

УДК 378.035:316.772.4-056.31

© М. М. Рева, 2022

orcid.org/0000-0002-5478-8855

<https://doi.org/10.33989/2226-4078.2022.1.252063>

РЕВА Марина Митрофанівна

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології
Полтавського національного педагогічного університету
імені В. Г. Короленка*

ХАРАКТЕРИСТИКА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТУДЕНТІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження психологічних особливостей емоційного інтелекту студентів з різним рівнем розвитку комунікативних здібностей. У результаті теоретичного аналізу було виявлено, що емоційний інтелект визначають здебільшого як здатність людини до усвідомлення, прийняття та управління емоційними станами і почуттями як власними, так і інших людей, що формуються протягом життя людини у спілкуванні та професійній діяльності. Отже, емоційний інтелект – це, з одного боку, здатність розуміти, аналізувати і контролювати власні почуття та емоції, а з іншого – вміння відчувати та розуміти настрої оточення.

Водночас було підтверджено потребу у більш детальному практичному вивченні проблеми, адже недостатньо вирішеним залишається питання специфіки емоційного інтелекту особистості залежно від рівня розвитку її комунікативної сфери.

Дані емпіричного дослідження особливостей емоційного інтелекту студентів з різним рівнем розвитку комунікативних здібностей засвідчили, що високий рівень загального емоційного інтелекту мають найменше студентів, а низький рівень – найбільше. Чим вищий рівень розвитку емоційного інтелекту притаманний досліджуванам, тим більш вони помірковані у взаємодії з соціумом, більш товариські і мають позитивний емоційний фон, не піддаються негативу. Також був виявлений високий рівень розвитку комунікативних та організаторських здібностей у досліджуваних вибірки.

Було доведено, що емоційний інтелект має прямий зв'язок із комунікативними здібностями особистості у студентському віці, а саме чим вищим є рівень емоційного інтелекту студентів, тим вищим є рівень розвитку їхніх комунікативних здібностей. На практиці це

виявляється у тому, що чим краще досліджувані студенти орієнтуються в емоціях, тим точніше здатні розпізнавати ті чи інші емоції в інших людей та чим більше здатні усвідомлювати власні почуття і керувати ними, тим більше вони здатні до налагодження спілкування з іншими та активної комунікативної діяльності.

Ключові слова: емоції, емоційний інтелект, емоційна обізнаність, управління емоціями, розпізнавання емоцій інших, комунікативні здібності, студентський вік.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Сьогодні складність і різносторонність функціонування суспільства як динамічного соціального утворення, накопичення його системних змін зумовлюють актуалізацію потреби розробки потенціалу емоційного інтелекту особистості з метою її успішної самореалізації та ефективної адаптації у соціумі. Така ситуація загострює інтерес психологічної науки до цього питання.

Від емоцій, які найчастіше переживає і виявляє особистість, від здатності керувати ними залежить успіх її взаємодії з оточуючими та спілкування, прийняття іншими, а значить і успіх її соціального розвитку. Відтак як емоції, так і емоційний інтелект відіграють своєрідну орієнтуючу та регулюючу роль у спілкуванні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Актуальність пізнання процесу виникнення, генези і впливу емоцій на життєдіяльність особистості зумовлена їхньою інтегративністю та взаємозв'язком із різними функціями психіки (В. Вілюнас, Б. Додонов, О. Саннікова, С. Рубінштейн, О. Тихомиров та ін.). Узагальнюючи різні дослідження (М. Грот, К. Ізард, Д. Ліндслей, Я. Рейковський та ін.), можна відзначити, що емоції як невід'ємний компонент психічної діяльності змінюються у процесі життя людини, а вплив емоцій на протікання багатьох психічних процесів посилює необхідність пізнання механізмів їхнього виникнення і розвитку.

Поняття емоційного інтелекту вітчизняні автори трактують як «емоційну розумність» (Н. Коврига, Е. Носенко), як «емоційне самоусвідомлення» (О. Власова), як детермінанту внутрішньої свободи особистості та показника цілісного її розвитку (О. Філатова). Дані, які наведені в науковій літературі, дають змогу стверджувати, що емоційний інтелект входить до

структури соціально-перцептивної компетентності, котра належить до структури комунікативної компетентності (А. Федосєєва).

Проте ґрунтовних досліджень, які б виявляли особливості емоційного інтелекту особистості порівняно з рівнем розвитку її комунікативної сфери проведено не було. Особливо актуальною ця проблема постає у студентському віці, оскільки саме юнацький період є значущим для розвитку різних аспектів як емоційної, так і комунікативної сфери особистості.

У зв'язку з цим можна сформулювати **мету статті**, яка полягає у дослідженні психологічних особливостей емоційного інтелекту студентів з різним рівнем розвитку комунікативних здібностей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Термін «емоційний інтелект» почали використовувати на початку 1990-х років. Учені П. Саловей і Дж. Майер застосували його для сукупності позначень ступеня розвитку таких якостей, як самосвідомість, самоконтроль, мотивація, уміння ставити себе на місце інших людей, навички роботи з людьми, вміння налагоджувати взаєморозуміння з іншими (Mayer, Salovey, 1997).

Для визначення поняття «емоційний інтелект» було використано дві основи: неоднорідність поняття «інтелект» і здійснення інтелектуальних операцій з емоціями (Березюк, 2005).

Емоційний інтелект визначається як здатність людини до усвідомлення, прийняття та управління емоційними станами і почуттями як власними, так і інших людей, що формуються протягом життя людини у спілкуванні та професійній діяльності. У структурі емоційного інтелекту виокремлюють 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 включає емпатію, толерантність, комунікабельність, відкритість, діалогічність, антиципацію (Юркевич, 2005).

За Д. Гоулменом, емоційний інтелект – це здатність усвідомлювати власні почуття, почуття інших людей, мотиву-

вати самого себе та інших, управляти емоціями як наодинці з самим собою, так і стосовно інших. Емоційний інтелект може допомогти людині в різних сферах життя. Наприклад, маючи розвинутий емоційний інтелект, можна стати хорошим батьком чи матір'ю, чоловіком чи дружиною, досягти успіху в роботі, особливо якщо йдеться про професійну або службову кар'єру. Згідно з концепцією Д. Гоулмена, емоційний інтелект вираховується як сума показників семи здібностей: самоусвідомлення, самомотивування, стійкості до фрустрації, контролю за імпульсами, регуляції настрою, емпатії, оптимізму. Якщо IQ є передумовою академічної успішності, то рівень емоційного інтелекту дозволяє говорити про ймовірність життєвого успіху (Goleman, 1996).

Останнім часом з'явилися дані емпіричних досліджень (М. Зайднер, Г. Меттьюз і Р. Робертс), згідно з якими емоційний інтелект можна вважати надійною передумовою для прогнозування адаптивних соціальних наслідків, зокрема просоціальної поведінки, соціальної адаптації, якості соціальної взаємодії, схильності до здорового способу життя тощо. Водночас низький рівень емоційного інтелекту може бути основою для прогнозування антисоціальної поведінки, формування наркозалежності та інших шкідливих звичок (Matthews, Zeidner, Roberts, 2002).

Емоційний інтелект продукує нестандартні способи активності для досягнення цілей і задоволення потреб. На відміну від абстрактного і конкретного інтелекту, які відображають закономірності зовнішнього світу, емоційний інтелект відображає внутрішній світ і його зв'язки з поведінкою особистості та взаємодію з реальністю, взаємини з соціумом.

Необхідним фундаментом для підвищення ефективності взаємодії з іншими та спілкування є бажання людини слухати і чути, що у свою чергу сильно залежить від того, якою бачиться їй ситуація спілкування. Як важливий чинник підвищення точності сприймання іншої людини дослідники називають одержання від неї зворотного зв'язку, що допомагає скоректувати образ і сприяє точнішому прогнозу поведінки. Звідси слідує, що ефективність спілкування значною мірою залежить від рівня емоційного інтелекту.

У сучасній психологічній науці проблема вивчення емоційного інтелекту як складника комунікативної компетентності та чинника розвитку комунікативних здібностей є недостатньо розробленою. Поглиблення уявлень про структуру та функції емоційного інтелекту дає можливість виявити взаємозв'язки між емоційним інтелектом і комунікативними здібностями та визначити характер цих взаємозв'язків.

У зв'язку з цим нами було проведено емпіричне дослідження на вибірці студентів Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка, яку склали 60 осіб. Вік досліджуваних – 18-23 роки.

Визначення рівня емоційного інтелекту було здійснено за допомогою методики, запропонованої Н. Холлом для виявлення здатності розуміти стосунки особистості, що репрезентуються в емоціях, і управляти емоційною сферою на основі прийняття рішень (рис. 1).

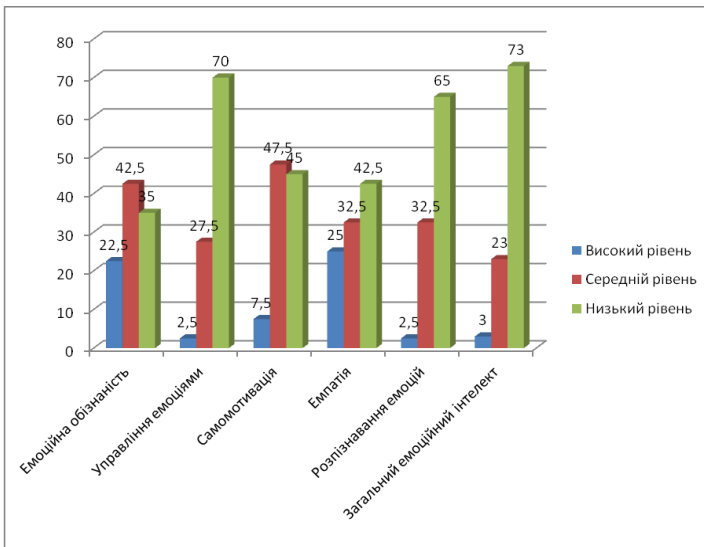


Рис. 1. Показники рівня емоційного інтелекту досліджуваних (у %)

Результати, отримані за шкалою «Емоційна обізнаність» вказують на те, що 22,5 % респондентів мають високий рівень, 42,5 % – середній рівень, 35 % – низький рівень розвитку даної

властивості. Це свідчить, що більшість досліджуваних здебільшого здатні правильно розпізнавати власні емоції, почуття, можуть їх вербалізувати та знайти зв'язок між власними думками, почуттями та реакціями. Проте великий відсоток досліджуваних також має низькі здібності до диференціації емоцій.

За шкалою «Управління своїми емоціями» можемо говорити, що 2,5 % досліджуваних дуже добре скеровують власні емоції, 27,5 % вміло керують власними емоціями, а 70 % мають труднощі з управлінням емоціями. Отже, результати свідчать про низьку здатність до управління власними емоціями у переважної більшості досліджуваних, оскільки лише незначний відсоток респондентів мають високу здатність керувати власними емоціями та розуміти, що саме керує ними при прийнятті рішення – думки чи почуття.

За шкалою «Самотивація» високий показник бачимо лише у 7,5 % респондентів, середній рівень мають 47,5 % респондентів, а іншим 45 % притаманний низький рівень. Цей показник розкриває ступінь оволодіння власними емоціями, тож досліджувані з високим та середнім рівнем за цією шкалою вміють справлятися з власними емоціями: усвідомлюють те, що приховується за почуттям (наприклад, образа, яка запускає гнів), і володіють способами позбавлятися від тривоги, гніву і суму. Ті ж досліджувані, які мають низький рівень розвитку самотивації, складно усвідомлюють справжню суть виражених почуттів та важко позбуваються негативних.

За шкалою «Емпатія» 25 % досліджуваних мають високий рівень, 32,5 % – середній, а 42,5 % – низький рівень розвитку якості. Тобто чверть усіх досліджуваних гарно розуміють ставлення, почуття, психічні стани іншої особи у формі співпереживання, третя частина досліджуваних посередньо справляється з цими якостями, а от найбільше респондентів нездатні до розуміння емоцій інших та співпереживання їм.

За шкалою «Розпізнавання емоцій інших» таке вміння на високому рівні притаманне 2,5 % респондентів, на середньому рівні – 32,5 %, а 65 % мають труднощі у розпізнанні емоцій інших людей.

Отже, можемо зробити висновок, що високий рівень загального емоційного інтелекту мають 3 % респондентів,

середній рівень – 23 %, а низький рівень – 73 %. Чим вищий у досліджуваних рівень розвитку емоційного інтелекту, тим більш врівноважені вони в соціальному плані, дружелюбні і перебувають у відмінному настрої, не піддаються страху і не схильні до тривожних роздумів. Їхнє емоційне життя насичене подіями, але в належних межах.

Для дослідження комунікативних здібностей ми скористалися методикою «КОС-2» (в описі В. Синявського і Б. Федоришина), що дає змогу виявити комунікативні і організаторські схильності особистості, а саме вміння встановлювати та розширювати контакти, впливати на людей та проявляти ініціативу. У контексті нашого дослідження нас цікавило саме дослідження вміння встановлювати та підтримувати контакти з іншими (рис. 2).

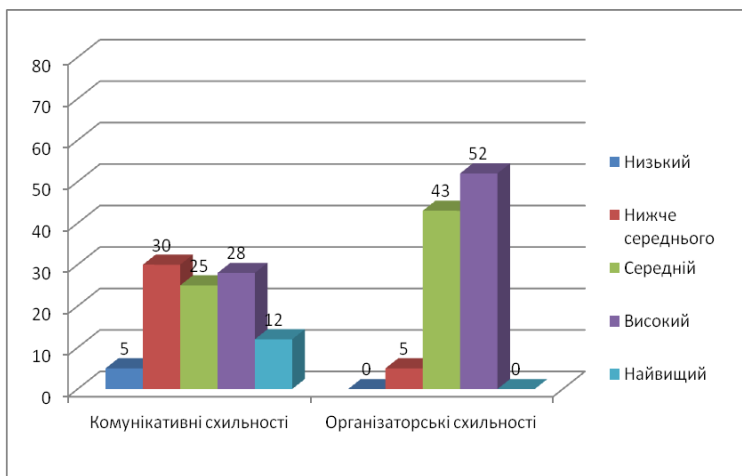


Рис. 2. Показники комунікативних та організаторських схильностей досліджуваних (у %)

Отримані результати вказують, що 12 % студентів виявляють дуже високі комунікативні схильності. Це свідчить про сформовану потребу цих досліджуваних у комунікативній діяльності, невимушену поведінку у новому для них колективі. Вони можуть відстояти свою думку і домогтися прийняття свого рішення, швидко орієнтуються у важких ситуаціях. Також 28 % опитаних демонструють високі комунікативні схильності, що є свідченням прагнення розширити коло знайомих, бажання і

вміння швидко знайти друзів. Дані досліджувані виявляють ініціативу в спілкуванні.

Середній рівень розвитку комунікативних здібностей проявляють 25 % респондентів. Їх можна схарактеризувати як таких, що прагнуть до контактів з людьми, проте потенціал їхніх комунікативних схильностей не відрізняється високою стійкістю.

Рівень комунікативних здібностей нижче середнього був визначений у 30 % студентів. Можна припустити, що вони не прагнуть до спілкування, воліють проводити час наодинці з собою. У новій компанії або колективі почувають себе скучно, можуть відчувати труднощі у встановленні та підтримці контактів. Також 5% досліджуваних виявили низький рівень розвитку комунікативних схильностей, що може бути свідченням низької здатності до встановлення та підтримки контактів. Такі досліджувані не відстоюють свою думку та важко переживають образи.

Щодо розвитку організаторських схильностей, можемо говорити про те, що ніхто з опитаних не проявив найвищого рівня розвитку даної якості. Високий рівень притаманний більш ніж половині досліджуваних – 52 %. Це говорить про їхню здатність приймати рішення у важких, нестандартних ситуаціях. Вони допомагають близьким і друзям, не губляться в новій обстановці.

Середній рівень розвитку організаторських здібностей проявляють 43 % респондентів. Їх можна схарактеризувати як таких, що відстоюють своє, проте потенціал їхніх схильностей не відрізняється високою стійкістю.

Організаторські схильності рівня нижче середнього виявились у 5 % досліджуваних. Вони рідко проявляють ініціативу, уникають прийняття самостійних рішень. Низького рівня розвитку даних схильностей не було виявлено у жодного досліджуваного.

Інтерес становить виявлення характеру зв'язку між рівнем розвитку емоційного інтелекту студентів та особливостями прояву їхніх комунікативних здібностей. Для цього ми співставили результати дослідження за методиками «Визначення емоційного інтелекту» (за Н. Холлом) та «КОС-2» (в описі В. Синявського і Б. Федоришина) за r_s критерієм

Спірмена (Сидоренко, 2002). Детальне обчислення кореляційної залежності проводилося за допомогою пакету статистичних комп'ютерних програм IBM SPSS Statistics for Windows, Version 23.0.

За результатами проведених обчислень можемо констатувати наявність прямої помірної лінійної кореляції між показниками емоційного інтелекту та рівнем розвитку комунікативних здібностей досліджуваних ($r_s = 0,366$, $p \leq 0,01$) (Сидоренко, 2002), тобто чим вищим є рівень емоційного інтелекту студентів, тим вищим є рівень розвитку їхніх комунікативних здібностей. На практиці це виявляється у тому, що чим краще досліджувані студенти орієнтуються в емоціях, тим точніше здатні розпізнавати ті чи інші емоції в інших людей та чим більше здатні усвідомлювати власні почуття і керувати ними, тим більше вони здатні до налагодження спілкування з іншими та активної комунікативної діяльності.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Отже, можемо зробити висновок, що емоційний інтелект – це, з одного боку, здатність розуміти, аналізувати і контролювати власні почуття та емоції, а з іншого – вміння відчувати, розуміти настрої оточення.

Було виявлено, що високий рівень загального емоційного інтелекту мають найменше досліджуваних студентів, а низький рівень – найбільше. Чим вищий рівень розвитку емоційного інтелекту притаманний досліджуваним, тим більш вони помірковані у взаємодії з соціумом, більш товариські і мають позитивний емоційний фон, не піддаються негативу. Також можемо констатувати переважно високий рівень розвитку комунікативних та організаторських здібностей у досліджуваних вибірці. Найменше студентів виявляють низький рівень розвитку цих якостей. Крім того, було встановлено, що емоційний інтелект має прямий зв'язок із комунікативними здібностями особистості у студентському віці.

Оскільки в результаті дослідження було визначено коло студентів, які мають низький рівень емоційного інтелекту та низькі показники розвитку комунікативних здібностей, ми вважаємо за необхідне проведення корекційних заходів, спрямованих на поліпшення рівня емоційної обізнаності

досліджуваних, здатність до управління власними емоціями та вміння розпізнавати емоції інших. Це може стати предметом наших подальших досліджень у контексті обраної проблеми.

Список використаних джерел

- Березюк Г. Емоційний інтелект як детермінанта внутрішньої свободи особистості. *Психологічні студії Львівського університету*. 2008. № 2. С. 20–23.
- Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии. Санкт-Петербург : Речь, 2002. 350 с.
- Юркевич В. Проблема эмоционального интеллекта. *Вестник практической психологии образования*. 2005. № 3 (4). С. 4–10.
- Goleman D. *Emotional Intelligence: Why It can Matter More Than IQ*. London : Bloomsbury, 1996. 368 p.
- Matthews G., Zeidner M., Roberts R. D. *Emotional Intelligence: Science and Myth*. Cambridge, MA: MIT Press, 2002. 720 p.
- Mayer J. D., Salovey P. What is emotional intelligence? *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. New York : Basic Books, 1997. P. 3–34.

References

- Bereziuk, H. (2008). Emotsiynyi intelekt yak determinanta vnutrishnoi svobody osobystosti [Emotional intelligence as a determinant of inner freedom of the personality]. *Psykhologichni studii Lvivskoho universytetu [Psychological studies of Lviv University]*, 2, 20-23 [in Ukrainian].
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence: Why It can Matter More Than IQ*. London: Bloomsbury.
- Matthews, G., Zeidner, M., & Roberts, R. D. (2002). *Emotional Intelligence: Science and Myth*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Sidorenko, E. V. (2002). *Metody matematicheskoy obrabotki v psihologii [Methods of mathematical processing in psychology]*. St. Petersburg: Rech [in Russian].
- Yurkevich, V. (2005). Problema emotsionalnogo intelekta [The problem of emotional intelligence]. *Vestnik prakticheskoy psihologii*

obrazovaniya [Bulletin of the practical psychology of education], 3 (4), 4-10 [in Russian].

M. Reva

CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF DEVELOPMENT OF COMMUNICATIVE ABILITIES

The article presents the results of theoretical and empirical research of psychological peculiarities of emotional intelligence of students with different levels of development of communicative abilities. Theoretical analysis revealed that emotional intelligence is mostly defined as a person's ability to realize, accept and manage emotional states and feelings, both their own and other people's, which is formed during a person's life in communication and professional activities. Thus, emotional intelligence is, on the one hand, the ability to understand, analyze and control one's own feelings and emotions, and on the other it is the ability to feel and understand the mood of the environment.

At the same time, the need for a more detailed practical study of the problem was confirmed, as the issue of the specifics of the emotional intelligence of the personality depending on the level of development of its communicative area remains insufficiently resolved.

The data of the empirical study of the peculiarities of emotional intelligence of students with different levels of development of communicative abilities showed that the least students have the lowest level of general emotional intelligence, and the most number of students has the low level. The higher the level of development of emotional intelligence the subjects have, the more moderate they are in interaction with society, more sociable and have a positive emotional background, not susceptible to negativity. A high level of development of communicative and organizational abilities in the studied sample was also revealed.

It was proved that emotional intelligence has a direct relationship with the communicative abilities of the personality in the student age, namely, the higher the level of emotional intelligence of students is, the higher is the level of development of their communicative abilities. In practice, this is manifested in the fact that the better the researched students are oriented in emotions, the more accurately they are able to recognize certain emotions of other people, and the more able they are to understand and control their feelings, the more they are able to communication with others and to active communicative activities.

Key words: *emotions, emotional intelligence, emotional awareness, emotion management, recognizing the emotions of others, communicative abilities, student age.*