

**Покоро А.А.**

студентка,

alesyapokoro@yandex.by

**Андреева И.Н.**

профессор, доктор психологических наук,

andreyevairyna@yandex.ru

ПГУ имени Евфросинии Полоцкой, г. Новополоцк, Республика Беларусь

УДК 159.942

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСТАНОВОК ЛИЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ**

Статья посвящена проблеме изучения значимости внутриличностного эмоционального интеллекта (ВЭИ) в процессе обучения, и его взаимосвязи с социально-психологическими установками личности у студентов. Цель исследования – определить характер и выраженность взаимосвязей ВЭИ и социально-психологических установок личности у студентов.

Методы исследования: эмпирический (опрос), обработки эмпирических данных (коэффициент ранговой корреляции Спирмена), интерпретационный (структурный). Для сбора эмпирических данных использовался «Тест эмоционального интеллекта» (ЭМИН-Кр) (авторы: Д.В. Люсин, А.А. Панкратова, Д.С. Корниенко (2022)), а также методика диагностики социально-психологических установок личности О.Ф. Потемкиной.

Установлено, что внутриличностный эмоциональный интеллект и его компоненты (понимание и управление собственными эмоциями) образуют слабые и умеренные отрицательные взаимосвязи с ориентацией на процесс.

Ключевые слова: эмоциональная рефлексия, внутриличностный эмоциональный интеллект, социально-психологические установки личности, студенты.

## **RELATIONSHIP BETWEEN INTRAPERSONAL EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SOCIO-PSYCHOLOGICAL ATTITUDES OF THE PERSONALITY OF STUDENTS**

The article is devoted to the problem of studying the importance of intrapersonal emotional intelligence (IEI) in the learning process, and its relationship with the socio-psychological attitudes of the personality of students. The purpose of the study is to determine the nature and severity of relationships between the IEI and the socio-psychological attitudes of the personality of students.

Research methods: empirical (survey), processing of empirical data (Spearman's rank correlation coefficient), interpretative (structural). To collect empirical data, the "Emotional Intelligence Test" (EMIN-CR) (authors: D.V. Lyusin, A.A. Pankratova, D.S. Kornienko (2022)), as well as the method of diagnosing socio-psychological attitudes of the personality by O.F. Potemkina, were used.

It has been established that intrapersonal emotional intelligence and its components (understanding and management of one's own emotions) form weak and moderate relationships of a negative nature with a process orientation.

Keywords: emotional reflection, intrapersonal emotional intelligence, socio-psychological attitudes of the individual, students.

**Введение.** Эмоциональная рефлексия представляется значимым аспектом процесса обучения. Она способствует оптимизации учебного процесса, приводит к осмысленному выбору методов, которыми студенты планируют достигать поставленные цели, ориентирована на построение эмоциональных контактов субъектов образования, на доброжелательную и продуктивную работу [1].

Эмоциональная рефлексия представляет собой оценку своего эмоционального состояния, связанного с ожиданиями от учебной деятельности, складывающихся межличностных отношений в коллективе, содержания обучения [2]. Известно, что эмоциональные состояния студентов существенно определяют протекание когнитивных процессов, которые влияют на успешность в учебной деятельности [3]. Она помогает студенту осознать свои слабые и сильные стороны, провести коррекцию поведения, содействует осознанию проблем в межличностных отношениях и их благоприятному разрешению. Рефлексия собственных эмоций позволяет обучиться управлению ими, например, вовремя обнаружить и справиться с тревожными переживаниями перед экзаменами, обнаружить, какое занятие или дело более эмоционально привлекательно, что приведет к мотивации, заинтересованности.

Эмоциональная рефлексия является составной частью, одним из процессов входящих во внутриличностный эмоциональный интеллект: она отвечает за осознание и понимание собственных эмоций, ВЭИ же включает в себя еще управление и контроль над этими эмоциями [2]. Внутриличностный эмоциональный интеллект (ВЭИ) – это способность к пониманию (ВП) и управлению собственными эмоциями (ВУ) [4]. Осознание своих эмоций предполагает их узнавание, идентификацию, способность к вербальному изложению и понимание причин их возникновения. Управление собственными эмоциями определяет способность вызывать и поддерживать необходимые эмоции, подавлять и контролировать нежелательные.

Помимо эмоциональной сферы студента в процессе обучения присутствует и его мотивационная сфера, которую можно охарактеризовать при помощи социально-психологических установок, которые определяются как состояние психологической готовности личности, которая обуславливается опытом и оказывает влияние на возникновение реакций на социально значимые для личности объекты и ситуации, с которыми она взаимосвязана. Они способствуют формированию базы для взаимодействия личности с окружающей действительностью, влияют на установление межличностных отношений, личностное развитие человека. Указанные психологические феномены определяют целенаправленный и устойчивый характер протекания деятельности, стабилизируют его. Изучение социально-психологических установок основывается на анализе личности как субъекта труда, ее общения и познания.

С целью исследования мотивационной сферы личности О.Ф. Потемкина выделила восемь социально-психологических установок. Охарактеризуем каждую из них.

*Ориентация на процесс* определяет повышенный интерес личности к процедуре, при этом выдвинутая цель и необходимый результат не являются важными. Процесс работы обязательно должен быть захватывающим и увлекательным, в противном случае, если процедура рутинна и утомляет, активность личности с данной ориентацией прекращается. Следует отметить, что такой человек не берет на себя ответственность за результат, от погружения в работу может пропустить дедлайн.

Ориентация человека *на результат* предполагает противоположные тенденции в поведении. Процесс не является значимым, большое внимание уделяется поставленной цели и достижению результата, ввиду чего работа может быть осуществлена не качественно, некомпетентно, поспешно, лишь со стремлением получить хоть какой-то продукт активности.

*Ориентация на альтруизм* выражается в следующих поведенческих проявлениях: направленность человека приносить пользу другим, действовать в их интересах, иногда в ущерб собственным потребностям. Личность с *ориентацией на эгоизм*, напротив, заботится о собственных интересах и выгодах, не редко в урон другим.

Будучи ориентирована *на труд*, личность стремиться быть постоянно вовлеченной в какую-либо активность, пренебрегая собственным отдыхом, ведь это приносит ей позитивные эмоции. Следует отметить, что в данном случае важным является не процесс и результат, а одобрение от окружающих и руководства за достигнутый результат.

Непрерывное желание увеличить свое финансовое благосостояние описывает *ориентацию на деньги*. Личность с такой ориентацией характеризуется размышлениями

о пополнении достатка, переживаниями о потере денежных средств и способов их получения. Деньги представляются как ценность, а не средство приобретения чего-либо.

Отсутствие ограничений является главной ценностью для личности с *ориентацией на свободу*, такая личность находится в состоянии непрерывной готовности к отстаиванию собственных прав и независимости.

Важным для человека с *ориентацией на власть* представляется чувство контроля над окружающими, готовность на многие поступки ради оказания влияния на других [5].

Социально-психологические установки личности являются фактором необходимым для изучения среди студенческой молодежи, так как они определяют процесс обучения и будущее профессиональное развитие. Для построения эффективного образовательного процесса, следует выявить какова цель обучения студента.

Актуальность исследования обусловлена тем, что в современной психологии не изучены взаимосвязи ВЭИ и социально-психологических установок личности. Согласно анализу литературы по теме исследования [1, 2] представляется актуальной следующая проблема: какова взаимосвязь ВЭИ и социально-психологических установок личности.

**Материал и методы.** Цель исследования – определить характер и выраженность взаимосвязей ВЭИ и социально-психологических установок личности у студентов.

Эмпирическим методом исследования является опрос. Для диагностики применялись следующие методики: «Тест эмоционального интеллекта» (ЭмИн-Кр) (авторы: Д.В. Люсин, А.А. Панкратова, Д.С. Корниенко (2022)) [4]; методика диагностики социально-психологических установок личности (автор: О.Ф. Потемкина (1993)) [5]. Непараметрический коэффициент ранговой корреляции Спирмена использовался в качестве метода статистической обработки данных. Интерпретационный метод – структурный.

Выборка исследования составила 96 студентов Полоцкого государственного университета имени Ефросинии Полоцкой: 45 девушек и 51 юноша в возрасте от 18 до 27 лет ( $M=20,20$ ;  $SD=1,29$ , подростковый возраст и ранняя зрелость по Э. Эриксону).

**Результаты и их обсуждение.** В ходе исследования с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена был проведен корреляционный анализ переменных «ВЭИ», «ВП», «ВУ» и социально-психологических установок личности на выборке студентов. Обнаруженные значимые корреляции ( $p \leq 0,05$ ) представлены на рисунке 1.

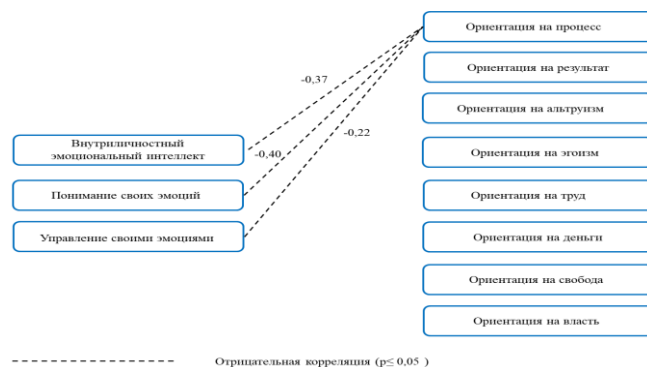


Рисунок 1 – Корреляционная плеяда, отражающая взаимосвязи показателей внутриличностного эмоционального интеллекта и социально-психологических установок личности

Согласно результатам исследования, отраженным на рисунке, обнаружены умеренные обратные корреляции внутриличностного эмоционального интеллекта (ВЭИ) и его компонента «понимание собственных эмоций» (ВП) с ориентацией на процесс ( $p < 0,001$ ), помимо этого с данной ориентацией обнаружена слабая отрицательная взаимосвязь составляющей ВЭИ «управление собственными эмоциями» (ВУ) ( $p \leq 0,05$ ). Иными словами, по мере развития способностей к пониманию собственных эмоций и управлению ими идет на спад значимость процессуальной стороны активности.

Предположим, что ориентация на процесс может использоваться личностью, которую постигают какие-то неприятности и трудности, и данная ориентация выступает в качестве спо-

соба сублимации. Точнее сказать человек с низким ВЭИ преобразует свои негативные переживания посредством погружения в процесс чего-либо. При таких обстоятельствах важным является не продукт активности или внешнее подкрепление в виде одобрения, а сам процесс разрядки эмоций через активность. Иными словами, для личности, которая не способна управлять собственными эмоциями, необходимо их социально одобряемое выражение, например, в процедуре какой-либо деятельности (при снижении ВЭИ, повышается ориентация на процесс). Наоборот, для личности, способной в моменте осознать, проконтролировать и уместно выразить чувства, нет потребности в ином их выражении (при повышении ВЭИ, снижается процессуальная ориентация).

Данное явление можно определить как мотивационно-процессуальный вид эскапизма, который означает избегание реальности по схеме временного ухода, целью которого является преодоление внутреннего дискомфорта личности без деструктивных последствий. Данный вид эскапизма возникает при стремлении человека перейти на предпочитаемый вид активности, устраняющей прямое воздействие негативных эмоций. Вовлеченность личности в увлекательную для нее процедуру способствует реализации функции отвлечения от внутреннего напряжения и дискомфорта [6]. К примеру, столкнувшись с негативными эмоциями, человек с низким ВЭИ может погрузиться в процесс работы, уборки, готовки, хобби, просмотра фильмов, чтения книг.

**Заключение.** В ходе исследования была изучена роль эмоциональной рефлексии в процессе обучения студентов, взаимосвязь ВЭИ с социально-психологическими установками личности. Основными понятиями исследования являются эмоциональная рефлексия, внутриличностный эмоциональный интеллект и социально-психологические установки личности. Эмоциональная рефлексия представляет собой оценку своего эмоционального состояния, связанного с ожиданиями от учебной деятельности, складывающихся межличностных отношений в коллективе, содержания обучения. Внутриличностный эмоциональный интеллект определяется как способность к пониманию и управлению собственными эмоциями. Социально-психологические установки личности – это состояние психологической готовности личности, которая обуславливается опытом и оказывает влияние на возникновение реакций на социально значимые для личности объекты и ситуации, с которыми она взаимосвязана. В данном исследовании рассматривались следующие виды установок (ориентаций), выделенных О.Ф. Потемкиной: ориентация на процесс, результат, альтруизм, эгоизм, труд, деньги, свободу, власть. Определено, что внутриличностный эмоциональный интеллект и понимание собственных эмоций коррелирует с ориентацией на процесс, связь отрицательная умеренная. Слабую отрицательную взаимосвязь образует ориентация на процесс с управлением собственными эмоциями.

#### **Список использованной литературы:**

1. Комарова, Э.П. Подготовка поликультурной личности на основе интеллектуально-эмоциональной рефлексии / Э.П. Комарова, В.А. Федоров // Гуманитарные науки. – 2020. – 204 с.
2. Чернышев, С.В. Эмоциональная рефлексия как фактор повышения качества обучения иностранным языкам в школе / С.В. Чернышев // Наука и школа. – 2024. – №2. – С. 192-204.
3. Прохоров, А.О. Взаимодействие психических состояний и когнитивных процессов субъекта (на примере учебной деятельности студентов) / А.О. Прохоров // Эксперим. психология. – 2010. – Т.3, №2. – С. 33-44.
4. Панкратова, А.А. Апробация краткой версии опросника ЭмИн / А.А. Панкратова, Д.С. Корниенко, Д.В. Люсин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2022. – Т.19. №4. – С. 822-834.
5. Райгородский, Д.Я. Психодиагностика персонала. Методика и тесты : учеб. пособие. Т. 2 / Д.Я. Райгородский. – Самара : Бахрах-М, 2007. – 560 с.
6. Сатаров, С.А. Феномен бегства от реальности как психологический аспект девиантного поведения и его профилактика / С.А. Сатаров // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2025. – Т.4-1 (103). – С. 116-120.