



УДК 159.9.37

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Ляш О.П., к. психол. н.,
доцент кафедри психології
Вінницький інститут Університету «Україна»

У статті проаналізовано наукові підходи до дослідження поняття емоційного інтелекту. Здійснено дослідження емоційного інтелекту в студентів педагогічного університету. Досліджено відмінності емоційного інтелекту в юнаків і дівчат.

Ключові слова: емоційний інтелект, студенти, юнаки, юнки, рівні емоційного інтелекту, емоційний відгук.

В статье проанализированы научные подходы к исследованию понятия эмоционального интеллекта. Проведено исследование эмоционального интеллекта у студентов педагогического университета. Исследованы различия эмоционального интеллекта у юношей и девушек.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, студенты, юноши, девушки, уровни эмоционального интеллекта, эмоциональный отклик.

Liashch O.P. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STUDENTS EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE PEDAGOGICAL UNIVERSITY

The article analyzes the scientific approaches to the study of the concept of emotional intelligence. The study of emotional intelligence among students of the pedagogical university is carried out. The differences of young men and girls emotional intelligence are studied.

Key words: emotional intelligence, students, boys, girls, levels of emotional intelligence, emotional response.

Постановка проблеми. Великого значення набуває емоційний інтелект, що стрімко розвивається в юнацькому віці та дозволяє юнакам встановлювати продуктивні і гармонійні соціальні стосунки й успішно адаптуватися до нових умов. Юнаки з високим рівнем емоційного інтелекту не лише краще розуміють почуття й емоції інших людей, що значно полегшує процес комунікації та встановлення соціальних контактів, такі особливості також дозволяють більш глибоко проаналізувати та зrozуміти власні емоційні стани, що є одним з основних гарантів розвитку гармонійної та психологічно здоровової особистості.

Відомо також, що попри визначення норми вікового розвитку, емоційний інтелект в осіб юнацького віку розвивається по-різному, залежно від індивідуальних психологічних особливостей, соціального оточення, а також від гендерного чинника.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наразі проблематика досліджень у царині емоційного інтелекту свідчить про його приналежність до широко обговорюваних питань у психології особистості, в яких висвітлюються такі вимоги до оптимального функціонування людини, як прояви емоційної компетентності, емоційної зрілості, емоційної культури, емоційної креативності (С. Бикова, В. Вілюнас, Т. Кириленко, О. Льошенко, С. Максименко, М. Смуль-

сон, І. Павлова, О. Саннікова, О. Чебикін, Ю. Черножук та ін.) [2].

Теоретичні аспекти проблеми виявлення гендерних особливостей емоційного інтелекту в юнаків досліджували: Дж. Гілфорд, Х. Гарднер і Г. Айзенк, Р. Бар-ОН, Д. Гоулман, Р. Робертс, Дж. Метьюс, М. Зайднер і Д. Люсін, Х. Гарнер та ін.

Дж. Майером, П. Саловейом емоційний інтелект було визначено як здатність сприймати і виражати емоції, асимілювати емоції та думки, розуміти і пояснювати емоції, регулювати власні емоції й емоції інших людей. Р. Бар-ОН пояснював визначення емоційного інтелекту як сукупність емоційних, особистих і соціальних здібностей, які впливають на загальну здатність будь-якого процесу ефективно справлятися з вимогами і тиском навколошнього середовища.

Досі точиться суперечки серед дослідників щодо основних чинників, що провокують розвиток емоційного інтелекту. Наразі виокремилося дві основні думки щодо домінуючого впливу біологічного або соціально-го чинника. Прихильники першого підходу – Д. Гуастелло і С. Гуастелло, Т. Березовська та ін. – вказують на важливість спадковості та індивідуально-психологічних рис особистості, як-от темперамент. Прихильники думки щодо домінування соціального чинника у формуванні емоційного інтелекту



вказують на важливість соціального середовища, в якому зростає особистість.

Постановка завдання. Мета статті – викласти результати дослідження психологічних особливостей емоційного інтелекту в юнаків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емоційний інтелект визначається як здатність людини до усвідомлення, прийняття й управління емоційними станами і почуттями як власними, так і інших людей, що формуються протягом життя людини в спілкуванні та професійній діяльності [5].

У структурі емоційного інтелекту відокремлюють два аспекти – внутрішньоособистісний і міжособистісний. Перший характеризується такими компонентами, як самооцінка, усвідомлення власних почуттів, впевненість у собі, терпимість, самоконтроль, відповідальність, мотивація досягнень, оптимізм і гнучкість.

Міжособистісний аспект охоплює емпатію, толерантність, комунікабельність, відкритість, діалогічність, антиципацию. Рівень емоційного інтелекту є важливим засобом успішної самореалізації особистості.

Високий емоційний інтелект допомагає збалансувати емоції і розум, відчути внутрішню свободу та відповідальність за себе, усвідомити власні потреби і мотиви поведінки, набути рівновагу, а також скорегувати стратегію власного життя.

Низький емоційний інтелект призводить до поганого психічного стану і характеризується страхом, самотністю, нестабільністю, агресією, почуттям провини, депресією, фрустрацією [1]. Активне дослідження цього питання, спроби зрозуміти його природу почалися в 1995 р. після виходу книги Денніеля Гоулмана “Emotional Intelligence”. Автор визначив емоційний інтелект як засіб, метод і форму ставлення людини до себе й оточуючих. Автор відокремлює такі його складники, як знання власних емоцій, що охоплює процеси ідентифікації та найменування емоційних станів, розуміння взаємозв'язків між емоціями, мисленням і діями. Також він вивчає процес управління емоціями – контроль над ними. Цей дослідник пропонує розглядати мотивацію для себе як здатність входити в емоційні стани, що сприяють досягненню успіху, здатність розпізнавати емоції інших людей, бути чутливим до них, керувати емоціями інших і, нарешті, підтримку стосунків, вміння вступати в міжособистісні відносини з іншими людьми і підтримувати їх [3].

Емоційний інтелект за М. Манойловою – це здатність людини до усвідомлення, прийняття і регуляції емоційних станів і почуттів інших людей і себе самого. У структурі

емоційного інтелекту є два аспекти: внутрішньоособистісний і міжособистісний, або соціальний (інакше кажучи, здатність керувати собою і здатність управляти відносинами з людьми).

На думку більшості дослідників, незважаючи на відсутність відмінностей між чоловіками і жінками за загальним рівнем емоційного інтелекту, жінки показуютьвищий рівень міжособистісних показників емоційного інтелекту (емоційності, міжособистісних відносин, соціальної відповідальності). У чоловіків домінують внутрішньоособистісні показники (самоствердження, здатність відстоювати свої права), здатність до управління стресом (стресостійкість, контроль імпульсивності) і адаптивність (визначення правдоподібності, вирішення проблем).

Інакше кажучи, жінки більш інформовані про емоції, демонструють велику емоційність; у жінок формуються сприятливіші міжособистісні стосунки, і вони функціонують з більшою соціальною відповідальністю, ніж представники чоловічої статі. Чоловіки, у свою чергу, показують більшу самоповагу, вони більш незалежні від сформованої ситуації або людей, краще справляються зі стресом, краще вирішують проблеми, більш оптимістично дивляться на світ, аніж жінки. У підлітковому і юнацькому віці відмінності в різних показниках емоційного інтелекту виражені найбільше. За результатами дослідження А. Александрової, у підлітків 12–13 років низький рівень емоційного інтелекту і високий рівень емпатії.

Це може свідчити про нездатність більшості підлітків 12–13 років висловлювати свої почуття, пов’язувати невербальні або жестові символи з почуттями. У дівчаток більш виражена здатність співпереживати іншій людині, відчувати те, що відчуває інший, відчувати ті ж емоційні стани, ідентифікувати себе з іншими. Більша різноманітність способів прояву емоцій у дівчаток, можливо, пояснюється тим, що в них здатність до вербалізації емоцій розвивається раніше і формується швидше, ніж у хлопців [5, с. 18].

У дослідженнях Ю.Давидової загальний показник емоційного інтелекту в дівчаток вищий, ніж у хлопців, і це розходження зберігається впродовж усього підліткового періоду. Більш високий рівень розвитку емоційного інтелекту в дівчаток визначається тим, що практично всі складові компоненти емоційного інтелекту, що визначають чинник «розуміння емоцій» (емоційна обізнаність, емпатія і розпізнавання емоцій інших людей), у дівчаток також вищий, ніж у хлоп-



ців, протягом усього пубертатного періоду [2, с. 31].

Що стосується юнацького віку, то тут є свої особливості. У дослідженні В. Кулганова, М. Самуйлова з вивчення емоційного інтелекту в старшокласників було виявлено, що дівчата намагаються взяти під контроль свої власні прояви агресії і почуття провини, що не характерно для юнаків. Це доводить те, що дівчата особливо намагаються вберегти себе від агресивних проявів, тоді як юнаки не прагнуть справлятися з агресією чи переживаннями, пов'язаними з почуттям провини. Чинник статевої приналежності потужно впливає на переживання провини: у чоловіків воно проявляється слабше, і вони значно рідше згадують про це почуття, ніж жінки [2].

Доведено, що юнаки, які здатні добре керувати почуттями, готові приймати інших людей такими, як вони є, з їхніми плюсами і мінусами. Можливо, сама настанова на прийняття інших людей допомагає їм в емоційній саморегуляції. У дівчат такого взаємозв'язку не виявлено. Для них важливіша така особистісна риса, як самостійність.

Самостійні дівчата найбільш плідно управляють своїми почуттями. У свою чергу, можливість управління своїми почуттями та емоціями робить дівчат більш незалежними і вільними. У чоловічій вибірці більш істотний параметр – контроль зовнішньої експресії емоцій. Беручи під контроль свою експресію, молоді люди найбільш продуктивно керують своєю поведінкою, «легше справляються із тривожністю, гнівом і роздратуванням; є більш тактовними і гнуучкими в ситуаціях міжособистісної взаємодії. Варто також звернути увагу на почуття задоволення, яке вони відчувають від успішного контролювання зовнішніх проявів своєї експресії. На це вказують переживання почуття радості, що супроводжують цей процес» [6].

У дослідженні В. Кулганова, М. Самуйлова було виявлено також, що, контролюючи зовнішню експресію, дівчата не контролюють тривогу і не покращують свої комунікативні здібності, а лише стримують гнів, злість і роздратування. «Відомо, що у жінок існує заборона на вираження гніву. Ймовірно, щоб демонструвати соціально прийнятну поведінку, дівчатам достатньо контролювати зовнішні прояви своїх негативних емоцій».

Експериментальне дослідження охопило 100 студентів Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Для дослідження ми обрали такі методики: психодіагностична методика «Емоційний інтелект» Н. Холла, «Діагнос-

тика емоційного інтелекту М. Манойлової, «Шкала емоційного відгуку» А. Мехрабіана, Н. Епштейна.

Під час нашого дослідження було обстежено 100 осіб (50 юнаків і 50 дівчат) віком 18–19 років. Дослідження проводилося у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського.

Результати методики «Емоційний інтелект» Н. Холла представлено у вигляді таблиці 1.

Аналізуючи результати, подані в таблиці, можемо зазначити, що за шкалою «Емоційна обізнаність» дівчата переважають юнаків за всіма рівнями вираженості.

За шкалою «Управління своїми емоціями» дівчата також переважають юнаків за високим рівнем вираженості. Лише за середнім рівнем вираженості юнаки переважають дівчат.

Шкала «Самомотивація» показала, що дівчата також переважають юнаків майже за всіма рівнями вираженості. За шкалами «Емпатія» та «Розпізнавання емоцій інших людей» ми бачимо, що дівчата також за високим рівнем переважають юнаків.

Підбиваючи підсумки використання даної методики, ми визначили інтегративний рівень емоційного інтелекту в юнаків, який підтверджив, що дівчата переважають юнаків за високим рівнем вираженості.

Отже, порівнюючи загальні показники емоційного інтелекту юнаків і дівчат за методикою «Емоційний інтелект» Н. Холла, можна сказати, що суттєвих відмінностей не виявлено.

У моделі емоційного інтелекту М. Манойлової немає ієрархічної залежності, всі форми інтегративно проявляються на всіх рівнях професійної діяльності в нерозривній взаємодії. Емоційний інтелект вважається високо розвиненим за умови, що всі форми представлені якісними характеристиками і реалізуються у взаємодії, поведінці і діяльності. Емоційний інтелект за М. Манойловою – це здатність людини до усвідомлення, прийняття і регуляції емоційних станів і почуттів інших людей і себе самої. У структурі емоційного інтелекту є два аспекти: внутрішньоособистісний і міжособистісний, або соціальний (інакше кажучи, здатність керувати собою і здатність управляти відносинами з людьми).

Проаналізуємо результати методики «Емоційний інтелект» за М. Манойловою. Узагальнені дані занесені в таблицю 2.

Аналізуючи результати, подані в таблиці, можемо зазначити, що за шкалою «Усвідомлення власних почуттів та емоцій» дівчата переважають юнаків за високим рівнем вираженості. Проте юнаки перева-



Таблиця 1.

Результати діагностики за методикою «Емоційний інтелект» Н. Холла

Стать	Емоційна обізнанність (%)	Управління своїми емоціями (%)	Самомотивація (%)	Емпатія (%)	Розпізнавання емоцій інших людей (%)	Інтегративний рівень емоційного інтелекту (%)
Дівчата (високий р-нь)	50%	40%	25%	65%	40%	50%
Юнаки (високий р-нь)	30%	20%	15%	45%	25%	40%
Дівчата (середній р-нь)	30%	25%	55%	35%	50%	40%
Юнаки (середній р-нь)	25%	40%	50%	20%	20%	40%
Дівчата (низький р-нь)	20%	35%	20%	0%	10%	10%
Юнаки (низький р-нь)	45%	40%	35%	35%	55%	20%

Таблиця 2

Результати діагностики за методикою «Емоційний інтелект» М. Манойлової

Стать	Усвідомлення власних почуттів та емоцій (%)	Управління своїми почуттями та емоціями (%)	Усвідомлення почуттів і емоцій інших людей (%)	Управління почуттями інших людей (%)	Інтегративний рівень емоційного інтелекту (%)
Дівчата (високий р-нь)	55%	60%	40%	40%	50%
Юнаки (високий р-нь)	15%	35%	30%	25%	10%
Дівчата (середній р-нь)	15%	20%	45%	40%	30%
Юнаки (середній р-нь)	40%	15%	25%	25%	25%
Дівчата (низький р-нь)	30%	20%	15%	20%	20%
Юнаки (низький р-нь)	45%	50%	45%	50%	65%



жають дівчат за середнім рівнем вираженості.

За шкалами «Управління своїми почуттями та емоціями», «Усвідомлення почуттів та емоцій інших людей», «Управління почуттями та емоціями інших людей» дівчата переважають юнаків за високим рівнем вираженості.

Отже, порівнюючи результати дівчат і хлопців юнацького віку за методикою «Емоційний інтелект» М. Манойлової, можна сказати, що рівень емоційного інтелекту в дівчат юнацького віку вищий, ніж у хлопців. Дівчат із високим рівнем емоційного інтелекту виявилось на 40% більше, ніж хлопців. У середньому хлопці відстають за рівнем розвитку емоційного інтелекту та його складників. Особливо це помітно під час порівняння даних за шкалами «Усвідомлення власних почуттів та емоцій» і «Управління своїми почуттями та емоціями». Очевидно, представникам чоловічої

статі в юнацькому віці легше розуміти й усвідомлювати емоційні стани інших людей, аніж власні.

Третью використаною нами методикою стала «Шкала емоційного відгуку» А. Мехрабіана, Н. Епштейна.

Методика «Шкала емоційного відгуку» дозволяє проаналізувати загальні емпатійні тенденції досліджуваного, такі її параметри, як рівень вираженості здатності до емоційного відгуку на переживання іншої людини та ступінь відповідності/невідповідності знаку переживань об'єкта і суб'єкта емпатії. Об'єктами емпатії є соціальні ситуації і люди, яким досліджуваний міг співпереживати в повсякденному житті.

Методика «Шкала емоційного відгуку» А. Мехрабіана, Н. Епштейна стала заключною в нашому дослідженні. Результати даної методики представлені у вигляді таблиці 3.

Таблиця 3

Результати діагностики за методикою «Шкала емоційного відгуку» А. Мехрабіана, Н. Епштейна

Рівень емоційної реакції	Хлопці (%)	Дівчата (%)
Високий	10%	40%
Середній	50%	45%
Низький	40%	15%

Таблиця 4

Результати кореляційного зв'язку досліджуваних чинників емоційного інтелекту Кореляції

		Емоційна обізнаність	Управління своїми емоціями	Емпатія
Емоційна обізнаність	Кореляція Пірсона	1	0,656**	0,635**
	Знч.(2-сторон)		0,000	0,000
	N	40	40	40
Емпатія	Кореляція Пірсона	0,635**	0,320*	1
	Знч.(2-сторон)	0,000	0,023	
	N	40	40	40
Розпізнавання емоцій інших людей	Кореляція Пірсона	0,650**	0,292**	0,289**
	Знч.(2-сторон)	0,000	0,000	0,000
	N	40	40	40
Управління своїми почуттями та емоціями	Кореляція Пірсона	-0,052	0,028	0,028
	Знч.(2-сторон)	0,748	0,864	0,862
	N	40	40	40



Аналізуючи результати, подані в таблиці, можемо побачити, що високий рівень емоційного відгуку в юнацькому віці властивий в основному дівчатам.

Отже, на основі отриманих результатів за методикою «Шкала емоційного відгуку» А. Мехрабіана і Н. Епштейна ми можемо зробити висновок, що в дівчат в юнацькому віці краще розвинена емоційна реакція, ніж у представників чоловічої статі. Таку тенденцію ми можемо пояснити особливостями виховання юнаків різної статті та швидкістю адаптації до середовища.

Також нами здійснено обрахунок результатів нашого дослідження за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона. Коефіцієнт кореляції Пірсона r є безрозмірним індексом в інтервалі від 1,0 до 1,0 включно, він відображає міру лінійної залежності між двома множинами даних.

За допомогою кореляції Пірсона нами було встановлено наявність кореляції між різними шкалами використовуваних методик, а саме позитивної кореляції (на статистично значущому рівні $p \leq 0,05$) між шкалою «Управління своїми емоціями» та шкалою «Емоційна обізнаність» ($r = 0,656$). Отже, чим краще людина усвідомлює свої емоції та їхні наслідки, тим краще вона приймає та керує своїми емоціями та почуттями, уміє помічати емоційні особливості партнерів по спілкуванню.

Також позитивна кореляція була встановлена між шкалами «Емоційна обізнаність» і «Емпатія» ($r = 0,635$). Чим глибше людина усвідомлює власний психоемоційний стан і розуміє, що відбувається в навколоішньому світі, тим точніше вона може розуміти емоції інших людей, вміє співпереживати їхньому поточному емоційному стану і готова проявити підтримку.

Значущий зв'язок ми бачимо між шкалами «Розпізнавання емоцій інших людей» і «Емоційна обізнаність» ($r = 0,650$). Це свідчить про те, що вміння впливати на емоційний стан іншої людини, ідентифікація

себе з нею, прояв привітності, захоплення визначає кращу обізнаність щодо власного внутрішнього стану.

Зворотна кореляція простежується між шкалами «Управління своїми емоціями» й «Емоційна обізнаність». Це означає, що за здатності керувати своїми емоціями та почуттями людина не завжди усвідомлює свій внутрішній стан.

Висновки із проведеного дослідження. Емоційний інтелект – здатність ефективно розбиратися в емоційній сфері людського життя: розуміти емоції й емоційні відносини, використовувати свої емоції для вирішення завдань, пов’язаних із відносинами і мотивацією. Емоційний інтелект є головним складником у досягненні максимального відчуття щастя й успішної самореалізації.

Досліджуючи психологічні особливості емоційного інтелекту в юнаків, ми визначили, що загалом дівчата переважають юнаків майже за всіма чинниками емоційного інтелекту.

ЛІТЕРАТУРА:

- Гоулман Д. Эмоциональный интеллект; пер. с англ. А. Исаевой. М.: АСТ; Хранитель, 2008. 478 с.
- Люсин Д., Марютина О., Степанова А. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ. Социальный интеллект: теория, измерение, исследования: сб. научн. тр.; под ред. Д. Люсина, Д. Ушакова. М.: ИП РАН, 2004. № 4. С. 129–140.
- Носенко Е., Коврига Н. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції. К.: Вища школа, 2003. 126 с.
- Семиченко В. Психологія педагогічної діяльності. К.: Вища школа, 2004. 335 с.
- Шпак М. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. Психологія особистості. 2011. № 1(2). С. 282–288.
- Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional Intelligence. In R.J. Sternberg (ed.). Handbook of Intelligence. P. 396–420.