

УДК 159.9

DOI 10.52928/2070-1640-2024-42-2-95-98

## ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНОЙ ЗРЕЛОСТИ И МЕЖЛИЧНОСТНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ

Ю. А. СОЛДАТЕНКОВА, Н. Н. СТРУНИНА

(Полоцкий государственный университет имени Евфросинии Полоцкой)

*Представлены результаты эмпирического исследования проявлений межличностной зависимости у студентов, а также взаимосвязи проявлений личностной зрелости и межличностной зависимости. Установлено, что студенты знакомы с понятиями «личностная зрелость» и «межличностная зависимость». Выявлена положительная корреляционная взаимосвязь между некоторыми показателями личностной зрелости и межличностной зависимости у студентов различных специальностей.*

**Ключевые слова:** личностная зрелость, межличностная зависимость, поддержка, самостоятельность, привязанность.

**Введение.** Связь между личностной зрелостью и межличностной зависимостью играет важную роль в изучении межличностных отношений и человеческого поведения. Личностная зрелость отражает уровень эмоциональной, социальной и психологической зрелости личности, в то время как межличностная зависимость определяет степень зависимости от других людей в процессе общения и взаимодействия. Однако определение объективных критериев для этих феноменов и выявление их взаимосвязи остаются сложными для психологического исследования. Несмотря на сложность, ряд исследователей, таких как А. А. Бодалев, Б. Г. Ананьев, А. Н. Леонтьев, Э. З. Фромм и И. Д. Ялом, уделили изучению взаимосвязи личностной зрелости и межличностной зависимости значительное внимание.

Данная тема актуальна по многим причинам. Во-первых, понимание влияния личностной зрелости на взаимоотношения с окружающими, дает возможность лучше понять себя и собственные реакции в общении с другими людьми. Знание о своих личностных особенностях и уровне зрелости помогает выбирать подходящее направление в карьере, развивать профессиональные навыки и успешно взаимодействовать с коллегами. Во-вторых, осознание влияния межличностных отношений на жизнь способствует формированию более гармоничных и здоровых взаимодействий с другими людьми. Умение распознавать свои эмоции, потребности и границы, а также умение эффективно общаться с окружающими способствуют развитию качественных межличностных связей.

По мнению К. А. Абульхановой-Славской, зрелую личность отличает мера понимания времени, самостоятельность в выстраивании личностной и жизненной перспектив. Личностно зрелый человек реализует мотивы своих поступков, руководствуясь их значимостью для своей жизненной линии [1].

Согласно Дж. Уотсону, межличностная зависимость вероятна из-за формирования определенных привязанностей и ассоциаций в детстве. Он утверждал, что человек может стать зависимым от других людей из-за необходимости получать от них поддержку и заботу, которые он не имел в детстве [2].

Результаты одного из исследований указывают на то, что люди с высоким уровнем личностной зрелости обычно проявляют меньшую межличностную зависимость, чем те, кто имеет более низкий уровень личностной зрелости [3].

Таким образом, понимание взаимосвязи между этими двумя явлениями вызывает особый интерес, поскольку способствует личностному развитию, самопознанию и улучшению качества нашей жизни.

**Основная часть.** *Цель исследования* – изучение взаимосвязи между личностной зрелостью и межличностной зависимостью у студентов.

Гипотеза исследования: между показателями личностной зрелости и межличностной зависимости у студентов существует взаимосвязь.

Выборка исследования составила 60 студентов (30 юношей и 30 девушек) Полоцкого государственного университета имени Евфросинии Полоцкой в возрасте от 17 до 24 лет.

Методы исследования: организационный (сравнительный метод); эмпирический (тестирование, опрос); метод обработки эмпирических данных (критерий ранговой корреляции Спирмена); интерпретационный (структурный метод). Статистическая обработка данных производилась с помощью программы STATISTICA 8.

Методики исследования: для изучения выраженности у студентов межличностной зависимости использовалась авторская анкета, а также «Тест межличностной зависимости» Р. Гиршфильда в адаптации О. П. Макушиной.

Для диагностики личностной зрелости использовался тест-опросник личностной зрелости Ю. З. Гильбуха.

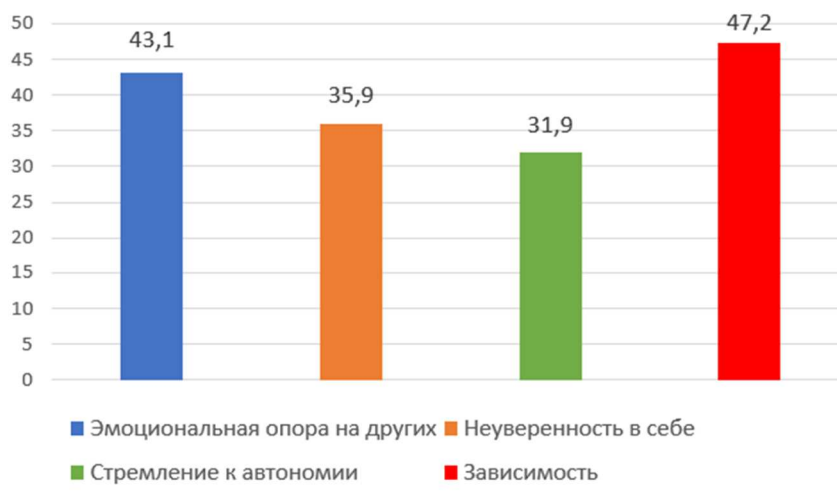
*Результаты и их обсуждение.* На первом этапе исследования было проведено анкетирование студентов.

В результате проведенного качественного анализа анкеты удалось выявить, что:

- самой выбираемой категорией ответов на вопрос «Если другой человек приближается слишком близко (физически сокращает расстояние), то Вы...» оказалась «Чувствуете себя вполне спокойно» (57%);
- наиболее популярным ответом на вопрос «При возникновении конфликта с вашим партнером Вы бы предпочли ...» был «Уступить и сохранить мирные отношения» (50%);
- чаще всего выбираемой категорией ответов на вопрос «Верите ли Вы, что большинство людей в глубине души хорошие и имеют добрые намерения?» была «Да, верю» (57%);
- наиболее распространенным ответом на вопрос «Вы, сталкиваясь с различными разочарованиями и препятствиями, ...» был «Как правило, хорошо справляетесь с ними» (82%);
- наиболее популярной категорией ответов на вопрос «Считаете ли Вы, что другие люди ожидают от Вас слишком многого?» оказалась «Нет, у них немного ожиданий» (60%);
- наиболее распространенным ответом на вопрос «Как Вы считаете, допустимо ли иметь межличностную зависимость в отношениях с другими?» был «Нет, не допустимо» (59%);
- наиболее выбираемой категорией ответов на вопрос «Может ли межличностная зависимость приносить пользу в отношениях с другим человеком?» оказалась «Нет, не может» (48%);
- наиболее предпочитаемым ответом на вопрос «Считаете ли Вы нормальным контроль поведения, разума и чувств человека?» был «Нет, это не нормально» (67%);
- наиболее распространенной категорией ответов на вопрос «Тяжело ли Вы переносите изменения в отношениях с близкими людьми?» оказалась «Да, тяжело» (62%);
- наиболее популярным ответом на вопрос «Ваше настроение сильно зависит от настроения близких Вам людей?» был «Нет, не сильно» (49%).

На втором этапе исследования была проведена психологическая диагностика респондентов с целью изучения межличностной зависимости у юношей и девушек. Для этого был использован «Тест межличностной зависимости» Р. Гиршфильда в адаптации О. П. Макушиной. Полученные результаты представлены на диаграмме (рисунок 1).

Наиболее высокое среднее значение у студентов наблюдается по шкале «Зависимость» (47,2), средние значения – по шкалам «Эмоциональная опора на других» (43,1) и «Неуверенность в себе» (35,9), наиболее низкое – по шкале «Стремление к автономии» (31,9).



**Рисунок 1. – Диаграмма средних значений по методике «Тест межличностной зависимости» Р. Гиршфильда в адаптации О. П. Макушиной**

Далее была проведена психологическая диагностика студентов Полоцкого государственного университета имени Евфросинии Полоцкой для изучения личностной зрелости у юношей и девушек. Для этого был использован тест-опросник личностной зрелости Ю. З. Гильбуха. Полученные результаты представлены на диаграмме (рисунок 2).

Исходя из данных средних значений, представленных на рисунке 2, можно сделать вывод, что наиболее высокое среднее значение наблюдается у студентов по шкале «Личностная зрелость» (39,5), средние значения – по шкалам «Отношение к своему Я» (12,6), «Мотивация достижений» (9,8), «Жизненная установка» (9), наиболее низкие средние значения – по шкалам «Способность к психологической близости с другим человеком» (5,6) и «Чувство гражданского долга» (2,2).



**Рисунок 2 – Диаграмма средних значений по методике «Тест-опросник личностной зрелости» Ю. З. Гильбуха**

На третьем этапе исследования был проведен корреляционный анализ переменных личностной зрелости и межличностной зависимости. Для определения взаимосвязи показателя «Эмоциональная опора на других» и показателей «Мотивация достижений», «Отношение к своему Я», «Жизненная установка» и «Личностная зрелость» использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена с использованием программы STATISTICA 8. Коэффициент рангов Спирмена позволяет определить тесноту (силу) и направление корреляционной связи между двумя признаками. Полученные результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Эмоциональная опора на других», «Мотивация достижений», «Отношение к своему «Я», «Жизненная установка» и «Личностная зрелость» у студентов

Переменные	<i>r</i>	<i>p</i>
Эмоциональная опора на других/ Мотивация достижений	-0,34	0,01
Эмоциональная опора на других/ Отношение к своему «Я»	-0,52	0,00
Эмоциональная опора на других/ Жизненная установка	-0,28	0,03
Эмоциональная опора на других/ Личностная зрелость	-0,40	0,00

Примечания: *r* – коэффициент ранговой корреляции Спирмена; *p* – уровень значимости.

Согласно таблице 1, между переменными «Эмоциональная опора на других», «Мотивация достижений», «Отношение к своему Я» и «Личностная зрелость» образовалась умеренная отрицательная корреляция, а также слабая отрицательная корреляция с показателем «Жизненная установка» при уровне статистической значимости  $p < 0,05$ . Иначе, чем выше показатель эмоциональной опоры на других, тем ниже показатель мотивации достижений, отношения к своему «Я», жизненной установки и личностной зрелости. Таким образом, эмоциональная опора на других измеряет степень нужды в поддержке от окружающих, а низкий уровень этого показателя может быть связан с большей самостоятельностью и стремлением к самореализации, что, в свою очередь, повышает мотивацию к достижениям и укрепляет отношение к собственной личности.

Для определения взаимосвязи показателя «Неуверенность в себе» и показателей «Отношение к своему Я», «Личностная зрелость» использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Полученные результаты исследования представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Неуверенность в себе», «Отношение к своему Я» и «Личностная зрелость» у студентов

Переменные	<i>r</i>	<i>p</i>
Неуверенность в себе/ Отношение к своему «Я»	-0,47	0,00
Неуверенность в себе/ Личностная зрелость	-0,26	0,05

Примечания: *r* – коэффициент ранговой корреляции Спирмена; *p* – уровень значимости.

Из таблицы 2 видно, что между переменными «Неуверенность в себе» и «Отношение к своему Я» образовалась умеренная отрицательная корреляция, а также слабая отрицательная корреляция с показателем «Личностная зрелость» при уровне статистической значимости  $p < 0,05$ . Другими словами, чем выше показатель неуверенности в себе, тем ниже показатели отношения к своему «Я» и личностной зрелости. Это можно объяснить тем, что, когда человек не уверен в себе, он склонен иметь низкую самооценку, чувствовать неудовлетворенность своими способностями и проявлять меньшую требовательность к себе. Это может привести к негативному восприятию собственной личности и ограничить его способность к саморазвитию

и самореализации. В результате уровень личностной зрелости может оказаться сниженным, что затрудняет достижение личных и жизненных целей.

Для определения взаимосвязи показателя «Зависимость» и показателей «Отношение к своему Я», «Личностная зрелость» использовался коэффициент Спирмена (ранговая корреляция). Полученные результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Зависимость», «Отношение к своему Я» и «Личностная зрелость» у студентов

Переменные	$r$	$p$
Зависимость/ Отношение к своему «Я»	-0,53	0,00
Зависимость/ Личностная зрелость	-0,32	0,01

Примечания:  $r$  – коэффициент ранговой корреляции Спирмена;  $p$  – уровень значимости.

Между переменными «Зависимость» и «Отношение к своему Я», «Личностная зрелость» образовалась умеренная отрицательная корреляция при уровне статистической значимости  $p < 0,05$  (см. таблицу 3). То есть чем выше показатель зависимости, тем ниже показатели отношения к своему «Я» и личностной зрелости. Таким образом, высокая зависимость от других людей может означать, что человек склонен полагаться на внешнюю поддержку и утешение, что может препятствовать формированию зрелости и уверенности в собственных силах. Подобная зависимость также может ограничивать личностное развитие и саморазвитие, что отрицательным образом сказывается на уровне отношения к собственной личности и личностной зрелости. Однако не было обнаружено достоверных взаимосвязей переменных с показателями «Чувство гражданского долга», «Способность к психологической близости с другим человеком» и «Стремление к автономии».

Таким образом, мы обнаружили взаимосвязь между показателями личностной зрелости и межличностной зависимости, но значимые корреляции образовались не со всеми используемыми диагностируемыми показателями личностной зрелости и межличностной зависимости.

**Заключение.** Опираясь на результаты анкетирования, можно сделать вывод, что студенты знакомы с понятием «межличностная зависимость». Большинство из них считают, что иметь межличностную зависимость в отношениях с другими недопустимо, она не может приносить пользу в отношениях с другим человеком.

В результате эмпирического исследования было обнаружено, что между переменными «Эмоциональная опора на других», «Мотивация достижений», «Отношение к своему Я» и «Личностная зрелость» существует умеренная отрицательная корреляция, а также слабая отрицательная корреляция с показателем «Жизненная усталость». Значит, чем выше показатель эмоциональной опоры на других, тем ниже показатель мотивации достижений, отношения к своему «Я», жизненной установки и личностной зрелости.

Между переменными «Неуверенность в себе» и «Отношение к своему Я» существует умеренная отрицательная корреляция, а также слабая отрицательная корреляция с показателем «Личностная зрелость». А именно, чем выше показатель неуверенности в себе, тем ниже показатели отношения к своему «Я» и личностной зрелости.

Между переменными «Зависимость» и «Отношение к своему Я», «Личностная зрелость» образовалась умеренная отрицательная корреляция, т.е. чем выше показатель зависимости, тем ниже показатели отношения к своему «Я» и личностной зрелости.

При этом не зафиксировано наличие достоверных взаимосвязей между показателями «Чувство гражданского долга», «Способность к психологической близости с другим человеком» и «Стремление к автономии».

Таким образом, гипотеза о том, что между показателями личностной зрелости и межличностной зависимости у студентов существует взаимосвязь, подтвердилась частично.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А. Психология и сознание личности: избранные психологические труды. – М.: РГБ, 2004. – 216 с.
2. Уотсон Дж. Психология как наука о поведении. – М.: Моск. психол. союз, 2016. – С. 42–92.
3. Sowislo R., Orth G. Personality maturity and interpersonal dependency: A review // Psychological Medicine. – 2016. – Vol. 33, № 5. – P. 27–31.

Поступила 17.10.2024

#### THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONAL MATURITY AND INTERPERSONAL DEPENDENCE AMONG STUDENTS

Y. SOLDATENKOVA, N. STRUNINA  
(Euphrosyne Polotskaya State University of Polotsk)

*The article presents the results of an empirical study of manifestations of interpersonal dependence among students, as well as the relationship between personal maturity and interpersonal dependence. It was found that students are familiar with the concepts of "personal maturity" and "interpersonal dependence." A positive correlation was identified between certain indicators of personal maturity and interpersonal dependence among students of different majors.*

**Keywords:** personal maturity, interpersonal dependence, support, independence, attachment.