

8. Екимчик, О. А. «Фаббинг» в субкультуре подростков / О. А. Екимчик // Психология субкультуры: феноменология и современные тенденции развития. материалы междунар. науч. конф., 22–23 апр. 2019 г., Москва. – М.: РГГУ, 2019. – С. 200–206.

9. Chotpitayasonondh, V. How «phubbing» becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone / V. Chotpitayasonondh, K.M. Douglas // Computers in Human Behavior. 2016. – Vol. 63. – P. 9 – 18.

10. Данелян, С. В. Интернет-зависимость и ее профилактика в подростковой среде / С. В. Данелян и [и др.] // Гарантии прав ребенка – безопасность детства: сб. науч. тр. / ГАОУ ВО МГПУ. – М., 2018. – С. 61–65.

11. Гурин, Г. Г. «Интернет-зависимость» – проблемы интерпретации в условиях бурного развития электронных технологий / Г. Г. Гурин // Гарантии прав ребенка – безопасность детства: сб. науч. тр. / ГАОУ ВО МГПУ. – М., 2019. – Вып. 2. – С. 28–33.

12. Чвякин, В. А. Фаббинг в структуре социальных коммуникаций: социологический анализ явления / В. А. Чвякин, Н. Ю. Григорьев // Гуманитарий юга России. – 2020. – Т. 9(45), № 5. – С. 150–161.

(Дата подачи: 25.02.2022 г.)

Н. П. Климова

Республиканский институт высшей школы, Минск

N. Klimova

National Institute for Higher Education, Minsk

УДК 159.99

ВЗАИМОСВЯЗЬ КОМПОНЕНТОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА С КОМПОНЕНТАМИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

INTERRELATIONS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE WITH COMPONENTS OF PERSONALITY RESILIENCE IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGICAL CULTURE

В статье рассмотрена проблематика эмоционального интеллекта личности в контексте психологической культуры личности, эмоциональный интеллект и жизнестойкость личности как инструменты адаптации психики человека к современным условиям жизни. Рассмотрены основные методы исследования компонентов эмоционального интеллекта и жизнестойкости. Исследована взаимосвязь компонентов эмоционального интеллекта и жизнестойкости личности на примеров студентов 4 курса.

Ключевые слова: психологическая культура; эмоциональный интеллект; жизнестойкость; взаимосвязь компонентов эмоционального интеллекта и жизнестойкости.

The article examines the problems of emotional intelligence of the individual in the context of psychological culture of the individual, emotional intelligence and resilience of the individual as tools for adapting the human psyche to modern living conditions. The main methods of studying the components of emotional intelligence and resilience are considered. The interrelation

of components of emotional intelligence and resilience of personality on the examples of 4th year students is investigated.

Keywords: psychological culture, emotional intelligence, resilience, interrelation of components of emotional intelligence and resilience.

Вопросы психологической культуры человека как онтологического способа бытия человека в социокультурном и природном мире, основанного на переживании единства себя с миром и реализации субъект-субъектных отношений, несмотря на относительно недавнее появление самого термина «психологическая культура личности» (впервые упоминается в работах А. А. Бодалева и Н. И. Обозова в 80-е годы прошлого века), оставались актуальными на протяжении всей истории человечества [1].

Данная тематика и в настоящее время привлекает внимание ученых самых разных направлений как фундаментальной науки, так и прикладной области психологии, педагогики, менеджмента, философии и истории.

Неотъемлемым и основным компонентом конструкта психологической культуры личности является эмоциональный интеллект.

Эмоциональный интеллект личности реализует оценочно-прогностическую, эмоциональнокоммуникативную, регулятивную, мотивирующую, рефлексивно-коррекционную функции, установлены аффективнокогнитивные взаимосвязи эмоционального интеллекта с компонентами психологической культуры.

Проблема изучения эмоционального интеллекта личности, в частности, в мире современной психологии, не просто не утрачивает своей актуальности на протяжении нескольких последних десятков лет. В связи с событиями последних лет, набирающими темп, условия жизнедеятельности современного человека, характеризуются в научных трудах, посвященных изучению психологии, как условия экстремальные и стимулирующие развитие стресса. Одновременно с улучшением качества жизни, развитием медицины, науки и технологий, современному человеку ежедневно приходится переживать большой спектр эмоций, проживая десятки микроконфликтов и стрессовых ситуаций, связанных с политическими, информационными, социально-экономическими, экологическими и другими факторами.

Более того, стрессогенные факторы в виде мировой глобализации, перенасыщенности геополитическими событиями, пандемии, экономического кризиса за последние годы достигли такого уровня своей силы, что проблема возникновения у человека хронического стресса, психоэмоционального переутомления, частых нервных срывов и утраты контроля приобрела характер мирового масштаба.

Вместе с тем, адаптируясь к такому напряжению, человеку приходится вырабатывать навыки решения проблем, преодоления стресса и приобретать «качества», которые помогут ему комфортно и успешно самореализоваться в этом мире [2, с. 151].

Одним из важнейших инструментов для успешной адаптации психики человека к современным условиям жизни и является высокий уровень его эмоционального интеллекта.

Ежегодно проводятся новые исследования, в которых эмоциональный интеллект рассматривается учеными, в том числе и представителями белорусской науки, во взаимодействии с самыми различными компонентами психики, получая весьма интересные с точки зрения практики применения результаты [3]. Особо актуальны исследования эмоционального интеллекта в вопросах личной эффективности, повышения стрессоустойчивости, психологии труда.

Аналогичным инструментом успешной адаптации психики личности к современным условиям жизни является и жизнестойкость – способность личности успешно преодолевать неблагоприятные средовые условия, демонстрируя высокую устойчивость к стрессогенным факторам – сегодня её наличие как никогда ранее важно и жизненно необходимо.

Согласно последним научным представлениям, эффект жизнестойкости на физическое и психическое благополучие опосредован оценкой стрессовой ситуации и репертуаром стратегий совладания. При высокой жизнестойкости оцениваемая степень угрозы снижается, а прогноз эффективности возможных мер совладания улучшается, что ведет к уменьшению дистресса; в репертуаре стратегий совладания жизнестойкой личности преобладают активные – центрированные на проблеме и поиске социальной поддержки – модели поведения [4].

По мнению современных исследователей, жизнестойкость является определяющим фактором сохранения здоровья и повышения работоспособности индивида при любых стрессовых состояниях.

Более того, наблюдается актуализация самого понятия: уже появились исследования жизнестойкости в условиях самоизоляции (А. С. Есауленко, И. А. Сергеева) и пандемии (С. Б. Калинина, О. А. Селиванова) [5].

Задача настоящего исследования – изучить эмоциональный интеллект через проведение параллели между компонентами эмоционального интеллекта и компонентами жизнестойкости и проанализировать наличие взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и жизнестойкостью личности.

Вопрос взаимосвязи жизнестойкости личности и уровня эмоционального интеллекта пролеживается в научных исследованиях многих современных отечественных ученых.

П. Е. Григорьев в своем исследовании жизнестойкости с эмоциональным интеллектом у студентов медицинского вуза отмечает, что жизнестойкость и эмоциональный интеллект напрямую увязаны между собой через мотивационно-потребностную сферу личности, через осуществление личностных выборов в ситуациях противоборствующих мотивов. Он отмечает, что эмоциональный интеллект вносит свой вклад в жизнестойкость студентов медицинских вузов за счет закономерности следующих параметров: понимание своих эмоций и способность к управлению ими и убежденность, что все

происходящее, независимо от того, хорошее оно или плохое, идет на пользу. Н. С. Краснополяская в своем исследовании эмоционального интеллекта и жизнестойкости у студентов факультета психологии, рекламы и связей с общественностью СЭИ БГУ также делает выводы о существовании взаимосвязи между осознанием своих чувств и эмоций и всеми показателями жизнестойкости. Она отмечает, что заинтересованность различными сторонами жизни, активная жизненная позиция дают возможность более успешно понимать чувства и эмоции других людей. Взаимосвязь компонентов эмоционального интеллекта и жизнестойкости личности также была выявлена Н. Г. Винокуровой в исследовании интеллекта и индивидуально-типологических особенностей курсантов университета ГПС МЧС РОССИИ. Винокурова в своей работе отмечает, что необходимо обратить внимание на развитие навыков эмоциональной компетентности и жизнестойкости, которую можно формировать в процессе профессионального обучения представителей профессий, связанных с экстремальными видами деятельности [11].

Современные методы диагностики эмоционального интеллекта большинством исследователей условно разделяют на три основные группы:

- методы, основанные на решении задач (на моделях способности): MSCEIT V2.0 (Тест Майера-Сэлоуэя-Карузо, общедоступен в русскоязычной версии), LEAS (LevelsofEmotionalAwareness), TIEFBA;

- методы экспертной оценки (технологии «ассесмент-центр»): Дж. П. Пау-лиу-Фрай «E1-360», WLEIS (Wong & Law Emotional Intelligence Scale);

- а также методы, основанные на самоотчете (на смешанных моделях): опросник «EQ-i» Р. Бар-Она (BarOnEmotionalQuotientInventory), опросник SSRI (Schutte et al. Self-ReportIndex), опросник Н. Холла, опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» Д. В. Люсина, опросник EI (Emotional intelligence inventory), методика диагностики эмоционального интеллекта «МЭИ» М. А. Манойловой [6].

Для диагностики уровня эмоционального интеллекта нами использовалась методика Н. Холла. Она предложена для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений.

Методика Н. Холла состоит из 30 утверждений и содержит пять шкал следующего наполнения: 1) эмоциональная осведомленность; 2) управление эмоциями (эмоциональная отходчивость, эмоциональная неригидность); 3) самомотивация (как произвольное управление своими эмоциями); 4) эмпатия; 5) распознавание эмоций других людей (умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей) [7].

Что касается актуальных методов исследования жизнестойкости личности, то к ним современные исследователи причисляют «Тест жизнестойкости» – автор С. Мадди (адаптация Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой); «Шкала чувства связности» – автор А. Антоновски (адаптация М. Н. Дымшица); личностный опросник «автономности-зависимости» –

автор Г. С. Прыгина; «Опросник контроля за действием» – автор Ю. Куль (адаптация С. А. Шапкина); «Опросник стилей произвольной саморегуляции поведения» – автор В. И. Моросанова; «Общий опросник здоровья» (General Health Questionnaire – GHQ) Д. Голберга и П. Уильямса (адаптация А. А. Волочкова, А. Ю. Попова); «Тест диспозиционного оптимизма» (ТДО) М. Шейера и Ч. Карвеар, адаптация Т. О. Гордеевой; «Шкала удовлетворенности жизнью» (Satisfaction with Life Scale – SWLS), Е. Динера, адаптация Е. Н. Осина, Д. А. Леонтьева [8].

В настоящем исследовании применена методика жизнестойкости Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой. Результаты исследования распределяются по трем компонентам жизнестойкости: вовлеченность, контроль и принятие риска.

Эмпирической базой исследования послужили студенты четвертого курса специальности «правоведение» в количестве 23 человек. Средний возраст опрошенных на момент исследования составил 20–23 года.

Ниже приведены средние значения по выборкам компонентов жизнестойкости (таблица 1).

Таблица 1

Тест жизнестойкости С. Мадди, средние значения компонентов по выборке

Вовлеченность	Контроль	Принятие Риска
37,66	27,71	17,14

Следует отметить, что среди респондентов выявлено доминирование среднего уровня (76 %) жизнестойкости над низким уровнем (9,52 %) на 66,48 %.

При исследовании эмоционального интеллекта посредством теста С. Холла было выявлено следующее.

Ниже приведены полученные результаты по определению среднего значения по выборкам компонентов эмоционального интеллекта (таблица 2).

Таблица 2

Тест на эмоциональный интеллект (Тест EQ) С. Холла, средние значения компонентов

Эмоциональная осведомленность	Управление эмоциями	Само-мотивация	Эмпатия	Распознавание эмоций других людей
29,90	21,80	25,47	27	25,90
средний (выше 24)	низкий (до 25)	средний (выше 25)	средний (выше 24)	средний (выше 23)

Что касается интегративного уровня эмоционального интеллекта, то следует отметить, что он определяется по количественным показателям. Как правило, градация результатов теста EQ Н. Холла осуществляется по трем уровням эмоционального интеллекта. Низкий уровень – испытуемые

фактически не могут управлять своими эмоциями, они их не осознают и не понимают. Отсутствует эмоциональная отходчивость, гибкость и т. д. А также не понимают и не различают эмоции других людей. Средний уровень – респонденты в большей степени осознают и понимают собственные эмоции и обращают внимание на поведение других. Высокий уровень – респонденты легко распознают как свои эмоции, так и эмоции других людей. Они хорошо осведомлены о своем внутреннем состоянии, управляют своим поведением и влияют на поведение других [9].

Вместе с тем, в современных исследованиях не закреплён единый подход к идентификации пороговых значений интегративного уровня эмоционального интеллекта по методике Н. Холла, что делает несколько неудобным использование данной методики исследования эмоционального интеллекта, по причине невозможности оценить общий показатель эмоционального интеллекта по общепринятым градациям.

На следующем этапе эмпирического исследования осуществлён поиск взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и жизнестойкостью студентов. Для установления данной взаимосвязи с учётом размера выборки исследования был применён метод корреляции Спирмена. Полученные коэффициенты корреляции приведены в таблице 3. Также определён коэффициент значимости коэффициента корреляции Спирмена, значения которого оценены с помощью шкалы Чеддера (** – заметная сила связи коэффициента корреляции Спирмена по шкале Чеддока; * – умеренная сила связи по шкале Чеддока).

Таблица 3

Анализ взаимосвязи эмоционального интеллекта и жизнестойкости
(r – критерий Спирмена)

Эмоциональный интеллект	Компоненты жизнестойкости		
	Вовлечённость	Контроль	Принятие риска
эмоциональная осведомлённость	0,189	0,195	-0,143
управление эмоциями	0,568**	0,592**	0,374
самотивация	0,225*	0,523*	0,484*
эмпатия	-0,182	0,120	0,218
распознавание эмоций других людей	-0,152	0,174	0,294

На основании проведенного анализа результатов сравнения компонентов жизнестойкости личности и эмоционального интеллекта можно сделать выводы о наличии закономерной взаимосвязи между некоторыми компонентами эмоционального интеллекта и жизнестойкости.

Так, выявлена заметная сила связи коэффициента корреляции компонента «управление эмоциями» с компонентом жизнестойкости «вовлечённость» и компонентом жизнестойкости «контроль». Таким образом следует, что лицам с высоким уровнем управления эмоциями характерно наличие высокого уровня вовлечённости и контроля и наоборот.

Также следует отметить наличие умеренной значимости коэффициента корреляции компонента «самотивация» со всеми тремя компонентами жизнестойкости. Таким образом следует, что чем выше уровень самомотивации личности, тем выше уровень ее жизнестойкости, в целом. И наоборот, у лиц с низким уровнем жизнестойкости будет низкий уровень самомотивации.

Остальные значения коэффициента корреляции компонентов жизнестойкости личности и эмоционального интеллекта среди контингента выборки являются слабыми и не имеют статистической значимости.

Вместе с тем полученные результаты исследования открывают перспективные возможности для дальнейшего изучения компонентов эмоционального интеллекта, в том числе и во взаимосвязи с компонентами жизнестойкости.

Полагаем целесообразным на основании полученных выводов проведение дальнейшего исследования эмпирической направленности на сравнение компонентов жизнестойкости личности и эмоционального интеллекта у курсантов, а также жизнестойкости личности и стратегии овладевающего поведения у курсантов с разным уровнем эмоционального интеллекта.

Вместе с тем, в процессе обработки результатов исследования сделаны выводы о некотором неудобстве использования опросника Н. Холла при необходимости оценки общего значения уровня эмоционального интеллекта, по причине отсутствия в современных исследованиях единого подхода к идентификации пороговых значений интегративного уровня эмоционального интеллекта, что лишает возможности оценить общий показатель эмоционального интеллекта по общепринятым градациям и сравнить его с общим значением жизнестойкости личности.

Список использованных источников

1. Середина, Т. С. Эмоциональный интеллект и психологическая культура личности активных пользователей социальных сетей / Т. С. Середина. – Текст: непосредственный // Актуальные вопросы современной психологии: материалы I Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, март 2011 г.). – Челябинск: Два комсомольца, 2011. – С. 89–92. – Режим доступа: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/30/214/>. – Дата доступа: 25.02.2022.

2. Краснопольская, Н. С. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и жизнестойкости студентов вуза [Электронный ресурс] // Вестник БГУ. – 2012. – № 1(2). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-emotsionalnogo-intellekta-i-zhiznestoykosti-studentov-vuza>. – Дата доступа: 21.02.2022.

3. Плавник, Н. К. Эмоциональный интеллект как фактор развития профессиональной готовности сотрудников органов государственной безопасности / Н. К. Плавник, Н. П. Климова / Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. статей // Научные труды Республиканского института высшей школы; Вып. 20, ч. 3: Психологические науки. – Минск: РИВШ, 2020. – С. 265–271.

4. Евтушенко, Е. А. Жизнестойкость личности как психологический феномен / Е. А. Евтушенко // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. LX междунар. науч.-практ. конф. – № 1(58). – Новосибирск: СибАК, 2016.

5. Галиев, Р. Р. Обзор исследований жизнестойкости личности [Электронный ресурс] / Р. Р. Галиев // Общество: социология, психология, педагогика. – 2022. – № 1(93). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/obzor-issledovaniy-zhiznestoykosti-lichnosti>. – Дата доступа: 24.02.2022.

6. Кочетова, Ю. А. Методы диагностики эмоционального интеллекта / Ю. А. Кочетова, М. В. Климакова // Современная зарубежная психология. – 2019. – Т. 8, № 4. – С. 106–114.

7. Наймушина, Л. М. История становления понятия «эмоциональный интеллект» в психологической науке [Электронный ресурс] / Л. М. Наймушина // Педагогика: история, перспективы. – 2020. – № 4. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-stanovleniya-ponyatiya-emotsionalnyu-intellekt-v-psihologicheskoy-nauke>. – Дата доступа: 24.02.2022.

8. Демина, Л. Д. Эмоциональный интеллект как структурообразующий компонент психологической культуры личности [Электронный ресурс] / Л. Д. Демина, Т. В. Манянина // Известия АлтГУ. – 2010. – № 1–2. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyu-intellekt-kak-strukturoobrazuyuschiy-komponent-psihologicheskoy-kultury-lichnosti>. – Дата обращения: 24.02.2022.

9. Волгуснова, Е. А. Общие и специфические особенности показателей эмоционального интеллекта в юношеском возрасте [Электронный ресурс] / Е. А. Волгуснова, Д. С. Личман // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2017. – № 4(36). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/obschie-i-spetsificheskie-osobennosti-pokazateley-emotsionalnogo-intellekta-v-yunosheskom-vozraste>. – Дата доступа: 25.02.2022.

10. Овчарова, Р. В. Методология исследования жизнестойкости личности / Р. В. Овчарова // Вестник Курганского государственного университета. – 2019. – № 2(53).

11. Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. статей / Научные труды Республиканского института высшей школы; Вып. 21, ч. 4: Психологические науки. – Минск: РИВШ, 2021. – С. 163–170.

(Дата подачи: 25.02.2022 г.)

Е. И. Климушко

Республиканский институт высшей школы, Минск

E. Klimusko

National Institute for Higher Education, Minsk

УДК 159.98

ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ПРОЦЕССА ИНТЕРНЕТ-СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ

PROGRAM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE PROCESS OF INTERNET SOCIALIZATION OF STUDENTS

Данная работа представляет собой описание программы психологического сопровождения процесса интернет-социализации студентов. Предполагается, что реализация данной программы позволит повысить качество интернет-социализации молодежи, что в свою очередь повлечет повышение уровня их социализированности в реальной жизни.