людини до життя і діяльності в конкретних екстремальних умовах і, нарешті, здатність компенсувати надмірні функціональні зрушення (порушення) у разі впливу стресорів [4].

Підбиваючи підсумок вищевикладеного, можна сказати, що стійкість людини до стресу є однією з характеристик цього психічного стану і важливим психологічним фактором забезпечення життя і діяльності у важких ситуаціях. Дослідження природи стресостійкості, механізмів її розвитку і прояву залежно від зовнішніх умов і впливу на процеси додання стресу дозволяє не тільки зрозуміти сутність цього феномена, а й обґрунтувати шляхи і методи його оцінки, формування та підтримки. Серед предикторів вибору певних стилів додання дослідники називають різнорівневі диспозиційні характеристики. До останніх належать низка змінних, що відображають різні рівні інтегральної структури суб'єкта.

Це нейротизм, екстра/інтроверсія, тривожність, депресивність, емпатія, оптимізм/песимізм, само-ефективність, самооцінка, локус контролю; обдарованість; психометричний інтелект, академічна успішність, наукові досягнення; самовідношення, самотність, соціальний інтелект, життєві смисли як ціннісні орієнтації. Такі змінні збудовані за ієрархічним принципом ускладнення і зростаючого узагальнення якостей і властивостей: від рівня психофізіологічних, темпераментальних через рівень більш приватних афективних, когнітивних і когнітивно-поведінкових якостей до інтегрального рівня складних соціальних якостей, заснованих на рефлексії і розвиненій самосвідомості. Слід зауважити, що більшість зарубіжних авторів не досліджують так звані «великі» риси, обмежуючись особистісними конструктами так званого «середнього» рівня, такими як оптимізм, самоефективність, локус контролю, риси, пов'язані з досягненнями [5].

Очевидно, що можливість людини до активного психічного регулювання своєї діяльності не виключає ролі природних факторів, що впливають на характер поведінки і результативність діяльності. Особливо істотна роль природної основи особистості в психологічних реакціях індивіда на екстремальний вплив. Відомо, що особи емоційно реактивні показують статистично значуще погіршення тестових показників тоді, коли умови діяльності наближаються до екстремальних [4].

Дослідники одноставні у визнанні особистісної детермінації поведінки опанування. Ця поведінка визначається і регулюється спрямованістю особистості, її життєвими цінностями і мотивами, моральністю, свободою вибору, інтелектуально-творчими і психоемоційними ресурсами в найважчих життєвих ситуаціях. Проте використання у дослідженнях критеріїв з позицій внутрішнього світу людини не завжди є можливим через надзвичайну складність їх операціоналізації. Підбиваючи підсумки наукової дискусії про ресурси особистості як фактори поведінки додання, зробимо висновок. Слід говорити як про втрату або накопичення особистістю ресурсів, так і про рівень ефективності їх використання. До копінг-ресурсів відносять як властивості особистості, так і особливості сприйняття та оцінки особистістю соціальних характеристик ситуації додання стресу. Копінг-ресурси дозволяють особистості конструктивно оцінювати стресогенну ситуацію, визначати можливості діяти певним чином в її умовах і реалізовувати різні, альтернативні шляхи вирішення проблем.

**Мета статті** – здійснити порівняльний аналіз особливостей взаємозв'язку копінг-стратегій та емоційних властивостей у переселенців та студентів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Емоційні властивості досліджувалися відповідно до характеристик емоційного реагування Є.П. Ільїна, які постійно виявляються у людині, такі як: емоційна збудливість, глибина переживання емоцій, емоційна стійкість, емоційна лабільність, емоційна чуйність, експресивність, оптимізм.

Під час роботи для визначення показників емоційних властивостей особистості використовувався такий діагностичний інструментарій, як: самооціночний тест «Характеристики емоційності» Є.П. Ільїна; Фрайбургський багатофакторний особистісний опитувальник FPI; 16-факторний особистісний опитувальник Кеттелла 16PF (група емоційних властивостей); методика В.В. Бойко «Діагностика рівня емпатії»; методика емоційно-енергетичних зарядів В.В. Бойко; методика індекс життєвого задоволення в адаптації Н.В. Паніної; чотирьохмодальний емоційний опитувальник Л.А. Рабиновича. Зазначимо, що для подальшого дослідження важливим є взаємозв'язок перерахованих емоційних властивостей з інтегральним показником емоційності за методикою «Визначення емоційності» В.В. Суворової. Для дослідження копінг-стратегій використано копінг-тест Р. Лазаруса.

Відповідно до визначених Є.П. Ільїним емоційних властивостей вибрано авторський самооціночний тест «Характеристики емоційності». Методика дозволяє визначити емоційну збудливість – шкала «емоційна збудливість», глибину емоцій – шкала «інтенсивність емоцій», емоційну стійкість – шкала «тривалість емоцій».

З огляду на умови для відбору методів дослідження проаналізуємо зазначені показники емоційних властивостей на прикладі вибірки переселенців та порівняємо показники з вибіркою студентів. Отже, на вибірці переселенців встановлено кореляційний зв'язок між інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової та показником «емоційна збудливість» самооціночного тесту «Характеристики емоційності» Є.П. Ільїна ( $r = 0,488$ ). Також у студентів встановлено значущий кореляційний зв'язок між цими показниками ( $r = 0,632$ ). У переселенців виявлені кореляційні зв'язки між показником «емоційна збудливість» та показниками копінг-стратегії «втеча-уникнення» ( $r = 0,372$ ),

зворотний кореляційний зв'язок з копінг-стратегіями «самоконтроль» ( $r = -0,451$ ), «планування розв'язання проблем» ( $r = -0,395$ ). У студентів наявні прямі кореляційні зв'язки між показником емоційних властивостей «емоційна збудливість» та показниками копінг-стратегії «пошук соціальної підтримки» ( $r = 0,302$ ), «втеча-уникнення» ( $r = 0,335$ ). Переселенці відчувають тривожність, емоційне напруження, можуть легко розсердитися або заплакати, шукають шляхи розрядки негативних емоційних станів без прагнення осмислити ситуацію або зберегти контроль на нею. Студенти також шукають шляхи розрядки своїх негативних емоційних станів, але виявляють активну взаємодію з іншими для вирішення проблем.

Показник «глибина переживання емоцій» досліджувався за допомогою шкали «інтенсивність емоцій» самооціночного тесту «Характеристики емоційності» Є.П. Ільїна. У переселенців встановлено кореляційний зв'язок між інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової та показником «інтенсивність емоцій» ( $r = 0,643$ ), у студентів також визначено значущий кореляційний зв'язок між цими показниками ( $r = 0,575$ ). У переселенців виявлені кореляційні зв'язки між показником «інтенсивність емоцій» та показниками копінг-стратегій «конфронтація» ( $r = 0,304$ ), «пошук соціальної підтримки» ( $r = 0,359$ ), «втеча-уникнення» ( $r = 0,328$ ). У студентів показник «інтенсивність емоцій» ( $r = 0,575$ ) має зв'язок з показником копінг-стратегії «пошук соціальної підтримки» ( $r = 0,346$ ). Використання стратегії конфронтації говорить про те, що переселенці мають спроби вплинути на ситуацію, яка склалася, але їхня активність непослідовна та хаотична. Вони переживають негативні емоції, обурення, напруження, ці емоції досить стійкі та довгі, заважають їм адекватно сприймати дійсність. Але вони, як і студенти, готові активно взаємодіяти, спілкуватися з іншими людьми з метою подолання ситуації невизначеності.

Зазначимо, що для виявлення емоційної стійкості використовувалась шкала «емоційна стійкість» 16-факторного особистісного опитувальника Кеттелла. Також встановлено кореляційні зв'язки між інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової та показником «емоційна стійкість» 16-факторного особистісного опитувальника Кеттелла. Крім того, визначено у переселенців кореляційні зв'язки між показником «емоційна стійкість» та показником копінг-стратегії «прийняття відповідальності» ( $r = -0,337$ ); у студентів між показником «емоційна стійкість» та

показниками копінг-стратегії «пошук соціальної підтримки» ( $r = -0,324$ ), «прийняття відповідальності» ( $r = -0,314$ ).

У нашому дослідженні для аналізу показників вибрано шкалу «стійкість емоцій» самооціночного тесту «Характеристики емоційності» Є.П. Ільїна. У переселенців встановлено кореляційні зв'язки між інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової та показниками «стійкість емоцій» самооціночного тесту «Характеристики емоційності» Є.П. Ільїна ( $r = 0,435$ ), у студентів також визначено значущий кореляційний зв'язок між цими показниками ( $r = 0,554$ ). Визначено кореляційні зв'язки між показником «емоційна стійкість» та показником копінг-стратегії «прийняття відповідальності» ( $r = 0,321$ ), «втеча-уникнення» ( $r = 0,401$ ). У студентів показник «емоційна стійкість» має зв'язок з показником копінг-стратегії «втеча-уникнення» ( $r = 0,300$ ). Переживання переселенців довгі, мають депресивний відтінок, вони відчують розгубленість, дії їх непослідовні, більш пасивні. Студенти також прагнуть відійти від активних дій та не мають плану виходу зі стресової для них ситуації.

Показник «емоційна лабільність» досліджувався за допомогою шкали «емоційна лабільність» Фрайбургського багатофакторного особистісного опитувальника FPI. Встановлено кореляційні зв'язки між інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової та показником «емоційна лабільність» ( $r = 0,469$ ), між показником «емоційна лабільність» та показниками копінг-стратегії «планування розв'язання проблем» ( $r = -0,300$ ). У студентів показник «емоційна лабільність» має зв'язок з інтегральним показником емоційності ( $r = 0,479$ ) та показниками копінг-стратегії «прийняття відповідальності» ( $r = 0,322$ ), «втеча-уникнення» ( $r = 0,505$ ). Переселенці відчують себе пригніченими, у них переважає поганий настрій, вони дуже хвилюються, швидко втомлюються, не мають ніякого бажання виявляти будь-яку активність. Труднощі студентів також виводять з рівноваги, вони впадають у стан безпорадності, без прагнення осмислити ситуацію та вирішувати свої проблеми.

Встановлено кореляційні зв'язки між інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової та показником «емоційна чуйність» за шкалою «емоційний канал емпатії» методики В.В. Бойко ( $r = 0,346$ ) та показниками копінг-стратегії «пошук соціальної підтримки» ( $r = 0,396$ ), «втеча-уникнення» ( $r = 0,382$ ) у пере-

селенців. У студентів наявні кореляційні зв'язки між показником «емоційний канал емпатії» та показниками копінг-стратегії «дистанціювання» ( $r = 0,338$ ). Переселенці приймають близько до серця проблеми інших, мають гостру потребу в захисті, співчутті. Для цього вони активно взаємодіють, спілкуються, таким чином послаблюють емоційну напругу. Студенти, навпаки, маючи потребу в співчутті, подоланні негативних переживань у разі стресової ситуації, суб'єктивно знижують її значущість.

Також для виявлення емоційної чуйності було використано 16-факторний особистісний опитувальник Кеттелла шкала «емоційна чуйність». Але цей показник не показав значущих кореляційних зв'язків з інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової.

Наявні кореляційні зв'язки між інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової та показником «емоційно-енергетичних зарядів» ( $r = 0,452$ ), який дозволяє визначити експресивність. Також у переселенців встановлено кореляційні зв'язки між показником «емоційно-енергетичний заряд» та показниками копінг-стратегії «прийняття відповідальності» ( $r = 0,403$ ), «втеча-уникнення» ( $r = 0,421$ ). У студентів виявлено кореляційні зв'язки між інтегральним показником емоційності та показником «емоційно-енергетичних зарядів» ( $r = 0,678$ ), між показником «емоційно-енергетичних зарядів» та копінг-стратегією «втеча-уникнення» ( $r = 0,328$ ). Переселенці, відчуючи розгубленість, невпевненість, прагнуть мобілізувати свої сили для стримування негативних емоційних переживань. Студенти завдяки стратегії втеча-уникнення не виявляють активність, відчують тривогу, емоційне напруження, але зберігають надію на позитивний результат.

Показник «експресивність» також досліджувався нами за 16-факторним особистісним опитувальником Кеттелла – шкала «експресивність». Але цей показник не показав значущих кореляційних зв'язків з інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової.

Показник «оптимістичність» досліджувався за шкалою «гарний настрій» методики індекс життєвого задоволення в адаптації Н.В. Паніної та чотирьохмодального емоційного опитувальника Л.А. Рабиновича. Показник шкали «гарний настрій» методики індекс життєвого задоволення в адаптації Н.В. Паніної не показав значущих кореляційних зв'язків з інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової.

За показником оптимістичності чотирьохмодального емоційного опитувальника Л.А. Рабиновича встановлено кореляційні зв'язки з інтегральним показником емоційності за методикою В.В. Суворової ( $r = 0,488$ ) та показниками копінг-стратегії «конфронтація» ( $r = 0,421$ ), «прийняття відповідальності» ( $r = 0,386$ ), «планування розв'язання проблем» ( $r = -0,357$ ). У студентів показник «оптимістичність» має зв'язок з інтегральним показником емоційності ( $r = 0,399$ ) та показниками копінг-стратегії «пошук соціальної підтримки» ( $r = 0,401$ ). Переселенці прагнуть вирішувати проблеми, здійснюють дії, спрямовані на відреагування негативних емоцій у зв'язку зі стресовою ситуацією. Виявляють активність, енергійність, що забезпечує їм здатність до подолання стресової ситуації. Студенти активно взаємодіють з оточуючими, стурбовані стресовою ситуацією, але вони досить упевнені у собі й позитивно налаштовані на вирішення своїх проблем.

У результаті аналізу за t-критерієм Стьюдента розбіжності між показниками емоційних властивостей у переселенців та студентів досягають рівня значущості. Так, у переселенців та студентів розбіжності показників «інтенсивність» ( $t=4,47$ ;  $p<0,001$ ), «емоційна лабільність» ( $t=2,76$ ;  $p<0,001$ ) та «емоційна стійкість» ( $t=2,50$ ;  $p<0,001$ ) значущі.

Висновки з проведеного дослідження. Вибір копінг-стратегій у стресовій ситуації значною мірою визначається емоційними властивостями особистості. Під час стресової ситуації переселенці використовують широкий репертуар копінг-стратегій. Найважливіша кількість кореляційних зв'язків між показниками копінг-стратегій та показниками емоційних властивостей як у переселенців, так і у студентів. Найбільшу кількість

взаємозв'язків з особистісними емоційними властивостями утворює копінг-стратегія втеча-уникнення. У переселенців копінг-стратегії «конфронтація», «пошук соціальної підтримки» пов'язані з інтенсивністю емоцій. Стратегії «дистанціювання», «прийняття відповідальності» корелюють з емоційною чуйністю, оптимістичністю, емоційною стійкістю, експресивністю. Копінг-стратегії «самоконтроль», «планування розв'язання проблем» мають зворотні зв'язки з показниками емоційної збудливості, емоційної лабільності, оптимістичністю. Копінг-стратегія «позитивна переоцінка» не показала кореляційних зв'язків з емоційними властивостями переселенців. У студентів копінг-стратегії «пошук соціальної підтримки», «прийняття відповідальності» корелюють із емоційною збудливістю, інтенсивністю емоцій, емоційною чуйністю, оптимістичністю, емоційною лабільністю. Стратегії «дистанціювання», «конфронтація», «позитивна переоцінка», «самоконтроль», «планування розв'язання проблем» не показали кореляційних зв'язків з емоційними властивостями студентів.

Визначено діагностичний інструментарій для дослідження емоційних властивостей особистості. Встановлені розбіжності між показниками інтенсивності, емоційної лабільності та емоційної стійкості в переселенців та студентів. Отримані взаємозв'язки копінг-стратегій з емоційними властивостями дозволяють скласти цілісний конструкт емоційної саморегуляції особистості.

Перспективними у цьому напрямі вважаємо дослідження розширеного репертуару емоційних властивостей особистості та їх зв'язку з такими механізмами емоційної саморегуляції, як механізми психологічного захисту.

#### Список літератури:

1. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни : монография. Санкт-Петербург : Издательство СПб ГМУ, 2009. 136 с.
2. Никоненко І.О. Особистісні чинники формування копінг-стратегій лікарів-хірургів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2017. 200 с.
3. Сергиенко Е.А. Контроль поведения как основа саморегуляции. *Южно-российский журнал социальных наук*. 2018. Т. 19. № 4. С. 130–146.
4. Бодров В.А. Информационный стресс : учебное пособие для вузов. Москва : ПЕР СЭ, 2000. 352 с.
5. Ветрова И.И. Связь совладающего поведения с контролем поведения и психологической защитой в системе саморегуляции. *Совладающее поведение: современное состояние и перспективы* : сборник статей. 2008. С. 179–196.

**Stepanenko L.V. THE PROBLEM OF DIAGNOSTICS OF EMOTIONAL PROPERTIES AND COPING STRATEGIES OF IMMIGRANTS**

*The article presents the theoretical analysis of the problem of coping resources of the individual. The diagnostic instrumentarium for studying personal emotional properties and coping strategies is analyzed. The comparative analysis of the peculiarities of interrelation between coping strategies and personal emotional properties in immigrants and students in stressful situations is carried out.*

*The quantitative and qualitative characteristics of the connections of coping strategy with personal emotional properties in immigrants and students are determined. The interrelation of emotional properties with the integral emotional index is proved. The largest number of interrelations with personal emotional properties is formed by the coping strategy escape-avoidance. In immigrants, the coping strategies of confrontation and search for social support are associated with the intensity of emotions. The strategy of distancing correlates with emotional sensitivity and optimism. The strategy of taking responsibility is associated with emotional stability, expressiveness, optimism. The coping strategies of self-control, problem-solving planning have feedback with the indicators of emotional excitability, emotional lability, optimism. The coping strategy of positive reassessment has not shown correlations with the emotional properties of the immigrants. In students, the coping strategy of seeking social support correlates with emotional excitability, emotional intensity, emotional sensitivity, optimism. The coping strategy of taking responsibility correlates with emotional lability. The strategies of distancing, confrontation, positive reassessment, self-control, problem-solving planning have not shown correlations with students' emotional properties.*

*The differences between the indicators of intensity, emotional lability, and emotional stability in immigrants and students are established. It is proved that immigrants use a more diverse repertoire of coping strategies in interrelation with emotional properties during a stressful situation than students during their examination session. The results of the experimental study obtained make it possible to receive new data in understanding the mechanisms of emotional self-regulation of the individual.*

**Key words:** coping resources, emotional excitability, depth and intensity of emotions, emotional lability, emotional intensity, emotional stability, emotional sensitivity, expressiveness, optimism.