

веллизма самостоятельны благодаря выраженной способности к пониманию своих эмоций, а индивиды с низким уровнем макиавеллизма – к пониманию чужих эмоций и управлению ими, развитому межличностному эмоциональному интеллекту.

**Заключение.** Таким образом, у индивидов с высоким уровнем макиавеллизма обнаружены значимые корреляционные связи между переменными «новизна» и «традиции», «подготовленность» и «доброта», «аутентичность» и «стимуляция», «ВП» и «традиции», «ВУ» и «самостоятельность», «ВУ» и «гедонизм».

У индивидов с низким уровнем макиавеллизма выявлены значимые корреляционные связи между переменными «подготовленность» и «стимуляция», «МП» и «власть», «достижение», «самостоятельность», «стимуляция», «МУ» и «власть», «самостоятельность», «стимуляция», «ВУ» и «власть», «достижение», «стимуляция», «доброта», «МЭИ» и «власть», «самостоятельность», «стимуляция», «универсализм», «ВЭИ» и «власть», «ПЭ» и «власть», «достижение», «стимуляция».

#### Список использованной литературы

1. Андреева, И.Н. Адаптация опросника эмоциональной креативности (ЕС1) / И.Н. Андреева // Психол. журн. – 2011. – № 1/2. – С. 75–81.
2. Дериш, Ф.В. Симптомокомплекс «Темная триада» во взаимосвязи с базовыми свойствами личности / Ф.В. Дериш // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. №1. – 2015. – С. 18–27.
3. Корнилова, Т.В. Методика диагностики личностных черт Темной триады: апробация опросника Темная Дюжина / Т.В. Корнилова, С.А. Корнилов, М.А. Чумакова, М.С. Талмач // Психологический журнал. – 2015. – Т. 36. – № 2. – С. 99–112.
4. Люсин, Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – С. 3–22.
5. Schwarz, S. Ease of retrieval as information: Another look at the availability heuristic / Schwarz S., Bless H., Strack F., Klumpp G., Rittenauer-Schatka H., Simons A. // J. of Personality and Social Psychol. – 1991. – 61. – P. 195-202.

**Преснякова А.В., студентка**  
**Каратерзи В.А., старший преподаватель**  
love.kafedra@mail.ru

*ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь*

УДК 159.9

### **ВЗАИМОСВЯЗЬ СУБЪЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ ОДИНОЧЕСТВА И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Статья посвящена исследованию чувства одиночества и эмоционального интеллекта в юношеском возрасте. Развитие эмоционального интеллекта характеризуется средним и низким уровнем выраженности, средний уровень чувства одиночества также отмечается у большинства испытуемых. По результатам корреляционного анализа наличия выраженной взаимосвязи между исследуемыми параметрами не было обнаружено.

Ключевые слова: субъективное переживание одиночества, эмоциональный интеллект, юношеский возраст.

### **THE CORRELATION OF THE SUBJECTIVE EXPERIENCE OF LONELINESS AND EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENCE**

The article is devoted to the study of feeling of loneliness and emotional intelligence in adolescence. The development of emotional intelligence is characterized by an average and low level of severity; an average level of feelings of loneliness is also noted in the majority of subjects. According to the results of the correlation analysis, no pronounced relationship was found between the studied parameters.

Key words: subjective experience of loneliness, emotional intelligence, adolescence.

**Введение.** В последнее время проблеме одиночества посвящаются все больше работ, исследующие сущность, причины его возникновения, характерные проявления и влияние на различные категории людей в разные периоды жизни. Многие аспекты одиночества были освещены в трудах таких отечественных и зарубежных исследователей, как С.Г. Корчагина, Ж.В. Пузанова, С.В. Духновский, Д. Перлман, Л.Э. Пепло, Д. Зилбург, К. Боумен, И. Ялом и др. [1].

По мнению К. Голдберга, одиночество – это нарушенное восприятие времени: потребность в заботе, не удовлетворенная в течение долгого времени [2].

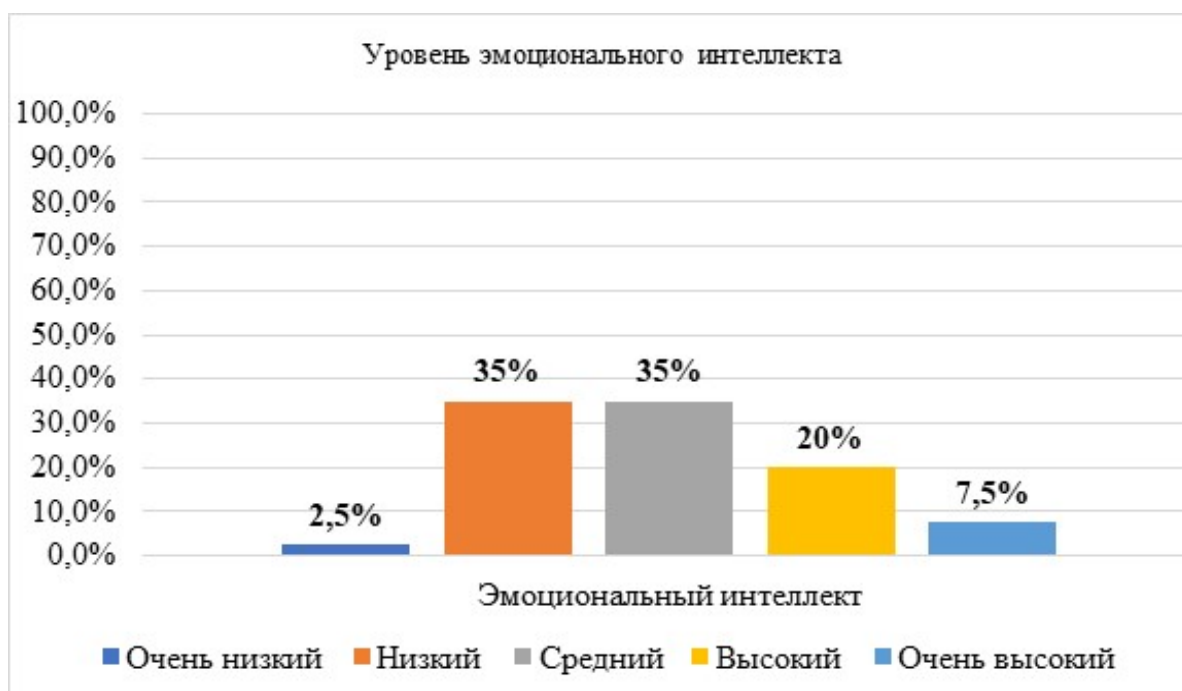
Одной из серьезнейших проблем человечества является проблема одиночества, когда взаимоотношения почему-то не складываются, не порождая ни дружбы, ни любви, ни вражды, оставляя людей равнодушными, по отношению друг к другу. Глубоко одинокие люди, как правило, очень несчастны, у них мало социальных контактов, их личные связи с другими людьми или ограничены или разорваны. В общественном сознании одиночество обычно связывается со зрелостью и пожилым возрастом, однако в последнее время появляется всё больше исследований, указывающих на то, что очень остро эта проблема стоит и в юношеском возрасте [3]. Проанализировав научную литературу, мы пришли к выводу, что человек может ощущать себя одиноким не только из-за каких-либо своих черт характера или внешних обстоятельств, но и вследствие низкого уровня эмоционального интеллекта.

Эмоциональный интеллект – способность идентифицировать собственные эмоции и эмоции окружающих и использовать эту информацию для принятия решений. Он состоит из следующих компонентов: идентификация, понимание, управление, использование эмоций. Эмоциональный интеллект может быть как внутрличностным, так и межличностным. П. Сэловей и Дж. Мэйер разработали модель, которая основывалась на том, что эмоции несут в себе информацию о связях человека с предметами либо с другими людьми. Иначе говоря, эмоции дают человеку представления о характере этих связей. При этом связи могут быть актуальными, вспоминаемыми и воображаемыми. Изменение связей с другими людьми и предметами приводит к изменению эмоций, переживаемых по этому поводу. Исходя из описанного, «эмоциональный интеллект» понимается как способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях, определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления, принятия решений и построения отношений [4].

Мы предполагаем, что человек может ощущать себя одиноким не только из-за каких-либо своих черт характера или внешних обстоятельств, но и вследствие недостаточно высокого уровня эмоционального интеллекта. Неспособность человека понимать свои эмоции и эмоциональные переживания окружающих людей, плохая управляемость эмоциями, влияет на его субъективное ощущение одиночества. Таким образом, переживание субъективного одиночества в старшем подростковом и юношеском возрасте, с одной стороны, является нормой возрастного психологического развития, прежде всего истекающей из социальной ситуации возрастного развития этого периода, с другой стороны, глубокое и стойкое переживание своего субъективного одиночества является генерализованным показателем развития личности на момент наиболее ответственных ее самостоятельных жизненных выборов. То есть, в данном случае одиночество уже не ситуативно, оно указывает на глубокую интровертированность личности, а интроверсию / экстраверсию К.Г. Юнг считал почти врожденным состоянием.

**Материал и методы.** Опрос (опросник эмоционального интеллекта Д.В. Люсина, методика «Дифференциальный опросник переживания одиночества» Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева), корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

**Результаты и их обсуждение.** Результаты проведенного исследования по методике «Диагностика эмоционального интеллекта» Д.В. Люсина отражены на рисунке 1.

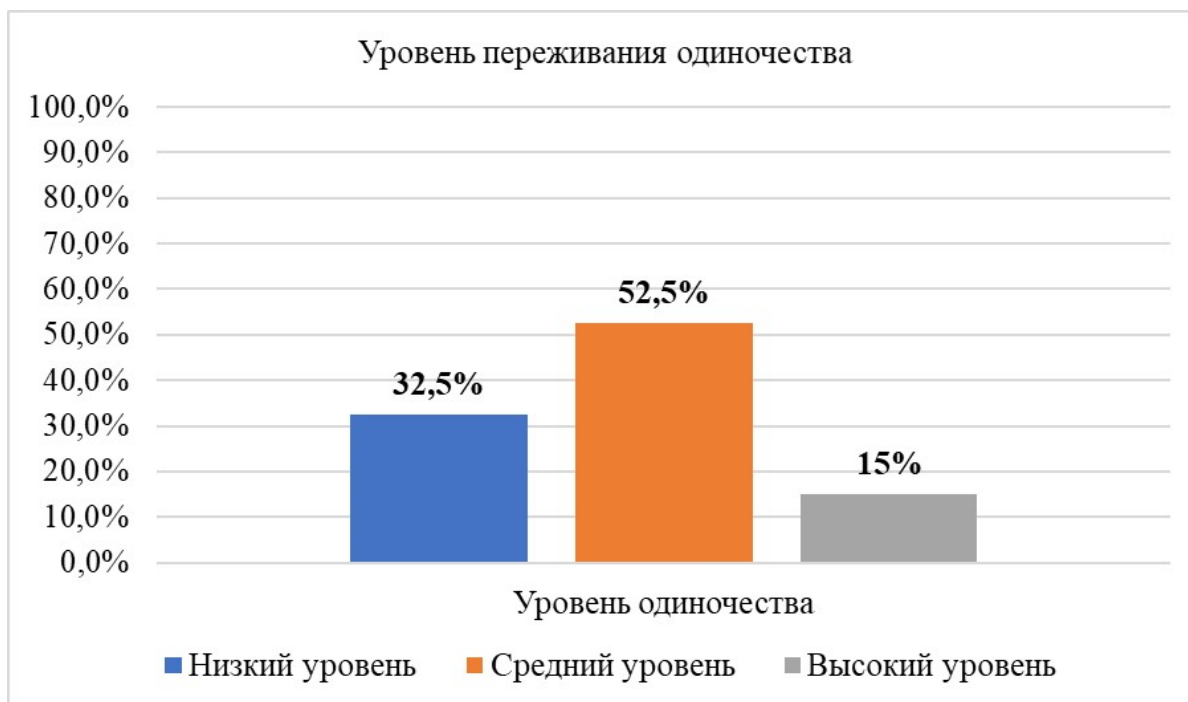


**Рисунок 1 – Уровень развития эмоционального интеллекта у юношей**

Из данных рисунка 1 видно, что 2,5% респондентов обладают очень низким уровнем эмоционального интеллекта, что свидетельствует об их неуверенности в собственных силах, закомплексованности, трудностях в общении с другими людьми, склонности к осуждению и критике, негативном мышлении. Также было отмечено, что 35% испытуемых характеризуются низким уровнем эмоционального интеллекта, что говорит о непонимании чувств других людей, обвинении посторонних в своих бедах, склонности спорить и скрывать собственные чувства. Было выявлено, что 35% студентов обладают средним уровнем эмоционального интеллекта, что говорит об умении отличать эмоции друг от друга, умении проживать противоречивые чувства, возможности выбирать реакцию, которая будет наиболее эффективна в данной ситуации. Наблюдается, что 20% респондентов обладают высоким и 7,5% характеризуются очень высоким уровнем эмоционального интеллекта. Данные показатели свидетельствуют о том, что такие люди хорошо понимают свои чувства, легко распознают эмоции окружающих, знают и могут описать большой спектр чувств, интересуются другими людьми, способны адаптироваться к изменениям и умеют бескорыстно отдавать и радоваться за близких.

Данные по методике «Дифференциальный опросник одиночества» отражены на рисунке 2.

Нами было установлено, что 32,5% испытуемых обладают низким уровнем переживания одиночества, 52,5% студентов характеризуются средним уровнем. Высоким уровнем переживания одиночества обладают 15% респондентов. При исследовании зависимости от общения, выявились следующие результаты: 12,5% испытуемых обладают низким уровнем зависимости от общения, 15% респондентов характеризуются средним уровнем зависимости, высоким уровнем зависимости от общения характеризуются 72,5% испытуемых. В результате исследования, также, было установлено, что 15% испытуемых характеризуются низким уровнем позитивного одиночества, 32,5% студентов обладают средним уровнем. Высокий уровень позитивного одиночества наблюдается у 52,5% респондентов.



**Рисунок 2 – Выраженность чувства одиночества в юношеском возрасте**

Также проведенный корреляционный анализ Спирмена показал, что взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и субъективным переживанием одиночества слабая. В результате была выявлена прямо пропорциональная, слабая, положительная корреляционная связь между уровнем эмоционального интеллекта и общим переживанием одиночества ( $r = 0,252$ ), обратно-пропорциональная, слабая, отрицательная корреляционная связь между уровнем эмоционального интеллекта и зависимость от общения ( $r = -0,179$ ) и обратно-пропорциональная, слабая, отрицательная корреляционная связь между уровнем эмоционального интеллекта и позитивным одиночества ( $r = -0,122$ ).

Таким образом, с помощью метода корреляции Спирмена была установлена слабая взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и субъективным переживанием одиночества.

**Заключение.** В современном обществе проблема компетентности в понимании и выражении эмоций стоит достаточно остро, поскольку культ рационального отношения к жизни приобретает все большее число поклонников, что, в принципе, противоречит психофизиологическим и социальным особенностям и потребностям человека. Человек может ощущать себя одиноким не только из-за каких-либо своих черт характера или внешних обстоятельств, но и вследствие недостаточно высокого уровня эмоционального интеллекта. Неспособность понимать свои эмоции и эмоциональные переживания окружающих людей, плохая управляемость эмоциями, влияет на субъективное ощущение одиночества.

#### Список использованной литературы:

1. Слободчиков, И.М. Современные исследования переживания одиночества / И.М. Слободчиков // Психологическая наука и образование. – 2007. – №3. – С. 27–35.
2. Голдберг, К. Одиночество как нарушение восприятия времени // Современная психотерапия. – 2001. – № 4. – С. 27–42
3. Шевелев, А.И. Особенности проявления одиночества в юношеском возрасте / А.И. Шевелев // Международный студенческий научный вестник. – 2015. – 43 с.
4. Mayer, J.D. Emotional Intelligence: Popular or Scientific Psychology / J.D. Mayer. – N.Y., 2005.