

УДК 159.928.22 + 159.964.21 – 057.87

Особливості емоційного інтелекту в студентів з різним проявом репресивного стилю поведінки.

Маєвська Н.А., Буяло Ю.В.

Стаття присвячена проблемі особливостей емоційного інтелекту студентів з різним проявом репресивного стилю поведінки. Емоційний інтелект визначається як здатність до розуміння та управління своїми та чужими емоціями. У цьому зв'язку виділяється поняття репресивного стилю поведінки та репресорів для опису особливої групи людей, які характеризуються високим рівнем витіснення та низьким рівнем особистісної тривожності при цьому.

У дослідженні виявлені особливості емоційного інтелекту в студентів з різним проявом репресивного стилю поведінки.

Ключові слова: емоційний інтелект, витіснення, тривожність, репресивний стиль поведінки.

Стаття посвящена проблеме особенностей эмоционального интеллекта у студентов с разным проявлением репрессивного стиля поведения. Эмоциональный интеллект определяется как способность к пониманию и управлению своими и чужими эмоциями. В этой связи выделяется понятие репрессивного стиля поведения и репрессоров для описания особой группы людей, которые характеризуются высоким уровнем вытеснения и низким уровнем личностной тревожности при этом.

В исследовании выявлены особенности эмоционального интеллекта у студентов с разным проявлением репрессивного стиля поведения.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, вытеснение, тревожность, репрессивный стиль поведения.

The article deals with the features of emotional intelligence in students with different manifestations of oppressive behaviors. Emotional intelligence is defined as the ability to understand and manage their own and others' emotions. In this regard, the concept stands repressive behaviors and repressor to describe a particular group of people who have a high level of crowding and low trait anxiety in the process.

In a study of the peculiarities of emotional intelligence in students with different manifestations of oppressive behaviors.

Keywords: emotional intelligence, repression, anxiety, repressive behaviors.

Зовсім нещодавно в роботах зарубіжних психологів з'явилися терміни «репресор» та «репресивний стиль реагування». Термін «репресор» використовується для опису людей, схильних до витіснення. Відповідно до цього термін «репресивний стиль реагування» використовується для опису особливостей поведінки осіб, схильних до витіснення. Репресори як особлива група людей головним чином характеризуються високим рівнем витіснення та низьким рівнем особистісної тривожності [8,10,11].

Люди по-різному справляються з тривожністю: обмірковують власні почуття і відкрито обговорюють свої переживання з іншими людьми, або не зізнаються у своїй тривозі навіть собі самому. Оскільки пригнічені думки можуть періодично повертатися в сферу свідомості і створювати емоційний дистрес, ті, хто намагається витіснити провокуючі тривоги думки, в кінцевому рахунку підвищують психологічний і фізичний дистрес.

Вайнбергер, Шварц і Девідсон пропонують альтернативну схему виявлення осіб, які постійно витісняють стресові емоційні переживання [10,11]. Для відмежування тенденції до витіснення від низького рівня тривожності вони використовували як методики оцінки тривоги, так і Шкалу соціальної бажаності, за допомогою якої оцінюється тенденція до захисного реагування на загрозу Я-образу. Люди, що мали низький показник тривоги за даними самозвітів і не демонстрували тенденції до захисту за Шкалою соціальної бажаності, були визначені цими авторами не тривожними. Разом з тим особи з такими ж показниками тривоги за даними самозвітів, але більш високими показниками за шкалою соціальної бажаності розглядалися як схильні до витіснення. Нарешті, група осіб з високими показниками тривоги складалася з тих, хто вважав себе тривожним і не був схильний до захисних реакцій. Ці три групи виконували експериментальні завдання, спрямовані на виявлення розбіжності між свідомо контрольованими і неконтрольованими показниками тривоги. Вони виконували завдання на асоціації, завершуючи незакінчені речення нейтрального, агресивного та сексуального характеру. При цьому реєструвалися швидкість завершення фраз і рівень автономного порушення під час виконання завдання. Вайнбергер з співавторами виявили, що люди, схильні до витіснення, і люди, які мають низький рівень тривожності - групи з однаковими показниками тривоги за даними самозвітів, - значно різнилися за рівнем тривожного збудження при виконанні завдання. В осіб, схильних до витіснення, відзначався більш високий рівень автономного збудження, ніж в інших групах, крім того, вони довше інших виконували завдання на завершення незакінчених речень. Описуючи себе спокійними, особи, схильні до витіснення, виявилися особливо схильними до тривоги в ситуації загрози.

Стратегія, яку запропонували Вайнбергер з співавторами [11], використовувалася в багатьох наступних роботах. В осіб, схильних до витіснення, зазвичай виявляється розбіжність між фізіологічним збудженням і свідомим самосприйняттям. Їх прихована тривога виявляється, наприклад, у шкірно-гальванічних реакціях в рухах лицьових м'язів, що свідчать про тривогу.

Результати багатьох досліджень вказують, що особи з тенденцією до витіснення переживають тривогу інтенсивніше, ніж демонструють це іншим, і використовують когнітивні стратегії, що

перешкоджають усвідомленню власних негативних емоцій. Звичайно для нас найважливіше дослідження Вейнбенгера, Шварца і Девідсона [8, 11], які запропонували чотириохривневу класифікацію людей, диференціюючи їх за рівнем особистісної тривожності й витіснення: високотривожний тип (сильна тривога, слабка витіснення); низькотривожний тип (слабка тривога, слабка витіснення); захисний високотривожний (сильна тривога, сильне витіснення); репресори (слабка тривога, сильне витіснення).

Ключовим результатом Вейнбергера та ін. було те, що низькотривожна група та група репресорів кардинально відрізнялися в реакції на помірковано стресову ситуацію. Репресори характеризувалися низьким рівнем самовітної тривоги, який супроводжувався високим рівнем фізіологічної тривоги, тоді як низькотривожні демонстрували низький рівень тривоги в обох планах. Фактично репресори так фізіологічно відчували тривогу, як високотривожні люди. Існує низка досліджень репресорів, які переважно пов'язані з особливостями ранніх спогадів, ситуативної тривожності, психологічного благополуччя та інші [8]. Однак питання особливостей емоційного інтелекту у репресорів залишається недостатньо висвітленим.

Відносно недавно в психології з'явилося поняття емоційного інтелекту, який у загальному вигляді визначається як здатність до розуміння й управління своїми та чужими емоціями. На перший план тут виходить необхідність вирішувати завдання на емоційному матеріалі, і в цьому сенсі він протиставляється «звичайному», предметному інтелекту. У сучасній психології спостерігається диференціація загального інтелекту на безліч окремих видових форм: практичний інтелект, соціальний інтелект, емоційний інтелект, натуралістичний, духовний, екзистенційний інтелект, синтезований інтелект, адаптивний інтелект, ефективний інтелект, професійний інтелект. Виділення зазначених конструктивів сприяло розширенню сфери вивчення інтелектуального потенціалу особистості [6].

Поняття «емоційний інтелект» було введено до наукового обігу Дж. Майером і П. Саловейем, і набуло поширення в англійській літературі завдяки роботам Д. Гоулмана [7]. Для введення цього поняття було використано дві підстави: неоднорідність поняття «інтелект» та здійснення інтелектуальних операцій з емоціями.

На відміну від абстрактного та конкретного інтелекту, які відображають закономірності зовнішнього світу, емоційний інтелект відображає внутрішній світ і його зв'язки з поведінкою особистості і взаємодією з реальністю.

Таким чином підемоційним інтелектом маєтисьна увазі емоційно-інтелектуальна діяльність. Не дивлячись на те, що емоційний інтелект користується все зростаючою популярністю, в науці досі не існує чіткого визначення цього поняття.

Вперше позначення коефіцієнт емоційності, за аналогією з коефіцієнтом інтелекту, ввів в 1985 році клінічний фізіолог Рувен Бар - Он. У 1990 році Дж. Майер і П. Саловей ввели поняття «емоційного інтелекту». Разом з Д. Гоулманом ці вчені складають «трійку лідерів» у дослідженнях емоційного інтелекту. Загальна ж кількість вчених, що займається дослідженнями в цій галузі, величезна. Як і у випадку з багатьма іншими науковими поняттями, вчені як і раніше не можуть домовитися про те, що ж таке емоційний інтелект [1].

Існує велика кількість визначень емоційного інтелекту.

Д. Гоулман, у своїй моделі емоційного інтелекту виділяє такі компоненти, як: емоційна самосвідомість, контроль, соціальна чуйність, управління відносинами. Він вважає, що люди з високою емоційною самосвідомістю прислухаються до своїх внутрішніх відчуттів і усвідомлюють вплив своїх почуттів на власний психологічний стан і робочі показники.

Говорячи про контроль як компонент емоційного інтелекту, Д. Гоулман зазначає, що знання своїх здібностей дозволяє людині приборкати емоції, і, отже, така людина здатна контролювати свої руйнівні емоції та імпульси й використовувати їх на користь справі. До соціальної чуйності вчений відносить співпереживання - здатність прислухатися до чужих переживань, вміння налаштуватися на широкий діапазон емоційних сигналів; до управління відносинами - насагу як здатність викликати в інших відгук і одночасно захопити їх привабливим чином майбутнього або загальної місії [1, 2].

Рувен Бар - Он автор, абревіатури «EQ», розуміє емоційний інтелект як некогнітивні здібності, знання і компетентність, що дають людині можливість успішно справлятися з різними життєвими ситуаціями [5]. Він виділяє наступні сфери емоційного інтелекту: внутрішньоособистісна сфера (здатності розуміти себе і керувати собою), міжособистісна сфера (суспільні навички, здатність взаємодіяти і лагодити з іншими), сфера адаптивності (розуміння, адекватна оцінка дійсності), сфера вміння впоратися зі стресом (здатності людини витримувати стрес і контролювати свої імпульси), сфера загального настрою (оптимізм як здатність підтримувати реалістичну позитивну установку, особливо при несприятливих обставинах) [4].

Майер і Саловей в моделі емоційного інтелекту, виокремлюють чотири взаємопов'язаних між собою компоненти: 1) здатність ідентифікувати емоційні явища; 2) розуміння та адекватне вираження емоцій; 3) посилення мислення за допомогою емоцій; 4) управління емоціями [1, 2].

У радянській психології ідея єдності афекту та інтелекту знайшла своє відображення в працях Л.С. Виготського і С.Л. Рубінштейна. Л.С. Виготський дійшов висновку про існування динамічної смислової системи, що представляє собою єдність афективних та інтелектуальних процесів. С.Л. Рубінштейн, розвиваючи ідею Л.С. Виготського, відзначав, що мислення в жесаме по собі є єдністю емоційного та раціонального [3, 9].

Таким чином, емоційний інтелект - стійка ментальна здатність, частина великого

класументальних здібностей. У структуру емоційного інтелекту входять здібності до усвідомленої регуляції емоцій, розуміння (осмислення) емоцій, асиміляції емоцій у мисленні, розрізнення і вираження емоцій.

Враховуючи вищезазначене, метою нашого дослідження стало вивчення особливостей емоційного інтелекту в студентів з різним рівнем прояву репресивного стилю поведінки.

У ході реалізації мети дослідження передбачається виконання наступних завдань: 1) визначити рівень витіснення у студентів; 2) визначити рівень особистісної тривожності у студентів; 3) вивчити особливості емоційного інтелекту у студентів з різним рівнем прояву репресивного стилю поведінки.

Для досягнення мети та завдань дослідження використовувалися такі методи: тест «Дослідження тривожності» (Спілбергер - Ханін), «Визначення домінуючих захисних механізмів» (Плутчик - Келерман), діагностика «емоційного інтелекту»

(Н. Холл), а також методи статистичної обробки даних: одномірний дисперсійний аналіз та критерій Краскала-Уоллеса.

У дослідженні взяли участь 146 студентів технічних спеціальностей НТУ «ХПІ» у кількості 23 осіб, ХНАДУ у кількості 46 особи та студенти ХНУ імені В. Н. Каразіна у кількості 77 осіб, віком 18 - 21 рік.

Процедура проводилася в декілька етапів для того, щоб із загального числа досліджуваних виділити тих, у кого переважає високий танізький рівень витіснення та особистісної тривожності з метою їх подальшого порівняння. За результатами перших двох етапів дослідження серед студентів було виділено групи високотривожного типу (сильна тривога, слабка витіснення), низькотривожного типу (слабка тривога, слабка витіснення), захисного високотривожного типу (сильна тривога, сильне витіснення) та групу репресорів (слабка тривога, сильне витіснення), відповідно 60, 12, 4, 18 досліджуваних.

Таким чином, ми бачимо, що найчастіше зустрічається високотривожний тип (63,8%), частіше тип репресорів (19,1%), далі низькотривожний тип (12,7%), та рідше за всіх зустрічається захисний високотривожний тип студентів (4,4%).

Як свідчать отримані дані третього етапу дослідження, існує низка статистично значущих відмінностей (при $p \leq 0,01$), виявлених за допомогою дисперсійного аналізу, у рівні емоційного інтелекту в групах досліджуваних. Розглянемо відмінності за кожною змінною емоційного інтелекту. Так, за шкалою «емоційна обізнаність» найнижчі результати були отримані в групі захисного високотривожного типу. Більш високі результати були отримані в групі високотривожного типу, далі - у групі низькотривожного типу, та найвищі результати за шкалою «емоційна обізнаність» було виявлено в групі репресорів. Як ми бачимо, група репресорів має найвищі оцінки за даною шкалою, та ці результати наближені до результатів групи низькотривожного типу. Тобто, досліджуваним репресивного типу, за даними самозвітів, притаманне більше розуміння емоцій та емоційних станів загалом; вони в більшій мірі ознайомлені з проявами емоцій та в більшій мірі володіють знаннями щодо емоційних станів оточуючих, ніж інші досліджувані різних типів.

За шкалою «управління своїми емоціями» також було виявлено значущі розбіжності, але, на відміну від попередньої шкали, найвищі результати було зафіксовано у групі низькотривожного типу: група репресорів при цьому поступається. Так само як і за попередньою шкалою, найнижчі результати були отримані у групі захисного високотривожного типу. Вищі результати, ніж у даного типу досліджуваних, але нижчі за групу низькотривожного типу та репресорів має група високотривожного типу. Розбіжності значущі при $p \leq 0,01$. З цього слідує, що репресори, хоча і володіють більшими знаннями та уявленням щодо емоцій, не можуть керувати своїми власними емоціями та емоційними станами, оскільки не повною мірою усвідомлюють їх, бо частіше за все вони їх витісняють.

За шкалами «самотивація», «емпатія» та «розпізнавання емоцій інших людей» результати схожі на результати за шкалою «емоційна обізнаність». Тобто, найнижчі результати були отримані у групі захисного високотривожного типу, дещо вищі у групі високотривожного типу та низькотривожного типу, а група репресорів має значно вищі результати. Розбіжності значущі на рівні $p \leq 0,01$.

Виходячи з отриманих даних загальний рівень емоційного інтелекту розподілився наступним чином. Найнижчий рівень емоційного інтелекту має група захисного високотривожного типу. Дещо вищий рівень емоційного інтелекту має група високотривожного типу. Більший рівень емоційного інтелекту у студентів низькотривожного типу, та самий високий рівень емоційного інтелекту має група репресорів.

Слід відзначити, що найбільші відмінності за рівнем емоційного інтелекту було виявлено між групою репресорів та групою захисного високотривожного типу, що суперечить уявленню Вайнбергера, Шварца і Девідсона з приводу розбіжностей між цими групами досліджуваних; вони вважають, що найбільші відмінності мають бути між групами репресорів та групою низькотривожного типу, але, як свідчать результати дослідження емоційного інтелекту в цих групах досліджуваних результати знаходяться близько за кількістю балів один до одного.

Таким чином, ми бачимо, що група репресорів має найвищий рівень емоційного інтелекту, ніж інші групи досліджуваних. Слід також звернути увагу на те, що лише за шкалою «управління своїми емоціями» репресори не мають найвищі показники. Це може бути показником того, що репресори схильні до витіснення своїх емоцій та переживань, і як наслідок не мають змоги їх усвідомлювати. При цьому, оскільки репресори мають низький рівень тривожності, у стресових ситуаціях вони ніяк не реагують, адже вони схильні до придушення своїх емоцій та не виявляють їх. Але це відбувається за рахунок того,

що емоції, які вони відчувають, витісняються зі свідомого. Тож, не усвідомлюючи свої емоційні стани та маючи низьку тривожність за рахунок цього, репресори не мають можливості адекватно поводитися, тобто управляти власними емоціями в певних життєвих ситуаціях. З цього можна зробити висновок про те, що репресори, володіючи високим рівнем знань щодо емоцій та емоційних станів оточуючих, не є спроможними володіти своїми емоціями та керувати ними за рахунок того, що їх низька тривожність не дає їм сигналу застереження у ситуаціях помірнього стресу. Також, при цьому репресори здатні усвідомлювати емоційні стани та емоції оточуючих, здатні розпізнавати їх у більшій мірі, ніж інші групи досліджуваних.

Отже, ми можемо зробити висновок, що завдяки тому, що репресори, маючи високий рівень витіснення та низьку тривожність при цьому, здатні об'єктивно оцінювати та розпізнавати емоції, вони краще за інші групи досліджуваних здатні використовувати свій емоційний інтелект, оскільки залишаються спокійними в будь-яких ситуаціях. Ближче за всі інші групи за результатами загального рівня інтелекту до репресорів знаходиться група низькотривожного типу. Тож, ми можемо зробити висновок, що головний чинник високого інтелекту саме низький рівень тривожності, що дозволяє об'єктивно оцінювати емоційно напружену ситуацію, а видалення своїх емоцій з ситуації, як відбувається у групі репресорів, в більшій мірі дозволяє розуміти її. Група високотривожного та захисного високотривожного типів мають значно нижчі показники за загальним рівнем емоційного інтелекту, що свідчить про негативний вплив високого рівня тривожності на рівень емоційного інтелекту.

Таким чином, за результатами дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Група репресорів має найвищий рівень емоційного інтелекту, ніж інші групи досліджуваних. Лише за шкалою «управління своїми емоціями» репресори не мають найвищі показники. Оскільки репресори мають низький рівень тривожності, у стресових ситуаціях вони зберігають спокій; вони схильні подавляти свої емоції та не виявляти їх, емоції, які вони відчувають, витісняються зі свідомого. Репресори здатні усвідомлювати емоційні стани та емоції оточуючих, здатні розпізнавати їх у більшій мірі, ніж інші групи досліджуваних.

2. Ближче за всі інші групи за результатами загального рівня емоційного інтелекту до репресорів знаходиться група низькотривожного типу. Головний чинник високого інтелекту низький рівень тривожності, що дозволяє об'єктивно оцінювати емоційно напружену ситуацію, при цьому видалення своїх емоцій з ситуації в більшій мірі дозволяє розуміти її.

3. Група високотривожного та захисного високотривожного типів мають значно нижчі показники за загальним рівнем емоційного інтелекту, що свідчить про негативний вплив високого рівня тривожності на рівень емоційного інтелекту.

Слід зазначити, що отримані результати є дуже несподіваними, але вони можуть бути наслідком використання саме методики дослідження емоційного інтелекту Н.Холла. Тож, для подальшого дослідження, для уточнення отриманих даних слід використовувати методику «ЕМІН» Д.В. Люсіна.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Подальшого вивчення потребують інші здібності та особистісні особливості людей, схильних до репресивного стилю поведінки.

Література:

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена// Вопросы психологии. – 2006. № 3. – С. 78-86.
2. Андреева И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта// Вопросы психологии. – 2007. № 5. С.57-65.
3. Выготский Л. С. Проблема эмоций // Вопросы психологии – 1958.– № 3. –С.125-134.
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. – М.: АСТ, 2009. – 480 с.
5. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: искусство управлять людьми на основе эмоционального интеллекта. – М.: Альпина Бизнес Бук, 2005. – 301 с.
6. Деревянко С. П. Эмоциональный интеллект: проблема категориальности. // Психологический журнал. - 2008. - №2.–Ч. 1. –С. 108-112.
7. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2007. – 783 с.
8. Маєвська Н.А., Прокопенко К.В. Психологічне благополуччя осіб з різним співвідношенням витіснення й рівня тривожності// Вісник Харківського національного університету: Серія «Психологія». - № 902. – 2010. – С. 175 – 179.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2008. – 713 с.
10. Davis P.S., Schwartz G. E. Repression and the inaccessibility of effective memories// Journal of Personality and Social Psychology. – 1987. – № 52. – P. 155 – 162.
11. Weinberger D.A., Davidson M.N. Styles of inhibiting emotional expression: distinguishing repressive coping from impression management// Journal of Personality and Social Psychology. – 1992. – № 62. – P. 587 – 595.