

Развитие человека в современном мире. 2023. № 3
Human Development in the Modern World. 2023, no. 3

Научная статья

УДК 159.9

Эмоциональные проявления психологического пространства личности в период средней зрелости

Екатерина Олеговна Ермолова¹

¹*Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия*

Аннотация. Динамично-расширяющаяся и изменяющая темп жизни современного человека социокультурная ситуация оказывает колоссальную нагрузку на эмоциональное состояние, направленность и самочувствие личности, оказывая воздействие на психологическое пространство, его суверенность и границы. Целью этой статьи явилось представление результатов эмпирического исследования, направленного на выявление особенностей взаимосвязи показателей психологического пространства и эмоциональных проявлений у мужчин и женщин в период средней зрелости. В исследовании приняли участие 50 респондентов в возрасте от 39 до 46 лет, русские. Эмпирическим методом сбора данных явилось тестирование с помощью методик: «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартовой-Бачавер, «Границы Я» Н. Браун в адаптации Е. О. Шамшиковой, «Самочувствие, активность, настроение» М. П. Мирошниковой, Н. А. Лаврентьевой и др., «Шкала дифференциальных эмоций» К. Изарда, «Определение эмоциональности» В. В. Суворова, «Самооценка эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса, «Определение общей эмоциональной направленности личности» Б. И. Додонова. В исследовании проведен сравнительный анализ результатов женской и мужской выборок (U-Манна-Уитни) и корреляционный анализ (rs-Спирмана). Было выявлено, что основные составляющие функционального психоэмоционального состояния у женщин выше, чем у мужчин. Установлены многочисленные связи между измерениями суверенности психологического пространства и его границ, и эмоциональными проявлениями личности. Так, женщины чувствуют себя более легко и свободно в выборе друзей и налаживании социальных контактов, чем мужчины, также им легче реализовывать свои потребности в личных вещах. Мужчины больше, чем женщины склонны отстаивать свои ценностные установки, а также способность удерживать индивидуальную дистанцию у мужчин выше, чем у женщин. Зато женщины превосходят мужчин по эмоциональности и по коммуникативной эмоции, можно утверждать, что женщины быстрее и легче приспосабливаются к окружающей среде, более легко и свободно чувствуют себя в общении с окружающими, т. к. не так категоричны в своих суждениях, как мужчины.

Ключевые слова: эмоциональные проявления, суверенность, психологическое пространство, эмоции, средняя зрелость, активность, настроение, самочувствие.

Для цитирования: Ермолова Е. О. Эмоциональные проявления психологического пространства личности в период средней зрелости // Развитие человека в современном мире. 2023. № 3. С. 37–52.

Original article

Emotional manifestations of psychological space of personality in the period of middle adults

Ekaterina O. Ermolova¹

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

Abstract. Putting a colossal burden on the emotional state, emotional orientation and well-being of the individual, the dynamically expanding and changing pace of life of a modern person socio-cultural situation also affects the psychological space of the individual, his sovereignty and boundaries. The purpose of this article was to present the results of an empirical study aimed at identifying the characteristics of the relationship between indicators of psychological space and emotional manifestations in men and women during middle adulthood. The study involved 50 Russian respondents aged 39 to 46 years. The empirical method of data collection was testing using the following methods: “Sovereignty of psychological space” by S. K. Nartova-Bachaver, “Borders of the Self” by N. Brown, adapted by E. O. Shamshikova, “Well-being, activity, mood” by M. P. Miroshnikova, N. A. Lavrentieva et al., “Differential Emotions Scale” by K. Izard, “Definition of Emotionality” by V. V. Suvorov, “Self-assessment of emotional states” by A. Wessman and D. Ricks, “Determination of the general emotional orientation of a person” by B. I. Dodonova. The study conducted a comparative analysis of the results of female and male samples (Mann-Whitney U) and correlation analysis (Spearman's rs). It was found that the main components of the functional psycho-emotional state are higher in women than in men. Numerous connections have been established between the dimensions of the sovereignty of psychological space and its boundaries and the emotional manifestations of the individual.

Keywords: emotional manifestations, sovereignty, psychological space, emotions, middle adulthood, activity, mood, well-being.

For citation: Ermolova E. O. Emotional manifestations of psychological space of personality in the period of middle adults. *Human Development in the Modern World*, 2023, no. 3, pp. 37–52. (In Russ.)

Введение. Оказывая колоссальную нагрузку на эмоциональное состояние, эмоциональную направленность и самочувствие личности, динамично-расширяющаяся и изменяющая темп жизни современного человека социокультурная ситуация, воздействует также и на психологическое пространство личности, его суверенность и границы [4]. С другой стороны, история психоэмоционального развития психологического пространства приводит личность к определенному результату психического здоровья, что непосредственно отражается в эмоциональных состояниях и переживаниях личности как самой себя, так и окружающего мира, других людей, событий, ситуаций и т. д. [17].

В этой связи становится весьма актуальным изучение эмоциональных проявлений психологического пространства личности в период средней зрелости [1],

когда личность переживает момент подведения предварительных итогов жизни и того, чего она достигла на данный момент времени [12]; происходит пересмотр не только смысла собственного бытия, но и трансформируются границы психологического пространства [4]. К этому времени, процесс овладения собственным телом обычно уже окончательно завершен и человеку удается привыкнуть к его основным потребностям. Территориальная суверенность достигнута, и личность сполна наслаждается своей автономией. Однако ранее нарушенные телесные и территориальные границы приводят к тому, что основные задачи взросления оказываются нерешенными. Суверенность вещей в период средней зрелости уже как правило сформирована, человек уверенно владеет миром своих личных вещей и активно использует их в собственных целях. Отсутствие таковых зачастую свидетельствует об инфантильности и нарушенной организации личности (вплоть до личностного расстройства) [8]. В средней зрелости часто встречается изменение суверенности временных привычек как у женщин, так и мужчин, а также вкусов и ценностей, что связано с переживанием кризиса середины жизни.

Психологическая суверенность рассматривается как один из важных показателей личностной зрелости [10]. Психологическое пространство как целостное образование является важнейшим условием развития личности и психического здоровья человека [15]. Для личности психологическое пространство имеет личностный смысл, поэтому оно защищается всеми доступными физическими и психологическими средствами [9], а также переживается эмоционально, особенно в ситуациях нарушения его границ.

Как нам известно, эмоции – это особый класс психических процессов и состояний, связанных с инстинктами, потребностями, мотивами и отражающихся в форме непосредственного переживания, действующих на человека явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности [6]. Эмоции – наиболее фундаментальный способ организации ощущений, имеющих мотивационное значение для человека [3]. Положительная роль эмоций не связывается напрямую с положительными эмоциями, а отрицательная роль с отрицательными эмоциями. В первые годы жизни нет гендерных различий в частоте и продолжительности отрицательных эмоциональных реакций, они появляются с возрастом, их частота и интенсивность возрастают у мужчин, а у женщин наоборот убывают к периоду средней зрелости [5; 13].

Некоторые исследования выявили различия в эмоциональной сфере лиц мужского и женского пола [3; 5; 6; 13]. Так, мужчины чаще сдерживают проявление эмоций (60 %), чем женщины (40 %), и больше нуждаются в эмоциональном участии (100 %) против (60 %). Мужчины игнорируют эмоциональные проблемы (80 %), а женщины (30 %). Женщины чаще сохраняют эмоциональную безучастность в отношениях (60 %), а у мужчин (40 %). У мужчин эмоциональные проблемы маскируются или даже отрицаются на уровне самооценки [13]. Эмоциональность (т. е. сила переживаемых эмоций) у мужчин и женщин одинаковая, различна же степень их внешнего выражения [3]. Женщинам свойственно проявлять интерес к чувствам других людей (они направлены на окружающих), мужчины же больше направлены на свои собственные интересы (и проявляют неспособность подвергать рассмотрению точку зрения другого человека) [16]. Лица женского пола явно превосходят лица мужского пола во всех возрастных группах по эмоциональной

возбудимости, в меньшей степени по интенсивности, по длительности сохранения эмоций и эмоциональной устойчивости [5].

Такое существенное различие в переживании и проявлении эмоций между мужчинами и женщинами является природным и развивается по строго заданной генетической программе; мужчины должны реализовать функции познания, завоевания и изменения существующего мира, т. е. стремиться к самоутверждению, а задача женщины сохранять данную информацию в неизменном виде и передать ее следующему поколению. Однако психологическое пространство личности не является врожденным и развивается в онтогенезе по мере приобретения личностью новых процессов, свойств и состояний, и претерпевает изменения с возрастом, усложняется, расширяется, трансформируется.

Тот факт, что психологическое пространство личности – это фрагмент бытия, который имеет персональную значимость для человека, тем самым определяя его жизненную стратегию и насущную деятельность, востребует изучения эмоциональных его проявлений, особенно в период средней зрелости.

Целью этой статьи явилось выявление особенностей взаимосвязи показателей психологического пространства и эмоциональных проявлений у мужчин и женщин в период средней зрелости.

Методы. Для достижения цели было проведено эмпирическое исследование на выборке, которую составили 80 респондентов, дифференцированных на две группы: Группа 1 – мужчины (N=40), Группа 2 – женщины (N=40), в возрасте от 39 до 46 лет. Все респонденты по национальности русские. Стаж работы респондентов составил более 14 лет.

Для реализации цели исследования были применены следующие методики: опросник «Суверенность психологического пространства» С. К. Нартова-Бачавер, 2010 г. [2, с. 353], «Границы Я» Н. Браун в адаптации Е. О. Шамшиковой, 2010 г. [14, с. 167–173], «Самочувствие, активность, настроение» М. П. Мирошникова, Н. А. Лаврентьевой, В. Б. Шарай, В. А. Доскиным, 1973 г. [2, с. 7], «Шкала дифференциальных эмоций» К. Изарда, 1976 г. [5, с. 301], «Определение эмоциональности» В. В. Суворова, 1976 г. [6, с. 539], «Самооценка эмоциональных состояний» А. Уэссманом и Д. Риксом, 2004 г. [11, с. 81], «Определение общей эмоциональной направленности личности» Б. И. Додонова, 1978 г. [2, с. 19].

Результаты исследования и их интерпретация. Исследования мужской и женской группы, полученные после проведения диагностики с помощью опросника «Суверенность психологического пространства», приведены на рисунке 1, 2, 3. По усредненному профилю видно, что показатель уровня суверенности психологического пространства мужской группы (рис. 1) и женской группы (рис. 2) находится в нормативной, среднестатистической зоне от 40 до 60 Т – баллов, что свидетельствует о готовности как мужчин, так и женщин контролировать и защищать свое психологическое пространство в любых жизненных ситуациях.

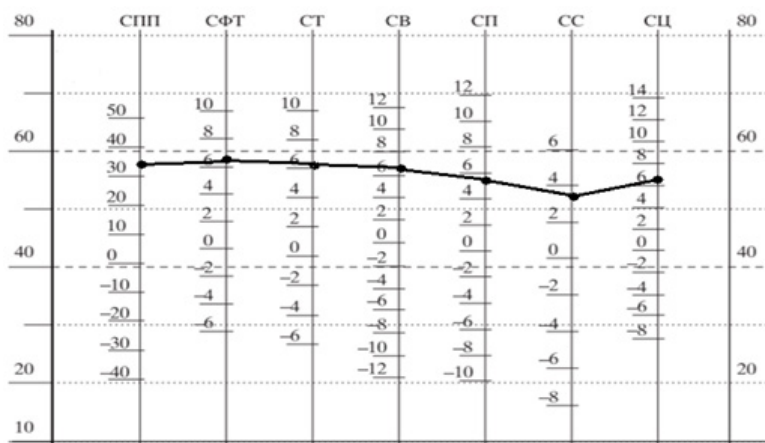


Рис. 1. Профиль уровня суверенности психологического пространства, мужская группа

Анализ отдельных шкал суверенности психологического пространства (рис. 3) показал, что у женщин показатели регистрируются выше, чем у мужчин практически по всем структурным характеристикам суверенности психологического пространства, кроме суверенности физического тела 49,76 балла против 52,08 баллов у мужчин и суверенности ценностей 47,92 балла против 49,84 баллов у мужчин. Показатели у женщин выше, чем у мужчин по шкалам: суверенность территории (55,12 против 53,32), суверенность мира вещей (53,8 против 52,88), суверенности социальных связей (54,16 против 49,2), суверенность привычек (52,92 против 50,32), общая суверенность психологического пространства (52,44 против 51,6), что говорит о том, что женщины чувствуют себя более легко и свободно в выборе друзей и налаживании социальных контактов, чем мужчины, также им легче реализовывать свои потребности в личных вещах.

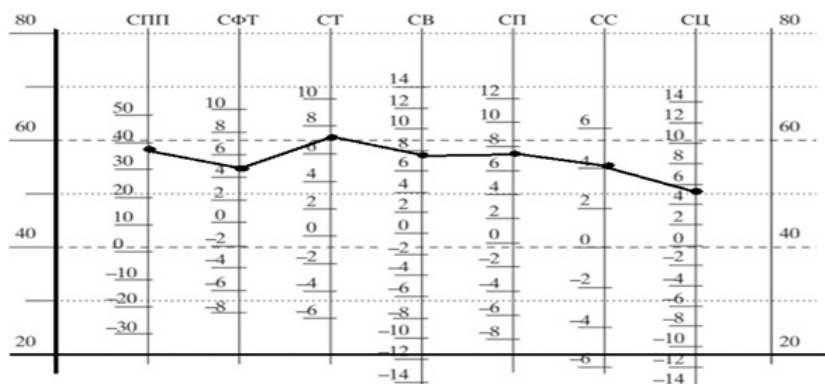


Рис. 2. Профиль уровня суверенности психологического пространства, женская группа

Мужчины в большей мере, чем женщины склонны отстаивать свои ценностные установки. У женщин показатели территориальности выше, чем у мужчин.

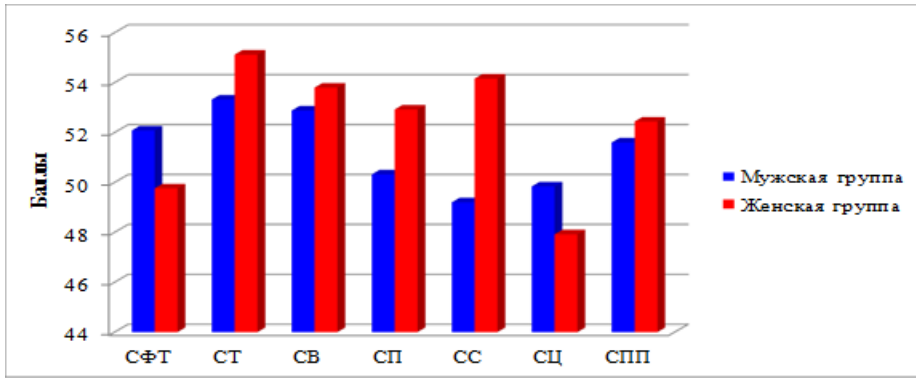


Рис. 3. Различия уровня суверенности

Результаты исследования мужской и женской выборки, полученные после проведения диагностики с помощью методики «Границы Я», представлены на рисунке 4. Анализ результатов уровня психологической дистанции показал, что больше половины мужской выборки (60 %) и женской (64 %) имеют высокий уровень психологической дистанции (рис. 4).

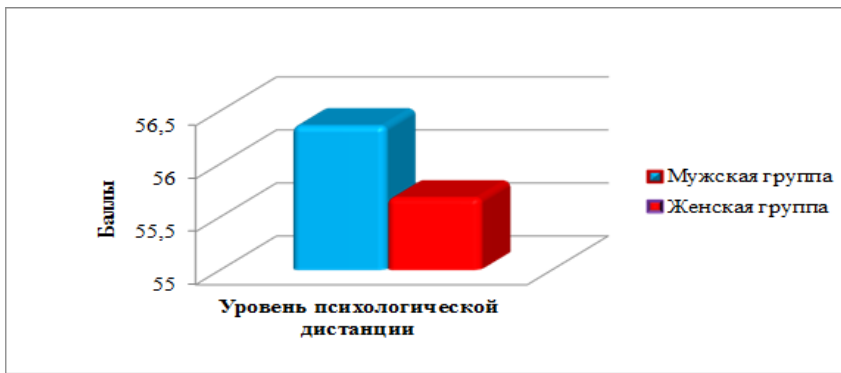


Рис. 4. Различия среднего результата уровня психологической дистанции

Этот факт свидетельствует о том, что респонденты обладают высокой способностью защищать свое собственное психологическое пространство, имеют представления об оптимальных параметрах собственных границах и низкой частотой нарушения границ других людей. Однако средние результаты уровня психологической дистанции у мужчин регистрируются выше, чем у женщин (56,36 и 55,68 балла соответственно), это говорит о том, что у мужчин выше способность удерживать индивидуальную дистанцию и соблюдать психологический суверенитет окружающих людей (контроль степени открытости и защищенности от других людей).

Результаты исследования мужской и женской группы, полученные после проведения диагностики с помощью методики САН «Самочувствие, активность, настроение», представлены на рисунке 5. Согласно данным, у мужской группы показатели выше, чем у женской: самочувствие (5,28 и 5,19 соответственно), активность (5,08 и 5,03 соответственно), настроение (5,2 и 5,21 соответственно). При этом у мужчин активность чуть ниже, чем самочувствие и настроение, а у женщин самочувствие и активность чуть ниже, чем настроение.

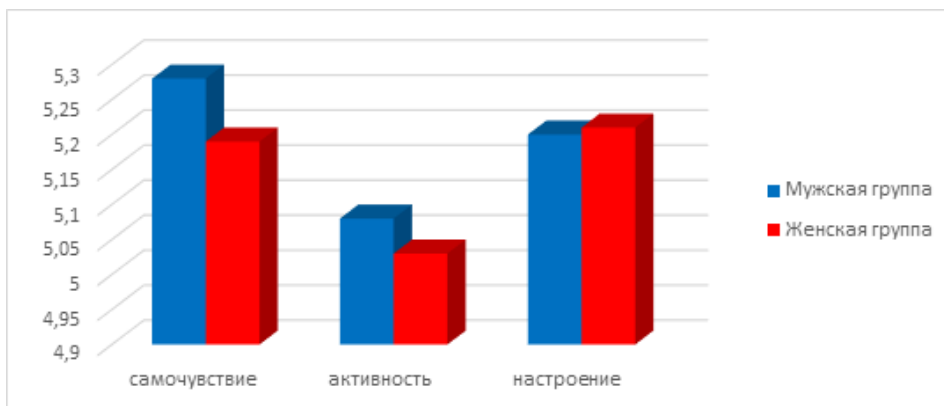


Рис. 5. Различия основных составляющих функционального психоэмоционального состояния

Результаты исследования мужской и женской группы, полученные после проведения диагностики с помощью методики «Шкала дифференциальных эмоций», представлены на рисунке 6.

Анализ средних значений по всем шкалам методики показал (рис. 6), что результаты у мужчин регистрируются выше, чем у женщин по следующим параметрам: интерес (8,76 и 8,24 балла соответственно), горе (3,44 и 3,28 балла соответственно), гнев (3,24 и 3,04 балла соответственно), отвращение (3,32 и 3,08 балла соответственно), страх (3,12 и 3,04 балла соответственно), стыд (4 и 3,56 балла соответственно), вина (3,84 и 3,56 балла соответственно), по индексу острых негативных эмоций (13 и 12,44 балла соответственно) и индексу тревожно-депрессивных эмоций (10,96 и 10,28 балла соответственно). У женщин выше результаты, чем у мужчин по эмоциям радость (8,04 и 7,44 балла соответственно), удивление (3,84 и 3,8 балла соответственно), презрение (3,04 и 3 балла соответственно), по коэффициенту самочувствия (1,76 и 1,74 балла соответственно) и по индексу позитивных эмоций (20,12 и 20,04 балла соответственно).

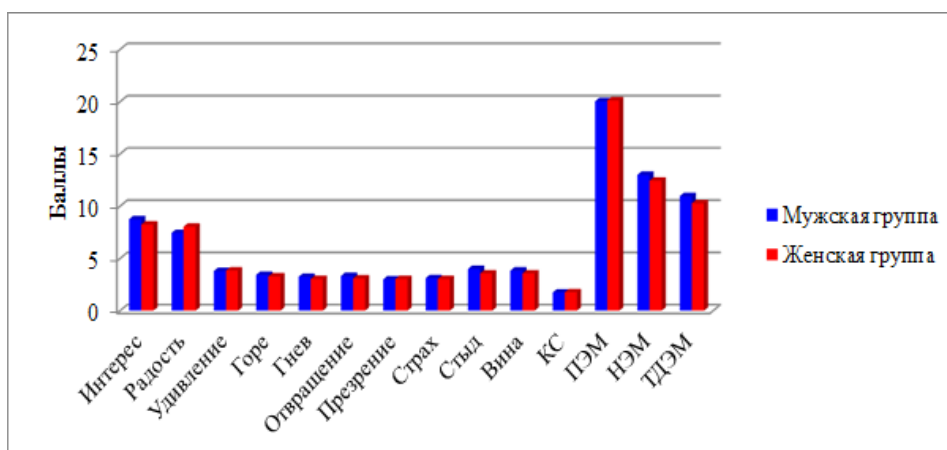


Рис. 6. Различия средних значений эмоций, самочувствия и индекса эмоций

Результаты мужской и женской группы после проведения исследования с помощью методики «Определение эмоциональности» представлены на рисунке 7. У мужчин наблюдается низкий показатель, что говорит о средней выраженности уверенности в себе в процессе социального взаимодействия, о среднем эмоциональном переживании в случае неудач в работе, в общении, и эмоциональной сдержанности. У женщин интегральный показатель эмоциональности выше, чем у мужчин (24 % и 4 % соответственно), что свидетельствует о высоком социальном взаимодействии женщин. При этом женщины менее сдержанны, легко и свободно чувствуют себя в общении, а особенность их общения практически в любой ситуации отличается эмоциональностью.

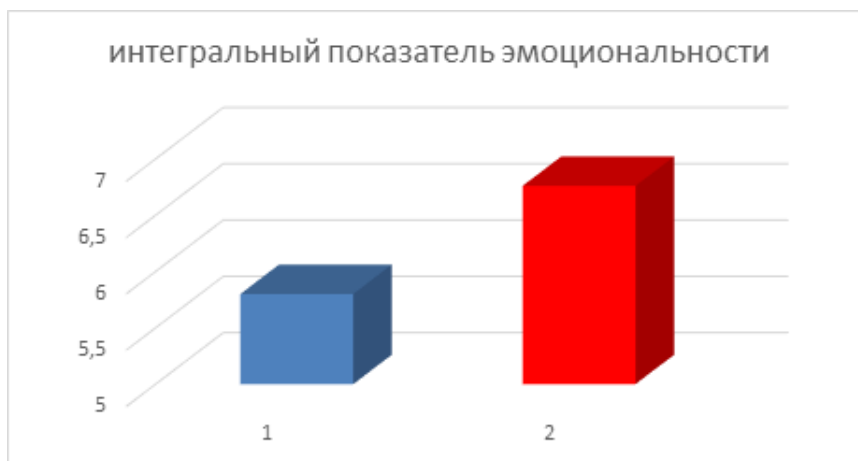


Рис. 7. Различия среднего значения интегрального показателя эмоциональности

Подтверждение тому полученный результат различия среднего значения интегрального показателя эмоциональности, у мужчин показатель регистрируется ниже, чем у женщин (5,8 и 6,76 соответственно). Таким образом, следует вывод о том, что женщины превосходят мужчин по эмоциональности.

Результаты исследования мужской и женской группы, полученные после проведения диагностики с помощью методики «Самооценка эмоциональных состояний», представлены на рисунке 8. Анализ результатов показал (рис. 8), что результаты в женской выборке регистрируются выше, чем в мужской по шкале «спокойствие – тревожность» (7,12 и 6,76 балла соответственно), «энергичность – усталость» (6,4 и 6,08 балла соответственно), «приподнятость – подавленность» (6,44 и 6,08 балла соответственно), «уверенность в себе – беспомощность» (6,84 и 6,76 балла соответственно), «суммарная оценка состояний» (26,8 и 25,68 балла соответственно). Таким образом, мы утверждаем, что мужчины и женщины высоко оценивают свое эмоциональное состояние, их общее эмоциональное состояние окрашено в позитивный тон. Однако женщины чуть более уравновешены, активны и чувствуют эмоциональный подъем, подвижны и работоспособны.

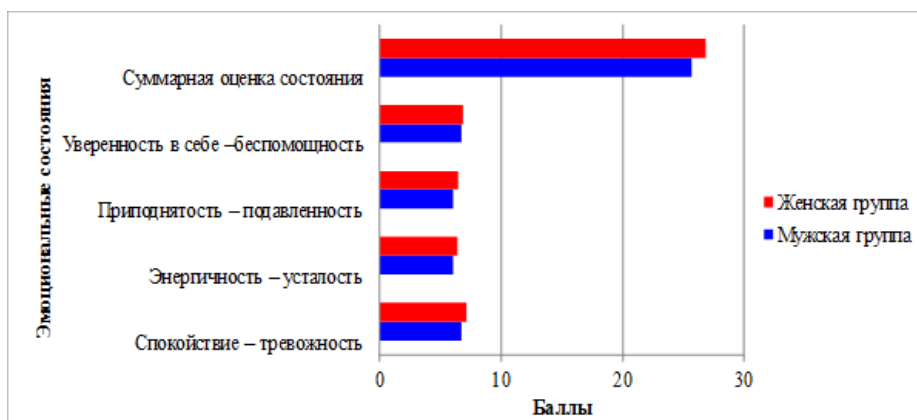


Рис. 8. Различия эмоциональных состояний

Результаты исследования мужской и женской группы, полученные после проведения диагностики с помощью методики «Определение общей эмоциональной направленности личности», представлены на рисунке 9. Анализ эмоциональной направленности (рис. 9) показал, что преобладающие эмоции в мужской и женской группе наблюдаются по шкале «праксическая эмоция», что свидетельствует о том, что для достижения поставленной цели, женщины, как и мужчины, собраны, активно действуют, используя все методы и силы для получения желаемого результата. Различия средних значений показали, что в женской группе регистрируются результаты выше по шкалам: альтруистическая (4,36 и 3,48 соответственно), коммуникативная (5,24 и 4,04 соответственно), романтическая (4,16 и 3,68 соответственно), эстетическая (4,24 и 2,52 соответственно) и акизитивная (1,68 и 0,96 соответственно) эмоция. В мужской группе результаты выше по шкалам: глорическая (3,28 и 1,48 соответственно), праксическая (6,4 и 6,36 соответственно), пугническая (2 и –0,64 соответственно), гностическая (5 и 3,08 соответственно), гедонистическая (4,64 и 2,96 соответственно) эмоция. Таким образом, можем утверждать, что женщины более направлены на других, готовы делиться и помогать, свободно чувствуют себя в общении с окружающими. Воспринимая прекрасное и таинственное, женщины переживают и проявляют чувства интенсивнее, что делает их более яркими и чувственными.

Мужчины же более активны, любят преодолевать опасность, они любыми способами стремятся к поставленной цели, рискуя, задействуют все ресурсы для получения желаемого результата, ими движет потребность к успеху на виду у других людей, получают удовольствие от процесса получения знаний. При этом для мужчин важен телесный и душевный комфорт, наличие которого является мощным мотивом их деятельности. Также результаты исследования показали, что больше половины мужской выборки и больше половины женской, испытывают положительные эмоции при удовлетворении своих потребностей.



Рис. 9. Различия результатов эмоциональной направленности

Для выявления достоверных различий в выраженности показателей между мужской и женской выборками, был применен непараметрический статистический критерий U-Манна-Уитни. Были зафиксированы значимые различия эмоциональной направленности личности по методике «Определение общей эмоциональной направленности личности» Б. И. Додонова и методике «Суверенность психологического пространства личности».

Таблица

Эмпирическое значение критерия U-Манна-Уитни

| Названия шкал | Ранг 1 (муж) | Ранг 2 (жен) | Эмпирическое значение критерия U-Манна-Уитни | Уровень значимости |
|-------------------------|--------------|--------------|--|--------------------|
| Коммуникативная | 24,64 | 28,36 | 593 | 0,05 |
| Глорическая | 26,02 | 24,98 | 437,5 | 0,01 |
| Пугническая | 26,46 | 24,54 | 601 | 0,05 |
| Гностическая | 28,58 | 22,42 | 456 | 0,01 |
| Суверенность территории | 22,72 | 28,28 | 387 | 0,01 |
| Суверенность привычек | 20,76 | 30,24 | 584 | 0,05 |
| Суверенность ценностей | 29,68 | 21,32 | 412,5 | 0,01 |

По опроснику «СППЛ», методики «Границы Я», «САН», «Шкала дифференциальных эмоций», «Определение эмоциональности» и «Самооценка эмоциональных состояний» не было выявлено значимых различий выраженности показателей между мужской и женской группой. Статистический анализ различий между мужской и женской группой по методике «Определение общей эмоциональной направленности личности» установил, что в женской группе по сравнению с мужской группой более выражена «коммуникативная эмоция» ($p \leq 0,05$). Можно утверждать, что женщины быстрее и легче приспосабливаются к окружающей ситуации, более свободно чувствуют себя в общении с окружающими, т. к. не так категоричны в своих суждениях, как мужчины, значит, у женщин ярче выражена потребность в общении, благодаря ей снижается уровень эмоциональности. У мужской группы по сравнению с женской группой более выражены следующие особенности эмоциональной направленности личности: «глорическая» ($p \leq 0,01$), «пугническая» ($p \leq 0,05$), «гностическая» ($p \leq 0,01$) эмоции. По методике «СППЛ» в группе мужчин достоверно выше показатель суверенности ценностей ($p \leq 0,01$), а группа женщин превосходит группу мужчин по показателям «суверенность территории» ($p \leq 0,05$) и «суверен-

ность привычек» ($p \leq 0,01$). Следовательно, мужчины более тщеславны, нуждаются в восхищении и признании заслуг, у них выражена жажда острых ощущений. Они чаще рискуют ради великих, поставленных перед собой целей, проявляют интерес к преодолению противоречий в собственных суждениях и стремятся привести все знания в систему.

Таким образом, еще раз подтверждено наличие различий в эмоциональных проявлениях мужчин и женщин, что дает право проведения корреляционного анализа отдельно на каждой группе респондентов, для установления специфических, присущих именно данной выборке связей между эмоциональными проявлениями личности и суверенностью психологического пространства личности и его границ.

В результате корреляционного анализа были обнаружены взаимосвязи отдельно в мужской и женской выборке, между шкалами опросника «СППЛ» и методикой «Границы Я», «Самочувствие, активность, настроение», «Шкала дифференциальных эмоций», «Самооценка эмоциональных состояний», «Определение общей эмоциональной направленности личности». Результаты представлены на рисунках 10, 11.

На выборке мужчин (рис. 10) была выявлена 31 положительная связь, из которых 4 – на 0,1 % и 27 – на 1 % уровне значимости. В женской выборке (рис. 11) – 27 связей, из которых 24 положительные – на 1 % уровне значимости и 3 отрицательные связи, из которых 2 связи – на 1 % и 1 связь – на 0,1 % уровне значимости.

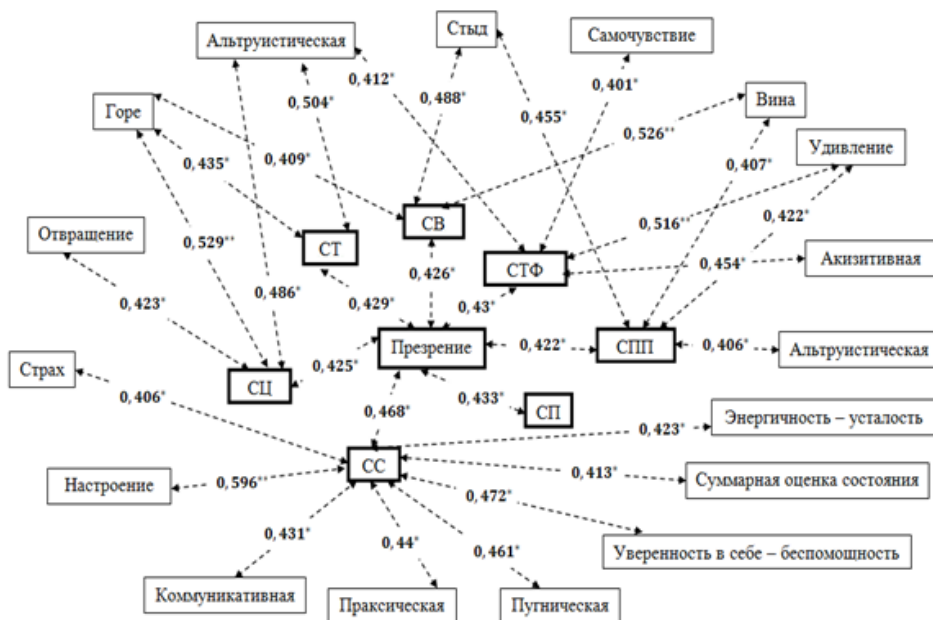


Рис. 10. Взаимосвязь между СПП и «Самочувствие, активность, настроение», «Шкала дифференциальных эмоций», «Самооценкой эмоциональных состояний» и «Общей эмоциональной направленностью личности», мужская группа

Примечания

1. * – коэффициент корреляции rs-Спирмана, уровень значимости – 1 %
- ** – коэффициент корреляции rs-Спирмана, уровень значимости – 0,1 %
2. <----> – положительные связи между показателями

Итак, на рисунке 10 показано, что базовая эмоция «презрение» в группе мужчин коррелирует со всеми шкалами методики «Суверенность психологического пространства личности», что свидетельствует о том, что мужчины стремятся соответствовать образцу успеха, их доминантность и стремление быть лучше, а также тщеславие и высокомерие связаны с нарушениями и ограничениями, наложенными воспитанием, жесткими требованиями общества. Также мужчины испытывают тревожность, связанную с социальными ценностями, вещами и территорией, в том случае, когда к периоду средней взрослости имеются нерешенные вопросы с жильем, и не удастся получить доступ к материальным благам, как того хотелось ранее; происходит переоценка ценностей. Самое большое количество связей установлено между суверенностью социальных связей и настроением, презрением, страхом, коммуникативной, практической, пугнической эмоциями и уверенностью в себе – беспомощностью, энергичностью – усталостью, суммарной оценкой состояния. Данный факт указывает на то, что для мужчин не менее важна потребность в общении, высокая уверенность в себе, решительность, способность активно действовать для достижения поставленной цели, хорошее настроение и эмоциональный подъем, что приводит к крепким и конструктивным связям. Мужчины стремятся расширять психологические границы в социально одобряемой форме, зачастую альтруистическими формами поведения.

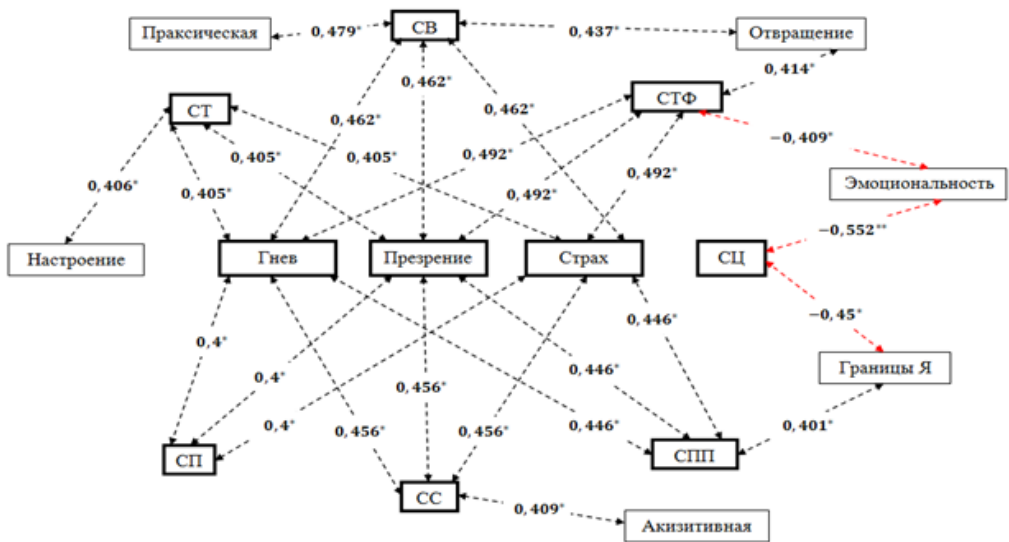


Рис. 11. Взаимосвязь между СПП и «Границ Я», «Самочувствие, активность, настроение», «Шкала дифференциальных эмоций», «Самооценкой эмоциональных состояний», «Определение эмоциональности» и «Общей эмоциональной направленностью личности», женская группа

Примечания

- * – коэффициент корреляции rs-Спирмана, уровень значимости – 1 %
- ** – коэффициент корреляции rs-Спирмана, уровень значимости – 0,1 %
- ←---→ – положительные связи между показателями
- ←---→ – отрицательные связи между показателями

В женской группе (рис. 11) обнаружено, что негативные эмоции (гнев, презрение и страх) коррелируют со всеми шкалами методики «Суверенность психологическо-

го пространства личности». Предположим, что склонность к страху уравновешивает предрасположенность к гневу, тем самым позволяя личности женщины удерживаться от прямых агрессивных действий и внешних конфликтов, переводя их в более косвенную вербальную агрессию, что вполне допустимо в культуре. Связь вещей, физического тела с эмоциями гнева, презрения, отвращения и страха свидетельствует о том, что женщины не чувствуют удовлетворение в использовании нажитых материальных ценностей, и испытывают чувство страха, обусловленного физиологическими изменениями своего тела в период средней зрелости. Связь шкалы «Суверенность социальных связей» с негативными эмоциями, свидетельствует о том, что женщины часто испытывают чувство одиночества в период средней зрелости, либо они социально избирательны в выборе своих друзей. А связи территории, привычек и общего показателя СППЛ с данными эмоциями говорят о нарушении приватности, что видно на профиле группы, расположенной вблизи верхней границы. Также наблюдается любопытная связь: социальные ценности отрицательно коррелируют с уровнем психологической дистанции методики «Границы Я» и эмоциональностью, что связано с тем, что женщины не склонны отстаивать свои ценностные установки, тем самым часто испытывают разочарование при несопадении мнений с другими людьми. Можно утверждать, что благополучная жизнь женщины зависит от прочности ее личностных границ.

Выводы. Результаты проведенного эмпирического исследования позволяют сделать первые выводы об эмоциональных проявлениях психологического пространства мужчин и женщин в период средней зрелости, а именно, что женщины чувствуют себя более легко и свободно в выборе друзей и налаживании социальных контактов, чем мужчины, также им легче реализовывать свои потребности в личных вещах. Мужчины больше, чем женщины склонны отстаивать свои ценностные установки, а также способность удерживать индивидуальную дистанцию у мужчин выше, чем у женщин. Зато женщины превосходят мужчин по эмоциональности и по коммуникативной эмоции, можно утверждать, что женщины быстрее и легче приспосабливаются к окружающей среде, более легко и свободно чувствуют себя в общении с окружающими, т. к. не так категоричны в своих суждениях, как мужчины. Таким образом, у женщин ярче выражена потребность в общении, благодаря ей снижается уровень эмоциональности. У мужчин более выражены глорическая, пугническая и гностическая эмоции; они более тщеславны и нуждаются в восхищении, признании заслуг. У них больше выражена жажда острых ощущений и риска, чем у женщин. Женщины чуть более уравновешены, активны и чувствуют эмоциональный подъем, подвижны и работоспособны, чем мужчины. Доминирующими эмоциями у мужчин и женщин являются радость и интерес, а вот переживание позитивных эмоций у женщин выше, чем у мужчин. Мужчины превосходят женщин при переживании остро негативных и тревожно-депрессивных эмоций.

Таким образом, можно прийти к выводу, что есть значимые различия в эмоциональных проявлениях психологического пространства личности мужчин и женщин в период средней зрелости, что вероятно связано с еще действующими на тот момент стереотипами традиционного воспитания в СССР в период с 1977 по 1984 гг. (период рождения респондентов). У мальчиков в процессе воспитания проявление чувств подавлялось, а у девочек, наоборот, культивировалось. Так, мужчины открыто не могут проявлять свои эмоции, считая их проявлением слабости, т. к. культурой

это воспринимается как позор. Однако для мужчин более принято проявлять гнев и агрессию, а для женщин – плакать и бояться.

Также отметим, что есть множественные связи между показателями психологического пространства личности и эмоциональными проявлениями, т. к. психологическое пространство – это значимый фрагмент бытия, а значит переживаемый личностью всеми возможными средствами, в первую очередь, аффективными. Переживаемые эмоциональные состояния, чувства и отдельные эмоции – это по сути отражение состояния суверенности телесных, территориальных потребностей, смысла личных вещей, привычек и социальных связей, ценностных ориентаций и общего состояния благополучия личности.

Список источников

1. *Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с.
2. *Барканова О. В.* Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум. Красноярск: Литера-принт, 2009. 237 с.
3. *Берн Ш. М.* Гендерная психология. СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. 320 с.
4. *Ермолова Е. О., Калинина В. В.* К вопросу о психологическом пространстве личности и ее границах в период взрослости // Развитие человека в современном мире. 2020. № 4. С. 62–74.
5. *Изард К. Э.* Психология эмоций. СПб.: Питер, 2012. 464 с.
6. *Ильин Е. П.* Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с.
7. *Кузнецова А. С., Леонова А. Б.* Психологические технологии управления состоянием человека. М.: Смысл, 2007. 311 с.
8. *Нартова-Бочавер С. К., Бочавер К. А., Бочавер С. Ю.* Жизненное пространство семьи: объединение и разделение. М.: Генезис, 2011. 320 с.
9. *Нартова-Бочавер С. К.* Понятие «психологическое пространство личности» и его эвристические возможности // Психологическая наука и образование. 2002. № 1. С. 35–41.
10. *Нартова-Бочавер С. К.* Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
11. *Прохоров А. О.* Методики диагностики и измерения психических состояний личности. М.: ПЕРСЭ, 2004. 176 с.
12. *Салихова Н. Р.* О механизме, составляющем «внутреннюю логику» развития личности в периоды взрослости [Электронный ресурс] // Современные проблемы психологии личности: теория и практика. URL: <https://psyjournals.ru/nonserialpublications/bozhovich/contents/30162> (дата обращения: 03.10.2022).
13. *Суханова К. Н.* Гендерные проблемы эмоций // Психология XXI века: тезисы международной научно-практической конференции студентов и аспирантов (12–14 апреля 2001 г.) / под ред. А. А. Крылова. СПб.: Санкт-Петербургский ун-т, 2001. С. 257–258.
14. *Шамишкова Е. О.* Адаптация зарубежной методики «Границы Я» Н. Браун (N. Brown) // Мир науки, культуры, образования. 2009. № 4. С. 167–173.
15. *Шамишкова Е. О.* Детерминация нарциссизма в организации психологического пространства личности // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2013. № 3 (13). С. 24–35.
16. *Maccoby E., Jacklin C.* The psychology of sex differences. Stanford: Stanford Univ. Press, 1974. 238 p.
17. *Robbins B. D.* Emotion, Movement & Psychological Space: a Sketching Out of the Emotions in terms of Temporality, Spatiality, Embodiment, Being-with, and Language [Электронный ресурс]. URL: <http://mythosandlogos.com/emotion.html> (дата обращения: 02.10.2022).

References

1. Ananyev B. G. *Man as a subject of cognition*. St. Petersburg: Peter, 2001, 288 p. (In Russian)
2. Barkanova O. V. *Methods of diagnostics of emotional sphere: psychological workshop*. Krasnoyarsk: Litera-print, 2009, 237 p. (In Russian)
3. Berne S. M. *Gender Psychology*. St. Petersburg: Prime-Euroznak, 2002, 320 p. (In Russian)
4. Ermolova E. O., Kalinina V. V. To the question of the psychological space of personality and its boundaries in the period of adulthood. *Human Development in the Modern World*, 2020, no. 4, pp. 62–74. (In Russian)
5. Izard K. E. *Psychology of emotions*. St. Petersburg: Peter, 2012, 464 p. (In Russian)
6. Ilyin E. P. *Emotions and feelings*. St. Petersburg: Peter, 2001, 752 p. (In Russian)
7. Kuznetsova A. S., Leonova A. B. *Psychological technologies of human state management*. Moscow: Sysl, 2007, 311 p. (In Russian)
8. Nartova-Bochaver S. K., Bochaver K. A., Bochaver S. Y. *Vital space of the family: unification and division*. Moscow: Genesis, 2011, 320 p. (In Russian)
9. Nartova-Bochaver S. K. The concept of "psychological space of personality" and its heuristic possibilities. *Psychological Science and Education*, 2002, no. 1, pp. 35–41. (In Russian)
10. Nartova-Bochaver S. K. *Man sovereign: a psychological study of the subject in his being*. St. Petersburg: Peter, 2008, 400 p. (In Russian)
11. Prokhorov A. O. *Methods of diagnostics and measurement of mental states of personality*. Moscow: PERSE, 2004, 176 p. (In Russian)
12. Salikhova N. R. About the mechanism that constitutes the "internal logic" of personality development in the periods of adulthood [Electronic resource]. *Modern problems of personality psychology: theory and practice*. URL: <https://psyjournals.ru/nonserialpublications/bozhovich/contents/30162> (date of access: 03.10.2022). (In Russian)
13. Sukhanova K. N. Gender problems of emotions. *Psychology of the XXI century: theses of the international scientific and practical conf. of students and postgraduates* (April 12–14, 2001). Ed. by A. A. Krylova. St. Petersburg: St. Petersburg University, 2001, pp. 257–258. (In Russian)
14. Shamshikova E. O. *Adaptation of foreign methodology «Borders of the Self» N. Brown*. The world of science, culture, education, 2009, no. 4, pp. 167–173. (In Russian)
15. Shamshikova E. O. Determination of narcissism in the organization of psychological space of personality. *Bulletin of Novosibirsk State Pedagogical University*, 2013, no. 3 (13), pp. 24–35. (In Russian)
16. Maccoby E., Jacklin C. *The psychology of sex differences*. Stanford Univ. Press, 1974, 238 p.
17. Robbins B. D. *Emotion, Movement & Psychological Space: a Sketching Out of the Emotions in terms of Temporality, Spatiality, Embodiment, Being-with, and Language* [Electronic resource]. URL: <http://mythosandlogos.com/emotion.html> (date of access: 02.10.2022).

Информация об авторе

Е. О. Ермолова – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, <https://orcid.org/0000-0003-0370-7426>, shamka05@mail.ru

Information about the author

E. O. Ermolova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, [https://orcid.org/ 0000-0003-0370-7426](https://orcid.org/0000-0003-0370-7426), shamka05@mail.ru

Статья поступила в редакцию 07.09.2023; одобрена после рецензирования 15.09.2023; принята к публикации 16.09.2023.

The article was submitted 07.09.2023; approved after reviewing 15.09.2023; accepted for publication 16.09.2023.

