

МІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Київський національний лінгвістичний університет  
Кафедра психології і туризму

КУРСОВА РОБОТА з  
загальної психології  
на тему: «Діагностика емоційної сфери особистості»

Студентки II курсу групи ПС02-21  
факультету туризму, бізнесу і  
психології  
Спеціальності 053 Психологія  
Терещенко Марії-Магдалени  
Ігорівни  
Науковий керівник: доцент  
кафедри психології і туризму  
Вербицька Л.Ф.

## ЗМІСТ

Вступ	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ	5
1.1. Основні теоретичні підходи до вивчення емоційної сфери особистості	5
1.2. Психологічний аналіз емоційної сфери у структурі особистості	7
Висновки до 1-го розділу	9
РОЗДІЛ 2 ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ОБГРУНТУВАННЯ МЕТОДИК ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ	11
2.1. Особливості організації досліджень емоційної сфери особистості	11
2.2. Обґрунтування методик щодо емоційної сфери особистості	14
Висновки до 2-го розділу	16
РОЗДІЛ 3 РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ	19
3.1. Аналіз процедури емпіричного дослідження	19
3.2. Практичні рекомендації щодо діагностики емоційної особистості	22
Висновки до 3-го розділу	25
Висновки	27
Резюме	29
Список використаних джерел	31
Додатки	33
Додаток А	33

## Вступ

Діагностика емоційної сфери особистості є важливим аспектом в психологічній практиці, оскільки емоції впливають на наше поведінкове, когнітивне та фізіологічне функціонування.

Діагностика емоційної сфери може включати різні методи та інструменти, які допомагають вивчити емоційний стан, реакції та вплив емоцій на життя та функціонування особистості.

Ось декілька загальних методів та інструментів, які можуть бути використані для діагностики емоційної сфери особистості:

**Анкетування:** Анкети можуть включати запитання, які допомагають оцінити емоційний стан, емоційні реакції, ставлення до емоцій, вплив емоцій на різні аспекти життя та інші відповідні аспекти емоційної сфери.

**Інтерв'ю:** Інтерв'ю може бути використано для вивчення емоційної сфери особистості, дозволяючи особі вільно висловлювати свої емоції, реакції та думки на цей рахунок. Вільне висловлення може допомогти виявити складні або приховані емоційні аспекти особистості.

**Самооцінка:** Методи самооцінки можуть включати заповнення різних шкал, реєстрацію емоційних реакцій у певних ситуаціях, аналіз емоційних досвідів та інші методи, які допомагають особі оцінити свій власний емоційний стан.

**Фізіологічні вимірювання** можуть бути корисними інструментами для діагностики емоційної сфери особистості. Деякі з них включають:

**Пульс:** Вимірювання пульсу може допомогти в оцінці рівня фізіологічної активності, яка може бути пов'язана з емоційним станом. Наприклад, при збудженні або стресі, пульс може збільшуватися.

**Крововий тиск:** Вимірювання кровового тиску може бути важливим показником фізіологічної реакції на емоційні подразники. Стрес, наприклад, може впливати на рівень кровового тиску.

Електроенцефалографія (ЕЕГ): ЕЕГ може використовуватися для вивчення електричної активності мозку, включаючи показники, пов'язані з емоційною реакцією, такі як амплітуда та частота хвиль.

Гормональні рівні: Рівні гормонів, таких як кортизол, можуть бути використані для оцінки фізіологічної відповіді на стресові ситуації, які можуть впливати на емоційну реакцію.

Скінний провідність: Міра провідності шкіри може бути використана як показник фізіологічної відповіді на емоційні подразники, такі як збудження, напруження тощо.

Ці фізіологічні вимірювання можуть допомогти отримати об'єктивні дані про фізіологічні реакції на емоційні стимули та оцінити емоційну сферу особистості більш деталізовано.

Метою курсової роботи є проведення діагностики емоційної сфери особистості в юнацькому віці.

У ході написання курсової роботи нами було виконано ряд завдань:

- Здійснити теоретичний аналіз джерел щодо дослідження емоційної сфери особистості.
- Обґрунтувати комплект методів та методик дослідження емоційної сфери.
- Розробити практичні рекомендації щодо діагностики емоційної сфери.

Об'єктом дослідження виступає емоційна сфера особистості.

Предмет дослідження: методи діагностики емоційної сфери особистості.

## РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

### 1.1. Основні теоретичні підходи до вивчення емоційної сфери особистості

Діагностика емоційної сфери особистості базується на різних теоретичних підходах, які надають різні концептуальні рамки для розуміння емоцій та їх вивчення.

Основні теоретичні підходи до вивчення емоційної сфери особистості включають наступні:

**Когнітивний підхід:** Цей підхід зосереджений на розумінні когнітивних аспектів емоцій, таких як когнітивні оцінки подій, тлумачення емоційних стимулів, когнітивні стратегії регуляції емоцій та інші когнітивні процеси, які впливають на емоційні реакції особистості.

**Біографічний підхід:** Цей підхід акцентує на впливі життєвого досвіду, біографії та історії особистості на формування її емоційної сфери. Він вивчає взаємозв'язок між біографічними факторами, такими як виховання, соціальне середовище, родинні взаємини та події життя, і формуванням емоційних реакцій особистості.

**Еволюційний підхід:** Цей підхід вивчає емоції як еволюційно вибрані адаптації, які виникли в процесі еволюції людського виду. Він акцентує на роль емоцій у виживанні та пристосуванні, а також на їх функціях у взаємодії з оточуючим середовищем.

**Біофізіологічний підхід** до вивчення емоційної сфери особистості акцентує на фізіологічних аспектах емоцій, таких як реакції організму на емоційні стимули, біохімічні процеси, що відбуваються в організмі під впливом емоцій, та взаємодія між нервовою системою та емоційними процесами.

Один з важливих аспектів біофізіологічного підходу - це дослідження фізіологічних відповідей на емоційні стимули, такі як зміни в серцевому ритмі,

електроенцефалограмі, гормональних рівнях, а також автономні реакції, такі як зміни в диханні, пітінні, кровообігу тощо. Ці фізіологічні міри можуть допомогти в оцінці емоційної активності, реакцій на стрес та інших аспектів емоційної сфери особистості.

Крім того, біофізіологічний підхід також вивчає взаємодію між нервовою системою та емоційними процесами. Наприклад, дослідження на базі нейрофізіології можуть вказувати на роль певних регіонів головного мозку у виникненні та регуляції емоцій, таких як амігдала, префронтальна кора, гіпоталамус та інші. [3]

Таким чином, біофізіологічний підхід до діагностики емоційної сфери особистості допомагає розуміти фізіологічні аспекти емоцій та їх взаємодії з організмом, що може бути корисним в оцінці емоційної активності, реакцій на стрес, індивідуальних відмінностей у фізіологічних реакціях на емоції та взаємодії між нервовою системою та емоційними процесами. Це може допомогти в більш об'єктивній оцінці емоційної сфери особистості, виявленні можливих відхилень або ризиків, а також в розробці ефективних стратегій регулювання емоцій.

Однак, слід враховувати, що біофізіологічні вимірювання можуть бути складними у застосуванні та вимагати спеціалізованого обладнання та експертизи, тому вони не завжди доступні в рутинній практиці діагностики емоційної сфери особистості і можуть використовуватися в дослідницьких або спеціалізованих контекстах.

## 1.2. Психологічний аналіз емоційної сфери у структурі особистості

Психологічний аналіз емоційної сфери у структурі особистості може включати декілька підходів, таких як психодинамічний, когнітивний, еволюційний, та інші. Кожен з цих підходів має свої власні теоретичні концепції та методи дослідження.

Психодинамічний підхід звертає увагу на роль несвідомих процесів та ранніх дитячих досвідів у формуванні емоційної сфери особистості. Аналіз емоцій проводиться на основі розуміння внутрішнього конфлікту, взаємодії між свідомими та несвідомими елементами особистості, розкриття різних емоційних реакцій, проявів та взаємодії з навколишнім середовищем.

Когнітивний підхід акцентує увагу на когнітивних процесах, таких як сприйняття, мислення, оцінка та регулювання емоцій. Аналіз емоцій проводиться на основі вивчення когнітивних схем, переконань, автоматичних мислень та регуляційних стратегій, що використовуються особистістю в процесі сприйняття та реакції на емоційні подразники.

Еволюційний підхід розглядає емоції як вроджені адаптації, які виникли в процесі еволюції для регулювання взаємодії організму з оточуючим середовищем. [7]

Еволюційний підхід в аналізі емоційної сфери у структурі особистості розглядає емоції як вроджені механізми адаптації, які виникли в результаті природного відбору в процесі еволюції людського виду. Аналізується функціональне значення різних емоційних реакцій, їх роль у регулюванні поведінки та адаптації особистості до змін у середовищі.

Наприклад, емоція страху може викликати фізіологічні реакції, такі як підвищене серцебиття та підвищений рівень гормону стресу, що допомагає організму готуватися до можливої загрози. Емоція радості може сприяти формуванню позитивних соціальних зв'язків та зміцненню відносин з іншими

людьми. Емоція гніву може бути викликана порушенням особистих меж та захистом власних інтересів.

Таким чином, еволюційний підхід допомагає розуміти, як різні емоції виконують певні функції в житті особистості, взаємодіють з її поведінкою та адаптацією до навколишнього середовища.



## Висновки до 1-го розділу

Теоретико-методичний аналіз емоційної сфери особистості включає дослідження різних теоретичних підходів та методик вивчення емоційної сфери у структурі особистості. Основні етапи такого аналізу можуть включати наступні аспекти:

Огляд різних теоретичних підходів до вивчення емоційної сфери особистості, таких як психодинамічний, когнітивний, біофізіологічний, соціокультурний, еволюційний тощо. Опис і аналіз основних концепцій, моделей та теорій, що розглядають емоційну сферу особистості, зокрема, взаємодію емоцій з когнітивними, психологічними, біологічними, соціокультурними аспектами.

Розгляд різних методик діагностики емоційної сфери особистості, таких як психологічні тести, анкети, інтерв'ю, спостереження, фізіологічні методи, експериментальні підходи тощо. Аналіз їхніх переваг, обмежень, застосування в практичній роботі та можливостей вивчення різних аспектів емоційної сфери, таких як емоційні реакції, емоційні вподобання, емоційна інтелігенція, емоційний вираз тощо.

Аналіз результатів досліджень емоційної сфери особистості з використанням різних теоретичних підходів та методик. Оцінка достовірності, валідності та надійності отриманих даних. Визначення тенденцій, закономірностей та розробка висновків.

Критичний аналіз різних теорій та методик вивчення емоційної сфери особистості включає оцінку їхніх переваг, обмежень, адекватності та застосовуваності. Деякі аспекти критичного аналізу можуть включати:

Теоретична дослідженість: Оцінка рівня наукової обґрунтованості та теоретичної дослідженості розглянутих теорій. Перевірка наявності наукових підстав, емпіричних доказів та підтверджень для висунутих тверджень.

Методична адекватність: Оцінка відповідності методик вивчення емоційної сфери особистості поставленим дослідницьким завданням. Аналіз достовірності, валідності та надійності застосовуваних методик. Визначення їхніх можливостей та обмежень у вивченні різних аспектів емоційної сфери.

Застосовуваність в практичній роботі: Оцінка можливості застосування розглянутих теорій та методик у практичній роботі з вивчення емоційної сфери особистості. Аналіз практичної цінності та реалізованості розглянутих підходів у різних контекстах, таких як психологічна діагностика, психотерапія, педагогіка, соціальна робота тощо.

Критика: Аналіз критиків та обґрунтування можливих недоліків, протиріч, суперечностей або обмежень розглянутих теорій та методик.

## РОЗДІЛ 2 ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ОБГРУНТУВАННЯ МЕТОДИК ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

### 2.1. Особливості організації досліджень емоційної сфери особистості

Організація досліджень емоційної сфери особистості має свої особливості, оскільки емоції є складними та важливими аспектами людської психології.

Деякі з особливостей організації досліджень емоційної сфери особистості включають:

**Суб'єктивність емоцій:** Емоції є суб'єктивними феноменами, які важко виміряти об'єктивно. Отже, дослідження емоцій вимагає використання різноманітних підходів для вимірювання емоцій, таких як самоповідомлення, анкетування, інтерв'ю, фізіологічні міри, а також вимірювання виразу обличчя, голосу та інших зовнішніх виявів емоцій.

**Контекстуальність емоцій:** Емоції є вкрай контекстуальними, оскільки вони виникають у різних ситуаціях та можуть бути вплинуті рядом факторів, таких як культурні особливості, соціальне середовище, особисті цінності та досвід.

Дослідження емоцій повинні враховувати контекст, в якому емоції виникають, а також розглядати різні аспекти контексту, що можуть вплинути на емоційні реакції.

**Етичні аспекти:** Дослідження емоційної сфери особистості можуть включати вивчення вразливих аспектів психіки, таких як емоційні стани, настрої, травми та інші особистісні реакції.

Тому етичні аспекти, такі як захист конфіденційності, згода досліджуваних осіб, ризики в медичних дослідженнях мають велике значення і потребують особливої уваги.

Важливі етичні аспекти, пов'язані з медичними дослідженнями: захист конфіденційності, згода досліджуваних осіб, ризики та користі.

**Захист конфіденційності:** Захист конфіденційності досліджуваних осіб є важливим етичним аспектом медичних досліджень. Дослідники повинні забезпечити конфіденційність даних про досліджуваних осіб, збираних під час дослідження. Це означає, що інформація про досліджувану особу повинна бути збережена в таємниці та використовуватися тільки в рамках дослідження без дозволу особи.

**Згода досліджуваних осіб:** Згода досліджуваних осіб є важливим аспектом етики медичних досліджень. Дослідники повинні отримувати інформовану згоду досліджуваних осіб, перед початком дослідження. Це означає, що досліджувані особи повинні бути повністю проінформовані про мету дослідження, можливі ризики та користі, пов'язані з участю в дослідженні, і мати можливість прийняти розсудливе рішення щодо своєї участі. [5]

**Ризики:** Дослідники повинні враховувати потенційні ризики, пов'язані з участю досліджуваних осіб в медичному дослідженні.

Це можуть бути фізичні ризи, такі як можливі побічні ефекти лікарських препаратів або процедур, психологічні ризики, такі як стрес, тривога, депресія, або втрата конфіденційності особистої інформації. Дослідники повинні ретельно оцінювати ці ризики та приймати заходи для їх зменшення або попередження.

Важливо також враховувати можливі ризики, які можуть виникнути під час збору, зберігання та обробки даних про досліджуваних осіб, зокрема з приводу конфіденційності та захисту персональних даних.

**Користі:** Користі від медичних досліджень можуть бути різноманітні, включаючи розширення наукових знань, розробку нових лікувальних методів, покращення стандартів медичної практики та допомогу досліджуваним особам в отриманні ефективного лікування. Дослідники повинні ретельно оцінювати потенційні користі дослідження та враховувати їх при плануванні та проведенні дослідження. [3]

При проведенні медичних досліджень, етичні аспекти мають велике значення і повинні бути враховані на всіх етапах дослідження, від проектування до виконання та оприлюднення результатів. Дотримання принципів етики у медичних дослідженнях допомагає забезпечити захист прав та добробут досліджуваних осіб та зберігати довіру в науковому співтоваристві.

## 2.2. Обґрунтування методик щодо емоційної сфери особистості

Методики щодо емоційної сфери особистості мають важливе значення в наукових дослідженнях, клінічній практиці та психологічній діагностиці.

Обґрунтування методик полягає в їхній науковій обґрунтованості, валідності, реліабельності та етичній припустимості. Ось декілька аргументів, які можуть бути використані для обґрунтування методик щодо емоційної сфери особистості:

**Наукова обґрунтованість:** Методики щодо емоційної сфери особистості повинні мати наукову обґрунтованість, що базується на наявних наукових даних, теоретичних концепціях та емпіричних дослідженнях.

Наприклад, методика вимірювання депресії повинна бути заснована на сучасних теоретичних уявленнях про депресію та бути підтверджена емпіричними дослідженнями, що демонструють її валідність та реліабельність.

**Валідність:** Методики мають мати валідність, що означає, що вони вимірюють те, що вони претендують вимірювати. Наприклад, методика вимірювання стану тривоги має бути валідна, якщо вона дійсно вимірює рівень тривоги, а не інший аспект емоційної сфери.

**Реліабельність:** Методики повинні бути реліабельні, тобто давати стабільні результати при повторному застосуванні в однакових умовах. Надійність результатів є важливим аспектом для наукових досліджень та діагностичної практики.

**Етична припустимість:** Методики мають дотримуватися етичних принципів, зокрема щодо захисту прав та конфіденційності досліджуваних осіб. Це означає, що методики повинні бути розроблені та застосовуватися з урахуванням етичних норм, таких як згода на участь у дослідженні, інформований згоди, анонімність, конфіденційність результатів та захист прав

осіб, зокрема вразливих груп, таких як діти, пацієнти з психічними розладами, або особи з обмеженими можливостями. [3]

Культурна адаптованість: Методики повинні бути адаптовані до культурних особливостей досліджуваних осіб. Емоції та їхнє вираження можуть відрізнятися в різних культурах, тому важливо, щоб методики враховували культурні відмінності у вираженні та розумінні емоцій.

Запобігання можливим ризикам: Методики повинні мінімізувати можливі ризики для досліджуваних осіб, такі як психологічний дискомфорт, емоційна стресова реакція або негативні психологічні наслідки. Дослідники повинні передбачити можливі ризики та вжити заходів їх запобігання або мінімізування.

Таким чином, обґрунтування методик щодо емоційної сфери особистості має базуватися на науковій обґрунтованості, валідності, реліабельності, етичній припустимості, культурній адаптованості та запобіганні можливим ризикам для досліджуваних осіб.

## Висновки до 2-го розділу

Організація та обґрунтування методик емоційної сфери особистості вимагає дослідників враховувати кілька важливих кроків, таких як:

Вибір теоретичної основи: Методики емоційної сфери особистості повинні базуватися на науково обґрунтованих теоретичних підходах, таких як теорії емоцій, психології особистості, когнітивної психології тощо. Вибір теоретичної основи має бути обґрунтованим та відповідати меті та об'єкту дослідження.

Валідність та реліабельність: Методики мають бути валідними, що означає, що вони міряють те, що повинні міряти, і реліабельними, що означає, що результати можуть бути повторно відтворені.

Дослідники повинні забезпечити наявність наукових доказів щодо валідності та реліабельності методик, наприклад, за допомогою проведення попередніх пілотних досліджень, аналізу критеріїв, оцінки психометричних характеристик тощо.

Вибір методу збору даних: Методики можуть бути розроблені для різних методів збору даних, таких як анкетування, спостереження, експеримент, інтерв'ю, аналіз документів тощо. Вибір методу збору даних має бути обґрунтованим та відповідати дослідницьким питанням, цілям дослідження та особливостям досліджуваної популяції.

Розробка пілотних версій методики. Перед використанням методики в основному дослідженні рекомендується розробити пілотні версії методики. Пілотні версії методики можуть бути використані для тестування та вдосконалення методики перед її застосуванням у основному дослідженні.

Визначення вибірки: Дослідники повинні обґрунтувати вибірку, на якій буде застосовуватися методика. Вибірка має бути репрезентативною та



відповідати цілям та об'єкту дослідження. Вибірка також має бути достатньо великою, щоб забезпечити статистичну достовірність результатів.

Етичні аспекти: Дослідники повинні враховувати етичні аспекти при розробці та застосуванні методик емоційної сфери особистості. Це включає забезпечення конфіденційності даних, згоди дослідників та учасників дослідження, мінімізацію можливих ризиків та шкоди, пов'язаної з застосуванням методики, та дотримання етичних стандартів, встановлених науковими організаціями.

Проведення основного дослідження: Після відпрацювання пілотних версій методики та виконання необхідних корекцій, можна проводити основне дослідження з використанням методики емоційної сфери особистості. Дослідники повинні дотримуватися наукових принципів, забезпечувати якість збору та аналізу даних, та робити висновки на основі об'єктивних результатів.

Аналіз та інтерпретація результатів. Після проведення дослідження, методика емоційної сфери особистості повинна бути аналізована та інтерпретована з урахуванням наукових стандартів. Аналіз результатів має включати статистичну обробку даних, визначення показників емоційної сфери, порівняння з іншими дослідженнями, а також врахування можливих обмежень та впливів на результати.

Інтерпретація результатів має бути об'єктивною та науково обґрунтованою. Дослідники мають ретельно аналізувати результати, зважаючи на контекст дослідження, методику, вибірку та можливі обмеження. Важливо забезпечити правильну тлумачення отриманих результатів та їх відповідність поставленим дослідним питанням та цілям дослідження.

Додатково, обґрунтування методики емоційної сфери особистості також включає розгляд теоретичної бази, на якій вона ґрунтується. Це може включати огляд наукової літератури з психології емоцій, теорій особистості,

попередніх досліджень, а також підтримку методики науковими доказами та концептуальними аргументами.

Загалом, організація та обґрунтування методик емоційної сфери особистості передбачає ретельне планування, розробку пілотних версій, вибірку, дотримання етичних принципів, проведення основного дослідження та аналіз результатів з наукової та об'єктивної позиції. Це допоможе забезпечити належну якість та достовірність досліджень в емоційній сфері особистості.

## РОЗДІЛ 3 РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

### 3.1. Аналіз процедури емпіричного дослідження

Ми вивчали емоційну сферу особистості. Дослідження діагностики емоційної сфери особистості є важливим напрямком в психологічних дослідженнях, оскільки емоції відіграють важливу роль в житті людини та мають вплив на її поведінку, ставлення до себе та інших, а також на фізіологічні та психологічні процеси.

Діагностика емоційної сфери особистості може включати використання різноманітних методик та інструментів, таких як опитувальники, анкети, тести, спостереження, інтерв'ю, біофізіологічні міри та інші методи. Основна мета таких досліджень - виміряти різні аспекти емоційної сфери особистості, такі як емоційна інтенсивність, виразність емоцій, реакції на стрес, вміння регулювати емоції, емоційний інтелект, емоційні стани та переживання, а також їх зв'язок з іншими психологічними аспектами, такими як когнітивні процеси, особистісні риси, соціальні фактори та інші.

Організація та обґрунтування досліджень діагностики емоційної сфери особистості передбачає визначення наукових цілей та гіпотез дослідження, ретельне планування дослідницької діяльності, розробку та апробацію методик, вибірку досліджуваних осіб, дотримання етичних принципів, проведення основного дослідження, обробку та аналіз даних, інтерпретацію результатів та їх науково обґрунтовану тлумачення.

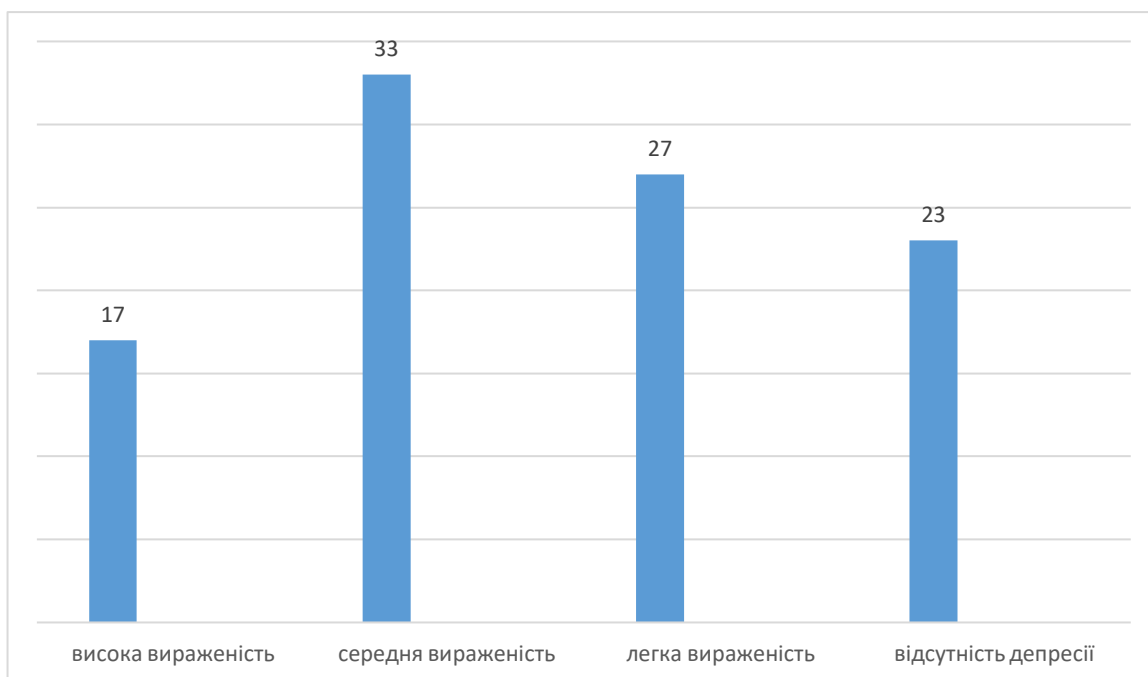


Рис.1 Діагностика емоційного стану та схильності до депресії у підлітків за шкалою депресії Бека

17 % підлітків мають високу вираженість депресії – набрали 16 та більше балів

33 % мають середню вираженість депресії – набрали від 8 до 15 балів

27 % мають легку вираженість депресії – набрали від 5 до 7 балів

23 % мають відсутність депресії – набрали від 0 до 4 балів

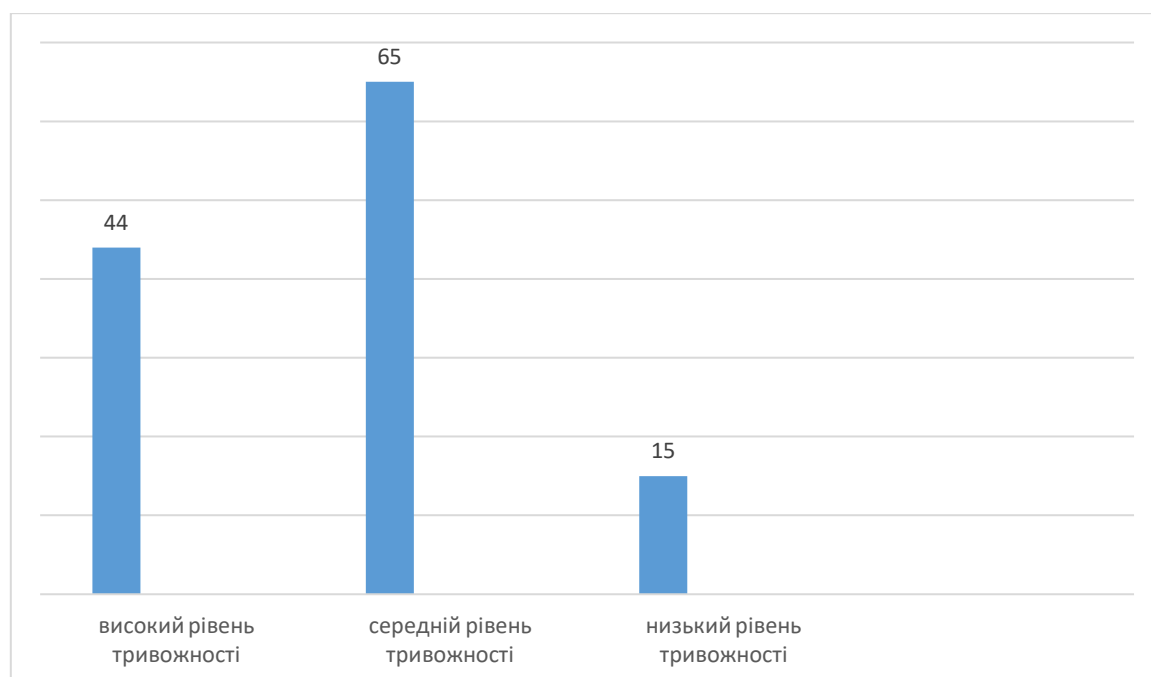


Рис. 2 Діагностика рівня тривожності у підлітків за шкалою тривоги

Ч.Д. Спілбергера

65 % мають середній рівень тривожності – набрали 31-44 бали

44% високий рівень тривожності – набрали 45 та більше балів

15 % низький рівень тривожності – набрали до 30 балів

### 3.2. Практичні рекомендації щодо діагностики емоційної особистості

Практичні рекомендації щодо діагностики емоційної особистості:

**Вибір методик:** Врахуйте при виборі методики діагностики емоційної особистості її наукову обґрунтованість, надійність, валідність та можливість застосування в вашому контексті дослідження. Використовуйте вже валідовані та перевірені методики, які мають науковий фундамент.

**Ретельне планування:** Перед початком дослідження ретельно сплануйте всі кроки, включаючи вибір методики, процедури збору даних, вибірку досліджуваних осіб, процедури апробації та тестування методики, аналіз та інтерпретацію результатів. Врахуйте етичні аспекти дослідження, такі як конфіденційність та згода учасників.

**Комплексний підхід:** Емоційна сфера особистості має багато аспектів, тому рекомендується використовувати комплексний підхід, включаючи різноманітні методики, що вимірюють різні аспекти емоцій, такі як емоційна інтенсивність, реакції на стрес, емоційний інтелект тощо. Це дозволить отримати більш повну та точну картину емоційної сфери особистості. [11]

**Стандартизація:** Для забезпечення наукової валідності та надійності дослідження важливо дотримуватись стандартизованих процедур збору даних, використання методики та її апробації

**Врахування нормативних даних,** що відповідають віковим, культурним та іншим характеристикам досліджуваних осіб є важливим аспектом діагностики емоційної особистості.

Деякі рекомендації щодо врахування нормативних даних в процесі діагностики емоційної особистості включають:

**Нормативні вибірки:** Використовуйте нормативні вибірки, які відповідають досліджуваному віковому діапазону, культурному контексту та іншим характеристикам вашої досліджуваної групи. Нормативні вибірки - це дані,

отримані з попередніх досліджень, які використовуються для порівняння результатів вашого дослідження з нормами популяції.

**Культурні адаптації:** Якщо ви застосовуєте методику, розроблену в іншій культурній або мовній групі, ретельно перевірте її культурну адаптацію. Деякі емоційні вирази, прояви та сприйняття можуть варіювати в залежності від культурних відмінностей. Забезпечте відповідність між методикою та культурним контекстом досліджуваної групи.

**Гендерні аспекти:** Врахуйте можливі різниці у виявленні емоцій між різними гендерами. Деякі дослідження показують, що чоловіки та жінки можуть відрізнятися у виявленні та вираженні емоцій. Забезпечте рівні умови та врахуйте гендерні аспекти під час діагностики емоційної особистості.

**Індивідуальні розбіжності:** Індивідуальні розбіжності також важливо враховувати під час діагностики емоційної особистості. Кожна особистість є унікальною, і може проявляти свої емоції по-різному. Деякі рекомендації щодо врахування індивідуальних розбіжностей включають:

**Врахування особистісних розбіжностей:** Розуміння особливостей особистості досліджуваної особи може допомогти в поясненні різних виявів емоцій. Врахуйте особливості особистісних рис, таких як екстраверсія, невротизм, приємність тощо, які можуть впливати на сприйняття та виявлення емоцій.

**Гнучкість методів:** Використовуйте гнучкі методи діагностики, які можуть адаптуватися до індивідуальних потреб та можливостей досліджуваної особи.

Наприклад, можна використовувати різні методи, такі як анкети, інтерв'ю, спостереження, проєктивні тести тощо, щоб зібрати комплексні дані про емоційну сферу особистості. [7]

Врахування контексту: Емоції можуть бути впливовані зовнішніми чинниками, такими як ситуація, соціальне оточення, фізіологічні стани тощо. Враховуйте ці фактори при оцінці емоційної особистості.

Збирання даних з різних джерел: Використовуйте різні джерела інформації, такі як самозвіти досліджуваної особи, спостереження, оцінки оточення тощо.



## Висновки до 3-го розділу

Емпіричні дослідження емоційної сфери особистості базуються на наукових методах та прийомах, що дозволяють зібрати об'єктивні дані про емоційні прояви особистості. Деякі з найпоширеніших методів емпіричного дослідження емоційної сфери особистості включають:

**Психологічні тести:** Використання стандартизованих психологічних тестів, які оцінюють різні аспекти емоцій, такі як настрій, емоційна стійкість, емоційна інтелігентність тощо. Ці тести можуть допомогти зібрати кількісні дані про емоційні риси особистості.

**Анкетування:** Застосування анкет для збору суб'єктивної інформації про емоції, таку як емоційні стани, емоційні реакції на різні події або ситуації, емоційні стратегії тощо. Анкети можуть бути розроблені на основі відомих теорій емоцій та адаптовані до специфічних контекстів дослідження.

**Експерименти:** Застосування експериментальних методів для дослідження емоційної сфери, таких як експерименти на виклик емоцій, емоційні реакції на стимули, фізіологічні відповіді на емоції тощо. Експерименти можуть допомогти встановити причинно-наслідкові зв'язки між різними емоційними стимулами та реакціями особистості.

**Біофізіологічні міри:** Використання біофізіологічних мір, таких як електроенцефалограма (ЕЕГ), електрокулограма (ЕОГ), електрокардіограма (ЕКГ), шкірний електрогальванічний відгук (ШЕГВ), функціональний магнітно-резонансний томограф (фМРТ) та інші біофізіологічні методи можуть бути використані для об'єктивної оцінки фізіологічних змін, пов'язаних з емоційною активністю особистості.

Наприклад, ЕЕГ може використовуватися для вивчення електричної активності мозку, ЕОГ - для вимірювання рухів очей, ЕКГ - для оцінки серцевої активності, ШЕГВ - для вимірювання змін в електропровідності

шкіри, а фМРТ - для вивчення активності різних регіонів мозку під час емоційних реакцій.

Діагностичні інтерв'ю: Використання різних структурованих або неструктурованих інтерв'ю, спрямованих на вивчення емоційної сфери особистості, можуть дати можливість отримати детальні квалітативні дані про емоційні досвіди, емоційні реакції та стратегії регулювання емоцій.

Самооцінка: Оцінка емоційної сфери особистості може бути здійснена шляхом заповнення особистістю самооцінних питальників, що дозволяють оцінити власні емоційні відчуття, емоційні реакції, емоційні стратегії тощо.

Проте, варто враховувати, що самооцінка може бути підв'язана на індивідуальних особливостях особистості та бути підвержена певним спотворенням.

## Висновки

Діагностика емоційної сфери особистості може бути здійснена за допомогою різноманітних методів, таких як анкетування, психофізіологічні міри, психологічні тести, інтерв'ю, спостереження та інші. Врахування нормативних даних, таких як вікові, культурні та інші характеристики, є важливим аспектом діагностики емоційної сфери особистості.

Використання біофізіологічних мір, таких як ЕЕГ, ЕОГ, ЕКГ, ШЕГВ, фМРТ та інші, може дати можливість отримати об'єктивні дані про фізіологічні зміни, пов'язані з емоційною активністю особистості. Наприклад, психофізіологічні міри можуть виявити зміни в активності мозку, серцевій активності, рухах очей та інших фізіологічних проявах під час емоційних реакцій.

Психологічні тести, анкети та опитувальники можуть допомогти отримати квалітативні дані про емоційні досвіди, емоційні реакції, емоційні стратегії та інші аспекти емоційної сфери особистості. Важливо враховувати індивідуальні розбіжності, такі як особистісні особливості, культурні відмінності та інші фактори, які можуть впливати на результати діагностики.

Емоційна сфера особистості включає різноманітні аспекти емоційного функціонування, такі як емоційні досвіди, емоційні реакції, емоційні стратегії, емоційна регуляція та інші процеси, пов'язані з емоціями. Вивчення емоційної сфери особистості може включати різні аспекти, такі як:

**Емоційні досвіди:** Дослідження емоційних досвідів дозволяє вивчити, які емоції переживає особистість, як вона їх сприймає, інтенсивність та тривалість емоційних досвідів.

**Емоційні реакції:** Вивчення емоційних реакцій дозволяє дослідити, як особистість реагує на різні стимули, події або ситуації емоційної природи. Це може включати вивчення фізіологічних змін, які відбуваються в організмі

внаслідок емоційних реакцій, таких як зміни в серцевому ритмі, диханні, гормональному рівні тощо.

Емоційні стратегії: Вивчення емоційних стратегій дозволяє оцінити, як особистість регулює свої емоції, які стратегії вона використовує для регуляції позитивних та негативних емоцій, чи використовує вона адаптивні чи малоадаптивні стратегії емоційної регуляції.

Емоційна регуляція: Вивчення емоційної регуляції дозволяє оцінити, як особистість контролює свої емоції.

## Анотація

Терещенко М.-М. І. “Діагностика емоційної сфери особистості”.

У першому розділі роботи було проведено дослідження основних теоретичних підходів до вивчення емоційної сфери особистості. Проаналізовані підходи психологічного аналізу емоційної сфери у структурі особистості.

У другому розділі були охарактеризовані особливості організації досліджень емоційної сфери особистості. Також були названі важливі етичні аспекти, пов'язані з медичними дослідженнями. Приведені аргументи, які можуть бути використані для обґрунтування методик щодо емоційної сфери особистості.

У третьому розділі був описаний аналіз процедури емпіричного дослідження, тобто використання різноманітних методик та інструментів в діагностиці емоційної сфери особистості та організація та обґрунтування досліджень. Приведені практичні рекомендації щодо діагностики емоційної особистості. Також було організовано та проведено дослідження такими методами як: шкала тривоги Ч.Д. Спілберга, шкала депресії Бека.

**Ключові слова:** емоційна сфера особистості, методи діагностики, тести, особистість, тривога, депресія.

Tereshchenko M.-M. I. “Diagnostics of the emotional sphere of the personality”.

In the first section of the work, a study of the main theoretical approaches to the study of the emotional sphere of the individual was carried out. The approaches of psychological analysis of the emotional sphere in the personality structure are analyzed.

In the second chapter, the peculiarities of the organization of research into the emotional sphere of the individual were characterized. Important ethical aspects related to medical research were also mentioned. Arguments that can be used to justify the methods regarding the emotional sphere of the individual are given.

The third chapter described the analysis of the empirical research procedure, that is, the use of various methods and tools in the diagnosis of the emotional sphere of the individual, and the organization and justification of the research. Practical recommendations for diagnosing an emotional personality are given. Research was also organized and conducted using such methods as: the anxiety scale of Ch. D. Spielberg, Beck's depression scale.

**Key words:** emotional sphere of personality, diagnostic methods, tests, personality, anxiety, depression.

## Список використаних джерел

1. Боришевський М. Й. Особистість у вимірах самосвідомості. — Суми: Видавничий будинок «Еллада», 2012. — 608 с.
2. С. Крилова. Особистість // Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук (гол. редкол.) та ін. — Київ : Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України : Абрис, 2002. — С. 457. — 742 с.
3. Проективні методи дослідження особистості: підручник / К. Шамлян, М. Кліманська; Львів. нац. ун-т ім. І. Франка. — Львів, 2014. — 465 с. — Бібліогр.: с. 450—455.
4. Культура. Ідеологія. Особистість.: Методолого-світоглядний аналіз. Губерський Л., Андрущенко В., Михальченко М. 2-е вид. К.: Знання України, 2005. 580 с.
5. Коменда О. І. Універсальна творча особистість в українській музичній культурі: дис... д-ра мистецтвознав.: 17.00.03 «Музичне мистецтво». НМАУ імені П.І.Чайковського, Київ, 2020. 519 с.
6. Особистість // Українська мала енциклопедія : 16 кн. : у 8 т. / проф. Є. Онацький. — Буенос-Айрес, 1962. — Т. 5, кн. X : Літери Ол — Пер. — С. 1252-1253. — 1000 екз.
7. Оточення // Українська мала енциклопедія : 16 кн. : у 8 т. / проф. Є. Онацький. — Буенос-Айрес, 1962. — Т. 5, кн. X : Літери Ол — Пер. — С. 1259-1261
8. Титаренко Т. Поняття „стать” у психології особистості // Психолог. — 2003.— лютий № 6.
9. Говорун Т.В., Шарган О.М. Психологічні аспекти гендерної дискримінації// Психологія. Зб. наук. праць. Вип. III. — К., 1998. С. 3
10. Говорун Т.В. Гендерна психологія: [Навч. посібник] / Т.В. Говорун, О.М. Кікінежді. — К.: „Академія”, 2004. — С. 308.
11. Гендерні стереотипи та ставлення громадськості до гендерних проблем в українському суспільстві // За ред. Ю.І. Саєнка. - Київ: ВАІТЕ, 2007. — С. 143.

12. Палій А. А. Диференціальна психологія : навч. посіб. / А. А. Палій. - Київ: Академвидав, 2010.



## Додатки

## Додаток А

“Шкала ситуативної тривожності Ч. Д. Спілбергера” (адаптована Ю. Л. Ханіним)

Інструкція: “Прочитайте уважно кожна з приведених нижче тверджень і закресліть відповідну цифру праворуч від кожного з тверджень залежно від того, як Ви себе почувате в даний момент. Над питаннями довго не замислюйтесь, оскільки правильних чи неправильних відповідей немає”.

№	Ситуація	Ні, це не так	Напевно так	Вірно	Дійсно вірно
1.	Я спокійний	1	2	3	4
2.	Мені нічого не загрожує	1	2	3	4
3.	Я відчуваю себе напружено	1	2	3	4
4.	Я відчуваю жаль	1	2	3	4
5.	Я відчуваю себе вільно	1	2	3	4
6.	Я розчарований	1	2	3	4
7.	Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8.	Я відчуваю себе відпочилим	1	2	3	4
9.	Я стурбований	1	2	3	4
10.	Я маю відчуття внутрішнього задоволення	1	2	3	4
11.	Я впевнений у собі	1	2	3	4
12.	Я нервую	1	2	3	4
13.	Я не знаходжу собі місця	1	2	3	4
14.	Я напружений	1	2	3	4
15.	Я не відчуваю скованості	1	2	3	4
16.	Я задоволений	1	2	3	4
17.	Я заклопотаний	1	2	3	4
18.	Я надто збуджений і мені не по собі	1	2	3	4
19.	Мені радісно	1	2	3	4
20.	Мені приємно	1	2	3	4

Ключ:

Для питань 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18 номер шкали відповідає кількості балів, тобто 1, 2, 3 або 4.

Для питань 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 18, 20 бали підраховуються за шкалою у зворотному порядку, тобто шкалою 1 відповідає бал 4; шкалою 2 – 3, шкалою 3 – 2 та шкалою 4 дорівнює 1 балам.

Обробка результатів:

Підсумковий показник знаходиться в діапазоні від 20 до 80 балів. Чим вищий показник, тим вищий рівень тривожності. При інтерпретації показників можна орієнтуватися на такі орієнтовні оцінки рівня тривожності: до 30 балів – низький, 31-44 бали – середній, 45 і більше – високий.