

Деревянко С.П., аспирант кафедры общей и возрастной психологии Черниговского государственного педагогического университета им. Т.Г. Шевченко

РОЛЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ

Постановка проблемы. Понятие «эмоциональный интеллект» относится к той области исследований, в которой неоднократно совершается попытка научными средствами ответить на вопрос: «Что детерминирует успех жизнедеятельности человека?».

Учёные, изучающие проблему эмоционального интеллекта в контексте поставленного вопроса, исследовали данный конструкт: как основу успешности жизнедеятельности человека (А.Чоботарь, 1999); значение эмоционального интеллекта для профессиональной деятельности (И.Андреева, 2003); роль и значение эмоционального интеллекта в процессе межличностного взаимодействия (Д.Люсин, 2004, Е.Власова, 2005, М.Манойлова, 2006); влияние эмоционального интеллекта на формирование и проявление лидерских качеств (Д.Гоулман, 2005); функциональные характеристики эмоционального интеллекта (Э.Носенко, Н.Коврига, 2003).

Анализ теоретических воззрений вышеуказанных авторов позволяет определить эмоциональный интеллект как совокупность эмоционально-когнитивных способностей к социально-психологической адаптации личности. Также в данной работе мы основывались на положении о свойственности эмоциональному интеллекту стрессозащитной и адаптивной функций [1].

Цель работы – изучение характеристик эмоционального интеллекта, влияющих на показатели адаптированности студентов. Поскольку в качестве основных критериев процесса социально-психологической адаптации выделяют *внутренние* (наличие и характер эмоциональных переживаний) и *внешние признаки* (особенности формирования системы взаимоотношений с окружающими), основными показателями адаптированности были определены: 1) уровень эмоциональной комфортности; 2) «принятие» как стержневой характеристики системы отношений личности к себе и другим [2].

Методика и организация исследования. В исследовании были использованы следующие методики: опросник «Эмоциональный интеллект» (Н. Холл), методика «Диагностика социально-психологической адаптации» (К. Роджерс, Р. Даймонд), «Четырёхмодальный тест-опросник эмоциональности» (Л. Рабинович), самооценочный тест «Характеристики эмоциональности» (Е. Ильин), методика «Эмоциональная направленность» (Б. Додонов).

В качестве испытуемых были задействованы студенты 1 курса исторического (35 юношей и 25 девушек) и психолого-педагогического

(15 юношей и 25 девушек) факультетов Черниговского государственного педагогического университета.

Результаты исследования и их анализ.

Корреляционный анализ данных позволил установить значимость взаимосвязей между отдельными компонентами эмоционального интеллекта и объединить их в определенную группу способностей: «эмпатия», позитивно связанная с «распознаванием эмоций» ($r=0,648$) – когнитивные способности, «управление эмоциями» и «самотивация» ($r=0,605$) – способность к эмоционально-волевой саморегуляции, «эмоциональная осведомленность» и «эмпатия» ($r=0,483$) – эмоциональные способности. Основаниями для выделения эмпатии в эмоциональной и когнитивной группах способностей являются разнородные характеристики ее составляющих: эмоциональная эмпатия основана на подражании аффективным реакциям другого человека и реализуется в форме сочувствия и сопереживания; когнитивная эмпатия предполагает понимание и осознание состояний другого человека и включает в себя опыт, знания, навыки наблюдений [3, с. 36].

В результате дифференциально-психологического анализа данных были сопоставлены показатели и характеристики испытуемых, которые отличались:

а) по уровню сформированности эмоционального интеллекта. Данный признак позволил выделить группы студентов с максимально высокими и минимально низкими значениями общего показателя эмоционального интеллекта;

б) по уровню сформированности отдельных способностей, составляющих структуру эмоционального интеллекта. В соответствии с критерием доминирования отдельных компонентов эмоционального интеллекта были выделены группы студентов с «эмотивным», «когнитивным», «мотивационно-волевым» типами способностей.

Качественный анализ данных позволил описать психологические особенности выделенных групп студентов.

Группа испытуемых с высоким уровнем сформированности эмоционального интеллекта. В ней наиболее выраженным структурным

компонентом эмоционального интеллекта является «самотивация» (у 90% группы), наименее выраженным – показатель «управление эмоциями» (у 30% группы).

У половины студентов отмечен высокий уровень общего показателя социально-психологической адаптации; низкий уровень выраженности указанного показателя в данной группе отсутствует. Также ни у одного из студентов не выявлен низкий уровень выраженности основных показателей социально-психологической адаптации: «принятие себя» и «принятие других»; у преобладающего большинства группы (90%) – высокий уровень выделенных показателей. Показатель интернальности выражен на высоком уровне.

Модальностные показатели, характеризующие эмоциональность студентов, являются преимущественно выраженными на позитивном полюсе (эмоциональная модальность радость – ведущая у 80% группы, эмоциональная модальность гнев – у 20%, эмоциональная модальность страх – у 20%, эмоциональная модальность печаль – у 10%). Ни у одного из представителей данной группы не зафиксирован высокий уровень выраженности показателя «негативное влияние эмоций», у большей части группы (70%) данный показатель выражен минимально.

Эмоциональную направленность личности студентов данной группы характеризует комплекс коммуникативных и альтруистических эмоций.

Таким образом, у типичного представителя данной группы:

– развита способность к произвольному управлению эмоцией;

– свойственны переживания эмоций позитивного знака;

– адаптированность проявляется в общей позитивной направленности личности на себя и на других, которая характеризуется «принятием» и обусловлена потребностями в общении и поддержке.

Группа испытуемых с низким уровнем сформированности эмоционального интеллекта. Анализ выраженности отдельных компонентов эмоционального интеллекта показал, что у всех студентов данной группы не сформированной является способность к

управлению эмоциями, у большинства студентов (90% группы) выявлен низкий уровень самомотивации.

Общий показатель социально-психологической адаптации выражен преимущественно на среднем уровне (у 70%). Достаточно выраженным является показатель «принятие себя» (высокий уровень у 60%), при одновременно низкой выраженности показателя «принятие других» (высокий уровень у 20%, низкий – у 35%). Один из основных показателей социально-психологической адаптации – «эмоциональный комфорт» – характеризуется достаточно низким уровнем выраженности (у 50% – низкий и лишь у 15% – высокий). Только у половины студентов ведущим является показатель интернальности, у части (20%) доминирует показатель экстернальности.

Эмоциональность студентов данной группы выражается в преобладании двух эмоциональных модальностей – радости и гнева; также зафиксирована выраженность показателя «негативное влияние эмоций» (высокий уровень у 30% группы).

В эмоциональной направленности личности преобладающими являются практические и коммуникативные эмоции.

Таким образом, психологический портрет представителя данной группы характеризуется:

- несформированностью волевых и мотивационных компонентов саморегуляции;
- равнозначным преобладанием модальностей как позитивного («радость»), так и негативного («гнев») знака эмоций;
- преимущественно низкими или средними показателями адаптированности личности;
- значительным преобладанием в системе отношений личности показателя «принятие себя» по сравнению с показателем «принятие других».

Сравнительный анализ психологических характеристик выделенных групп установил, что показатели адаптированности выше у студентов с высоким уровнем сформированности эмоционального интеллекта. Система отношений к себе и другим у данной группы характеризуется также большей степенью принятия, что, по В. Лабунской, является

главным условием незатруднённого общения [4, с. 331].

Далее рассмотрим особенности адаптированности студентов с преобладанием отдельных компонентов эмоционального интеллекта.

Доминирование компонента «эмоциональная осведомлённость»:

1. Тенденция к низкому уровню выраженности показателя «эмоциональный комфорт».
2. Ведущие эмоциональные модальности: радость и страх.
3. Тенденция к высокому уровню выраженности показателей «принятие себя» и «принятие других».
4. Общий показатель адаптированности преимущественно средний.

Доминирование компонента «управление эмоциями»:

1. Высокий уровень выраженности показателя «эмоциональный комфорт».
2. Ведущая эмоциональная модальность – радость.
3. Высокий уровень выраженности показателей «принятие себя» и «принятие других».
4. Высокий уровень выраженности общего показателя адаптированности.

Доминирование компонента «самомотивация»:

1. Высокий уровень выраженности показателя «эмоциональный комфорт».
2. Ведущая эмоциональная модальность – радость.
3. Показатели «принятие себя» и «принятие других» выражены максимально.
4. Высокий уровень выраженности общего показателя адаптированности.

Доминирование компонента «эмпатия»:

1. Средний уровень выраженности показателя «эмоциональный комфорт».
2. Не выявлена ведущая эмоциональная модальность.
3. При высоком уровне выраженности показателя «принятие себя» низкий уровень выраженности показателя «принятие других».
4. Общий показатель адаптированности преимущественно средний.

Доминирование компонента «распознавание эмоций»:

1. Средний уровень выраженности показателя «эмоциональный комфорт».

2. Ведущие эмоциональные модальности – радость и гнев.

3. Тенденция к высокому уровню выраженности показателей «принятие себя» и «принятие других».

4. Общий показатель адаптированности преимущественно средний.

Выводы.

1. В сфере эмоциональных переживаний эмоциональный интеллект выполняет преимущественно *регулирующую роль*: способствует повышению уровня эмоционального комфорта личности путём мотивационно-волевой саморегуляции и когнитивной переработки эмоциональных стимулов. В то же время выраженность эмотивных составляющих эмоционального интеллекта (эмоциональная осведомлённость и эмпатия)

влияет на снижение уровня эмоциональной комфортности, предположительно – вследствие накопления, длительной фиксации и преобладания в сознании негативно окрашенного эмоционального опыта.

2. В сфере субъект-субъектных отношений эмоциональный интеллект выполняет *стимулирующую роль*: побуждает к безусловному принятию других и самого себя независимо от качественных характеристик образа, закреплённого в сознании (положительных – отрицательных, конгруэнтных – неконгруэнтных).

Также в исследовании была выявлена взаимосвязь между высоковыраженным показателем «эмпатия» и низковыраженным показателем «принятие других». Возможно, это обусловлено возникновением отрицательных эмоциональных реакций на чувства и переживания партнёров по общению. Данный факт требует дальнейшего изучения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Носенко Э.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Монографія. К.: Вища школа, 2003.
2. Словарь-справочник по социальной психологии / В. Крысько. СПб.: Питер, 2003.
3. Санникова О.П. Феноменология личности: Избранные психологические труды. Одесса: СМИЛ, 2003.
4. Лабунская В.А. Экспрессия человека и межличностное общение. Ростов н/Д.: Феникс, 1999.

РЕЗЮМЕ

В статье представлены результаты исследования проблемы взаимосвязи эмоционального интеллекта и его составляющих с основными показателями социально-психологической адаптации студентов. В ходе анализа эмпирических данных выделены группы испытуемых с высоким и низким уровнями развития эмоционального интеллекта. Охарактеризованы особенности их адаптации.

SUMMARY

The results of the research on the problems of the interconnection between emotional intelligence and its components and the main social – psychological students' adaptation indicators are presented in the article. During the empirical data analysis the people who participate in the research are divided into the groups of those who have a high emotional intelligence level and those, who have a low level of emotional intelligence. The characteristics of their adaptation are given.