

## **К ВОПРОСУ ГЕНДЕРНЫХ РАЗЛИЧИЙ В ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ ЛИЧНОСТИ**

В гендерной психологии, области научного знания, нацеленной на изучение психологических характеристик, социальных ролей и особенностей поведения представителей мужского и женского пола, значительное место отводится исследованию эмоционального мира личности. Различия в эмоциональной сфере мужчин и женщин большинство психологов связывают с особенностями социализации. Изучая гендерные различия, учёные уделяют внимание проявлению конкретных видов эмоций, специфике возникновения и развития эмоциональных состояний, обращаются к ситуациям, вызывающим различные эмоциональные явления.

Важность приобретает положение о том, что на выражение эмоций влияет система убеждений, относительно половых различий, содержащая представления личности относительно того, как мужчины и женщины должны эмоционально реагировать в тех либо иных ситуациях. Согласно К.Г. Юнгу, у мужчины в процессе воспитания чувствования подавляются, в то время как у женщин они доминируют.

Е.П. Ильин, ссылаясь на исследования зарубежных и российских авторов, отмечает, что у женщин весьма желательна эмоциональная зависимость от противоположного пола. в то время как для мужчин такое обстоятельство считается негативным. Мужчины чаще сдерживают проявление эмоций, чем женщины, и больше нуждаются в эмоциональном участии. При этом представители сильного пола чаще игнорируют эмоциональные проблемы. Как у мужчин, так и у женщин распространен эмоциональный тип, у которого доминирует радость при равенстве страха и гнева. Кроме того, у мужчин наиболее распространенной является структура эмоциональности, в которой гнев и радость преобладают над страхом, а у женщин наиболее распространена структура эмоциональности, в которой доминируют радость и страх. Эти положения согласуются с имеющимися в литературе данными о большей выраженности у мужчин прямой физической и вербальной агрессии [1].

По данным экспериментального исследования П.А. Ковалева, у лиц женского пола больше выражена вспыльчивость (эмоциональная возбудимость), в то время как в отношении обидчивости существенных половых различий не выявлено. Однако оценки собственной мстительности у лиц мужского пола выше, чем у лиц женского пола. [2].

А.О. Прохоров, изучая семантические пространства психических состояний личности в юношеском возрасте, установил, что у женщин центральной составляющей суждений о наслаждении является физиологическая характеристика «расслабленность», а у мужчин –

эмоциональная – «радость». Им также исследовались различия в поведенческих реакциях мужчин и женщин в сложных, неравновесных состояниях: у женщин, согласно учёному, поведение менее контролируемо, более бурно, менее предсказуемо, т.е. выраженной становится внешняя сторона при относительном «внутреннем спокойствии». У мужчин наблюдались противоположные реакции. [3].

Необходимо отметить, что вопрос неоднозначности реагирования человека в сложных, стрессовых ситуациях приобретает особую актуальность. Согласно В.А. Бодрову, способность гибко и своевременно реагировать на предъявляемые стрессорами требования является центральной в сохранении хорошего самочувствия. Преодоление будет более успешным, если реакции индивида соответствуют требованиям ситуации. Одним из важных параметров потенциального соответствия между преодолением и ситуационными оценками является воспринимаемый контроль над ситуацией. Способность использовать как активные, так и пассивные формы преодоления может привести к более эффективному результату, чем использование только одного стиля или способа преодоления [4].

Специалистами в области кризисной психологии подчёркивается важная роль профилактических образовательных мероприятий для формирования необходимых навыков адаптивного поведения в сложных, стрессовых ситуациях. В контексте названной задачи нами осуществлена диагностика, направленная на изучение совладающего поведения в стрессовой ситуации у студентов заочного отделения факультета русской филологии БГПУ (возраст опрашиваемых – 18 – 25 лет). В рамках проведенного исследования выявлялись представления о том, каким образом испытуемые реагируют в сложной, стрессовой ситуации. Результаты контент-анализа ответов в женской выборке показали, что для женщин наиболее типичными являются следующие способы реагирования:

- уединение, мысленное воспроизведение ситуации – 74%;
- бурное выражение эмоций (плачь, крик и т.д.) – 69%;
- обращение за помощью и поддержкой к близким людям – 57%;
- забота о себе (релаксационные и косметические процедуры и т.д.) – 31%;
- агрессия – 27%;
- физические нагрузки, спорт – 21%;
- работа – 17%.

Ответы в мужской выборке продемонстрировали, что характерными способами реагирования в сложной, стрессовой ситуации для мужчин являются:

- физические нагрузки, спорт – 81%;
- работа – 64%;
- агрессия – 36%;
- анализ ситуации – 28%;

- осуществление действий, направленных на изменение ситуации – 28%.

Дальнейшая обработка данных установила отсутствие значимых различий в категории «агрессия» ( $p < 0,09$ ;  $\varphi^*$ ) и подтвердила наличие значимых различий в остальных представленных категориях ( $p < 0,01$ ;  $\varphi^*$ ).

Полученные результаты дают основания акцентировать внимание на влиянии социальных и культурных детерминант при объяснении гендерных различий в способах реагирования в сложных, стрессовых ситуациях. Вероятно, различия в ответах испытуемых обусловлены представлениями о том, каким в пределах культурных норм должно быть поведение представителей различных полов, полярностью гендерных ролей. Осмысление личностью собственных способов реагирования в стрессовых ситуациях может способствовать расширению её репертуара копинг – стратегий.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Изд-во «Питер», 2001. – 752 с.
2. Ковалев, П.А. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения: Автореф. дис. ...канд. наук. - СПб., 1996. – 21 с.
3. Прохоров, А.О. Психология неравновесных состояний / А.О. Прохоров. - М: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998. - С. 25 - 37.
4. Бодров, В.А. Информационный стресс / В.А. Бодров. – М: Изд-во «ПЕРСЭ», 2000. - 352 с.

**Е.Е. Миронова,**

*Женский институт ЭНВИЛА*

## **ВЛИЯНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА**

Психическое здоровье – интегральная характеристика полноценного психического функционирования индивида. Понимание природы и механизмов поддержания, нарушения и восстановления психического здоровья тесно связано с общим представлением о *личности* и механизмах ее *развития*.

Здоровый человек – счастливый, живущий в гармонии с самим собой, не ощущающий внутреннего разлада, но первым никогда не нападающий и пр. Основные потребности: физиологические, потребность в безопасности, потребность в привязанности и любви, потребность в уважении, потребность в самоактуализации, т.е. в выражении присущих личности способностей (А. Маслоу). Нарушение гармоничности отношений, как в личной, так и в межличностной сферах приводит к нарушению эмоциональной сферы,