

РЕФЕРАТ

до дипломної роботи

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ

Виконавець:

студентка 4 курсу 4зф12 групи
факультету ЦЗФН

_____Кривальчук Віра Сергіївна

/підпис/

Науковий керівник

кандидат психологічних наук
доцент кафедри МППП

_____Бабчук Олена Григоріївна

/підпис/

ОДЕСА–2025

Актуальність дослідження. Сучасне суспільство дедалі частіше стикається з психологічними проблемами, що впливають на якість життя та міжособистісні стосунки. Емоційна залежність, як форма адиктивної поведінки, характеризується патологічною прив'язаністю до іншої особи, тривожністю, низькою самооцінкою та потребою у зовнішній валідації. В Україні цей феномен набуває особливого значення через соціокультурні особливості, такі як традиційні гендерні ролі, історична травматизація та вплив цифрових технологій. Недостатня увага до емоційної залежності в наукових дослідженнях і практичній психології підкреслює необхідність вивчення її психологічних механізмів, проявів і шляхів корекції, особливо серед студентської молоді, яка є вразливою до цього явища через перехідний період життя.

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі та емпіричному вивченні індивідуально-психологічних особливостей осіб з емоційною залежністю, а також у визначенні чинників, що впливають на її прояв.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретико-методологічний аналіз феномена емоційної залежності, визначивши її сутність, функції та місце серед інших форм адиктивної поведінки.
2. Описати етапи організації та проведення емпіричного дослідження психологічних особливостей осіб із емоційною залежністю.
3. Проаналізувати та інтерпретувати результати емпіричного дослідження, включаючи кореляційні зв'язки між емоційною залежністю та психологічними характеристиками.

Об'єкт дослідження – емоційна залежність особистості.

Предмет дослідження – індивідуально-психологічні особливості осіб із емоційною залежністю та чинники, що впливають на її прояв.

Методи дослідження:

1) теоретичні методи (аналіз та систематизація теоретичних підходів та емпіричних результатів, що містяться у наукових літературних джерелах); 2) емпіричні (опитування); 3) математико-статистичні методи (коефіцієнт Спірмена); використувався кількісний (кореляційний) аналіз отриманих результатів.

Психодіагностичний комплекс склали: "Шкала емоційної залежності" В.Д. Москаленко; "Опитувальник тривожності" Ч.Д. Спілбергера в адаптації Ю.Л. Ханіна; "Шкала самооцінки" М. Розенберга.

Структура роботи. Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи складає 76 сторінок. Кількість використаних літературних джерел складає 58 найменувань. Робота проілюстрована 3 малюнками та 2 таблицями.

Основний зміст роботи

У вступі обґрунтовано актуальність теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження та наукову новизну роботи.

У першому розділі «Теоретико-методологічний аналіз проблеми емоційної залежності» розкрито сутність феномена емоційної залежності як форми адиктивної поведінки, що характеризується патологічною прив'язаністю, тривожністю та низькою самооцінкою. Проаналізовано індивідуально-психологічні аспекти залежності, зокрема її зв'язок із тривожністю, самооцінкою та стилями прив'язаності. Визначено соціокультурні чинники, такі як українські культурні норми, гендерні ролі, історична травматизація та вплив цифрових технологій, що підсилюють прояви емоційної залежності.

У другому розділі «Емпіричне дослідження самосприймання студентської молоді» описано організацію дослідження, яке проводилося на вибірці студентів Одеського державного економічного університету (спеціальність «психологія»). Детально розглянуто вибір

психодіагностичного інструментарію, етапи збору даних і методи аналізу. Кореляційний аналіз за методом Спірмена виявив статистично значущі зв'язки між досліджуваними змінними. Емоційна залежність мала позитивну кореляцію з особистісною тривожністю ($r = 0,67, p < 0,05$) і негативну – із самооцінкою ($r = -0,59, p < 0,05$). Ситуативна тривожність показала слабшу кореляцію з залежністю ($r = 0,41, p < 0,05$), що може свідчити про її менший вплив порівняно зі стійкою тривожністю. Ці результати підтверджують гіпотезу про те, що низька самооцінка та висока тривожність є факторами, які підсилюють емоційну залежність у студентської молоді.

Якісний аналіз відповідей на відкриті запитання авторської анкети дозволив поглибити розуміння суб'єктивних аспектів емоційної залежності. За методом контент-аналізу Р. Лазаруса відповіді було категоризовано за трьома основними темами: «страх втрати», «потреба у близькості» та «емоційна нестабільність». Якісний аналіз суб'єктивних відповідей показав, що значна частина респондентів відчувають тривогу чи смуток при недоступності близької людини, а більшість акцентують потребу у підтримці та схваленні. Гендерний аналіз підтвердив вищі показники емоційної залежності у жінок порівняно з чоловіками.

Висновки:

Проведене дослідження на тему «Індивідуально-психологічні особливості емоційної залежності» дозволило досягти поставленої мети – розкрити сутність цього феномена, його прояви та психологічні передумови серед студентської молоді. Робота базувалася на комплексному підході, що поєднував теоретичний аналіз і емпіричне вивчення, та відповідала основним завданням, визначеним на початку дослідження: узагальнення теоретичних підходів до емоційної залежності, визначення її сутності та чинників, емпіричне дослідження проявів цього явища у студентів, а також встановлення зв'язків із ключовими психологічними характеристиками.

Перше завдання – аналіз теоретичних основ емоційної залежності – було реалізовано через систематизацію наукових поглядів на цей феномен. Емоційна залежність визначена як форма адиктивної поведінки, що характеризується надмірною прив'язаністю до іншої людини як джерела емоційної стабільності, втратою автономності та страхом самотності. Теоретичний аналіз показав, що її формування зумовлене психологічними факторами (низька самооцінка, тривожність, дитячі травми), соціальними умовами (дисфункціональні сімейні моделі, гендерні стереотипи) та культурними нормами, які в українському контексті посилюються традиціями "жертвовності" та історичною травматизацією. Ці висновки стали основою для подальшого емпіричного дослідження.

Друге завдання – визначення сутності та чинників емоційної залежності – поглибило розуміння її природи. У ході теоретичного аналізу встановлено, що емоційна залежність відрізняється від здорової прихильності патологічною потребою у схваленні та розмиттям особистих меж. Її прояви включають емоційну нестабільність, страх втрати об'єкта прив'язаності та труднощі із самостійністю. Чинники формування виявилися багатогранними: внутрішні психологічні особливості, такі як тривожний стиль прив'язаності, поєднуються із зовнішніми впливами, зокрема соціокультурними нормами, що ідеалізують близькість як джерело безпеки. Цей синтез теоретичних даних дозволив сформулювати гіпотезу про зв'язок емоційної залежності з тривожністю та самооцінкою.

Третє завдання – емпіричне дослідження проявів емоційної залежності серед студентської молоді – було виконано через вивчення вибірки студентів вищого навчального закладу. Дослідження проводилося у три етапи (підготовчий, основний, аналітичний) із застосуванням стандартизованих психодіагностичних методик і якісних підходів. Результати засвідчили, що емоційна залежність є поширеним явищем серед молоді, проявляючись у потребі у схваленні, страху самотності та емоційній нестабільності. Виявлено

відмінності у її вираженості залежно від індивідуальних особливостей, що підтверджує гетерогенність цього феномена у студентському середовищі.

Четверте завдання – встановлення зв'язків емоційної залежності з психологічними характеристиками – реалізовано через кореляційний і якісний аналіз. Дослідження показало, що емоційна залежність тісно пов'язана з тривожністю та самооцінкою: високий рівень тривожності сприяє її формуванню, тоді як низька самооцінка виступає передумовою пошуку зовнішньої стабільності через стосунки. Якісні дані підкреслили суб'єктивні аспекти залежності, такі як страх втрати та потреба у близькості, що відображають як психологічні, так і соціальні впливи. Ці зв'язки узгоджуються з теоретичними положеннями про адиктивну природу феномена та його залежність від внутрішнього емоційного стану.

Проведене дослідження також виявило специфіку емоційної залежності в українському контексті, де культурні норми та історичні особливості підсилюють її прояви. Водночас встановлено, що студенти як вікова група є вразливими до цього явища через перехідний період між залежністю від батьків і самостійністю, що ускладнюється сучасними соціокультурними умовами, зокрема впливом цифрових технологій і медіатизованих моделей поведінки.

Таким чином, дослідження досягло своєї мети, підтвердивши багатогранність емоційної залежності та її зв'язок із психологічними і соціальними факторами. Результати відкривають перспективи для подальшого аналізу, зокрема розширення вибірки, включення додаткових змінних (стиль виховання, вплив соціальних мереж) і розробки практичних рекомендацій для психологічної підтримки молоді.