

СТАТЬИ

УДК 159.923

**ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И ПОТРЕБНОСТИ
В САМОРАЗВИТИИ В ВОЗРАСТЕ ЮНОСТИ****Валиуллина Е.В.***Кемеровский государственный медицинский университет, Кемерово, e-mail: valiullinajv@ya.ru*

В данной статье представлены результаты исследования компонентов эмоционального интеллекта и показателей реализации потребностей в саморазвитии у лиц юношеского возраста. Возраст юности является сенситивным для развития эмоционального интеллекта и значимым для апробации реализации потребностей в саморазвитии. В качестве компонентов эмоционального интеллекта выделяют следующие: личностный аспект – общая эмоциональная осведомленность, эмпатия и самомотивация личности; социальный аспект – распознавание эмоций и управление эмоциями других людей; а также общий интегративный показатель эмоционального интеллекта. При помощи профессиональных психодиагностических методик «Диагностика реализации потребностей в саморазвитии» и «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла было проведено данное исследование. Полученные результаты позволили сделать вывод о том, что реализация потребностей в саморазвитии в возрасте юности имеет значимую прямую зависимость с некоторыми компонентами эмоционального интеллекта – его интегративным показателем, общей эмоциональной осведомленностью, распознаванием эмоций, самомотивацией личности и управлением эмоциями других людей. Процесс реализации потребностей в саморазвитии обусловлен личностными характеристиками и индивидуальными особенностями, достаточной личной мотивацией и высокой самоорганизацией, определенную роль в этом процессе играют компоненты эмоционального интеллекта.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, саморазвитие, потребности, личность, эмоциональная сфера

**EMOTIONAL INTELLIGENCE
AND NEEDS FOR SELF-DEVELOPMENT IN YOUNG AGE****Valiullina E.V.***Kemerovo State Medical University, Kemerovo, e-mail: valiullinajv@ya.ru*

This article presents the results of a study of the components of emotional intelligence and indicators of self-development needs realization in adolescents. The age of adolescence is sensitive for the development of emotional intelligence and significant for testing the realization of self-development needs. The following are distinguished as components of emotional intelligence: the personal aspect – general emotional awareness, empathy and self-motivation of the individual; social aspect – recognizing emotions and managing the emotions of other people; as well as a general integrative measure of emotional intelligence. With the help of professional psychodiagnostic techniques «Diagnostics of the realization of needs for self-development» and «Diagnostics of emotional intelligence» N. Hall, this study was carried out. The results obtained allowed us to conclude that the realization of self-development needs at the age of adolescence has a significant direct relationship with some components of emotional intelligence – its integrative indicator, general emotional awareness, recognition of emotions, self-motivation of the individual and the management of emotions of other people. The process of realizing self-development needs is determined by personal characteristics and individual characteristics, sufficient personal motivation and high self-organization; the components of emotional intelligence play a certain role in this process.

Keywords: emotional intelligence, self-development, needs, personality, emotional sphere

Актуальность исследования эмоционального интеллекта обусловлена значимостью понимания собственных эмоциональных состояний и эмоций других людей, важностью развития способности к управлению своими эмоциями и регуляции межличностных контактов для решения актуальных задач деятельности, конструктивного социального взаимодействия, разрешения возможных конфликтных ситуаций и т.д.

Сенситивным периодом к формированию эмоционального интеллекта выступает возраст юности, в этом же возрасте значительно возрастает склонность к саморазвитию. Этот возрастной период является временем рефлексивности личности собственной реально-

сти, своих возможностей и психологических качеств, стремления к самореализации.

Понятие «эмоционального интеллекта» вошло в круг отечественного психологического исследования с конца 1990-х гг. Изучением данного феномена, его моделей и структурных компонентов занимались И.Н. Андреева, Г.Г. Гарскова, Ю.В. Давыдова, Е.П. Ильин, А.В. Карпов, И.Н. Мещерякова, А.С. Петровская и др. Так, Е.П. Ильин эмоциональный интеллект определяет, как эмоционально-интеллектуальную деятельность [1]. Г.Г. Гарскова как способность понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального анализа и синтеза [2].

И.Н. Андреева как совокупность «ментальных способностей» к идентификации, пониманию и управлению эмоциями [3]. Эмоциональный интеллект обеспечивает функционирование таких психологических феноменов эмоциональной сферы личности, как эмоциональная ориентация, эмоциональная саморегуляция, эмоциональное самочувствие и эмоциональная компетентность [4].

Саморазвитие личности выступает интегративной категорией и рассматривается с позиции фундаментальных способностей, «развития самого себя» или развития «самости» на пути к самореализации (такие взгляды представлены трудами А.Г. Асмолова, О.С. Газмана, Р.М. Грановской, Е.И. Исаева, В.И. Слободчикова, И.С. Якиманской и мн. др.), саморазвитие выступает потребностью в самосовершенствовании, самовоспитании, построении себя как личности [5], способностью превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования [6], процесс количественного и качественного изменения всех сторон личности, характеризую-

С целью изучения взаимосвязи компонентов эмоционального интеллекта с потребностью в саморазвитии в молодом и юношеском возрасте было проведено исследование.

Материалы и методы исследования

Респондентами исследования стали молодые люди в возрасте от 17 до 20 лет (средний возраст $17,57 \pm 0,75$), всего было опрошено 58 человек, в том числе 24 юноши и 34 девушки. Методами исследования стали: анализ научной психолого-педагогической литературы; психодиагностическое тестирование с применением опросника «Диагностика реализации потребностей в саморазвитии» и методики «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла [12]; статистическая обработка результатов исследования; интерпретация и обобщение полученных данных.

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты психодиагностики представлены в таблице.

Средние значения компонентов эмоционального интеллекта и потребностей в саморазвитии

Компоненты эмоционального интеллекта и потребностей в саморазвитии	Средние значения \pm стандартное отклонение	χ^2 Эмп
Эмоциональная осведомленность	$9,19 \pm 4,60$	74,46*
Управление эмоциями	$4,05 \pm 4,09$	
Самотивация	$6,73 \pm 4,79$	
Эмпатия	$8,92 \pm 4,53$	
Распознавание эмоций других людей	$7,68 \pm 4,44$	
Интегративный показатель	$30,66 \pm 20,90$	
Потребности в саморазвитии	$56,85 \pm 6,95$	86,51**

Примечание. * – расхождения между распределениями статистически достоверны при $p < 0,05$; ** – расхождения между распределениями статистически достоверны при $p < 0,01$.

щийся спонтанностью, имманентностью, нелинейностью, целостностью и деятельностью по самосовершенствованию [7].

По мнению Ю.В. Маковой, потребность в саморазвитии выражается готовностью самого человека преобразовать свою жизнедеятельность, которая возникает, когда человек «осознает свое текущее состояние развития и устанавливает зону возможного расширения своего потенциала, потребностей и благ» [8]. Среди побудительных причин деятельности исследователи выделяют побуждения социального плана, получение отдельных благ, а также определенное удовлетворение потребностей в самовыражении и самореализации [9–11].

Компоненты эмоционального интеллекта условно дифференцируют на личностные и социальные навыки [13]. К личностным навыкам относят общую эмоциональную осведомленность, самосознание (самотивация по тесту Н. Холла) и социальную чуткость (эмпатия, соответственно); к социальным навыкам – самоконтроль (управление эмоциями) и управление отношениями (распознавание эмоций других людей).

В процентном соотношении распределения респондентов по уровням выраженности интерпретационных коэффициентов средним уровнем параметров эмоциональной осведомленности (56%), эмпатии (52%), распознавания эмоций других лю-

дей (54%) обладает большинство опрошенных юношей и девушек, а интегративный показатель компонентов эмоционального интеллекта на среднем уровне выражен у 60% молодых людей. Ведущим компонентом эмоционального интеллекта выступает эмоциональная осведомленность (общая информированность об эмоциональных состояниях, проявлениях и реакциях), поскольку без элементарного определения эмоциональных состояний практически невозможно проявлять эмпатию, распознавать эмоции других людей и управлять эмоциями партнеров по общению. Эмпатические способности включают рациональную, эмоциональную и интуитивную составляющие, а также подразумевают наличие умения создавать необходимую атмосферу общения и способность поставить себя на место собеседника, идентификацию. Наиболее значимым получился показатель по параметру «управление своими эмоциями», здесь у 76% респондентов выявлен низкий уровень (16% средний, у 8% высокий), результаты представлены на гистограмме (рис. 1).

Такие результаты свидетельствуют о слабой способности сдерживать проявление своих первичных эмоций и низком уровне регуляции эмоциональных состояний. Значения параметра самомотивации (наличие эмоций, которые мотивируют на когнитивную деятельность в контексте эмоциональной сферы, распознавание, выражение и понимание эмоций) на среднем (44%) и низком (35%) уровне у подавляющего большинства респондентов исследова-

вания характеризуют их слабую способность находить личные стимулы к решению актуальных задач и продвижению к цели, а также при таких показателях возможны сложности у молодых людей в сохранении целенаправленности деятельности.

Реализация потребностей в саморазвитии как устойчивое явление, обуславливающее поведение и деятельность, проявляется неудовлетворенностью актуальным положением дел, а также стремлением реализовать потребности в достижении «склонностью эмоционально погружаться в деятельность, стремлением добиться переживания эмоции удовлетворения от достигнутого, неудовлетворением от выполнения задач низкой степени сложности» [14, с. 56]. По результатам данного исследования, большинство опрошенных молодых людей активно реализуют свои потребности в саморазвитии (67%), у 33% из них сложившаяся система саморазвития – отсутствует, результаты представлены на кольцевой диаграмме (рис. 2).

Юноши и девушки достаточно активно используют способы самопознания и саморазвития, не боятся применять методы самовоспитания, наблюдать позитивные изменения в своих реакциях и поведении в целом. Отсутствие сложившейся системы саморазвития характеризует ориентацию молодых людей в большей степени на внешние условия, чем на свои внутренние потребности, от этих внешних условий зависит данный процесс (как правило, девушкам такой подход свойственен в большей степени, нежели юношам).

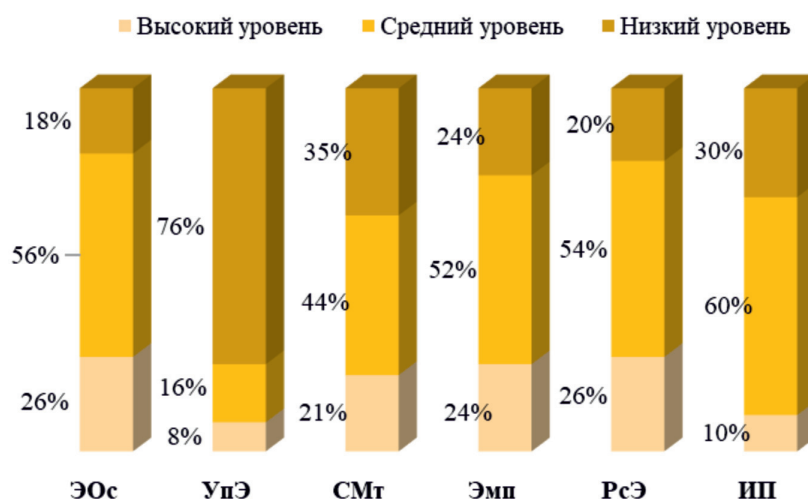


Рис. 1. Процентное распределение респондентов по уровням параметров эмоционального интеллекта
 Условные обозначения: ИП – интегративный показатель эмоционального интеллекта;
 Эмп – эмпатия; РсЭ – распознавание эмоций других людей; ЭОс – эмоциональная осведомленность; УпЭ – управление эмоциями; СМт – самомотивация
 (здесь и далее использованы данные условные обозначения)

Молодых людей с уровнем «саморазвитие на данный момент остановилось» в данном исследовании выявлено не было (0%). В качестве субъективных препятствий становления системы саморазвития личности выделяют: постановку ошибочных жизненных целей, отсутствие выработанных индивидуальных приемов саморазвития, недостаточность личной мотивации, неоптимальный уровень самооценки, доминирующие или конформные способы взаимодействия с окружающими.



Рис. 2. Процентное распределение респондентов по уровням реализации потребностей в саморазвитии

Корреляционный анализ, проведенный при помощи коэффициента ранговой корреляции Спирмена (критические значения для $N = 57$, $r = 0,27$ (при $p \leq 0,05$); $r = 0,35$ (при $p \leq 0,01$), показал наличие значимых корреляционных связей между компонентами эмоционального интеллекта и параметрами потребностей в саморазвитии, результаты представлены на рис. 3.

Как видно на представленном рисунке, значимые корреляционные зависимости между показателями потребностей в саморазвитии получены практически со всеми компонентами эмоционального интеллекта. Корреляция не достигает уровня статистической значимости только с компонентом эмпатии ($r_s = 0,192$). Уровень эмпатии не оказывает влияния на реализацию потребностей в саморазвитии, равно как и высокие показатели такой потребности не влияют на способность к сопереживанию, соучастию и сочувствию другим людям.

Положительная корреляция получена между параметрами реализации потребностей в саморазвитии и компонентами самомотивации (при $p \leq 0,01$) и общей эмоциональной осведомленности (при $p \leq 0,01$). Данные компоненты эмоционального интеллекта отражают личностные навыки индивида, позволяя опираться на потребности в саморазвитии при формировании адекватной самооценки, чувства собственного достоинства, желания соответствовать высоким внутренним установкам, повышая собственную мотивацию.

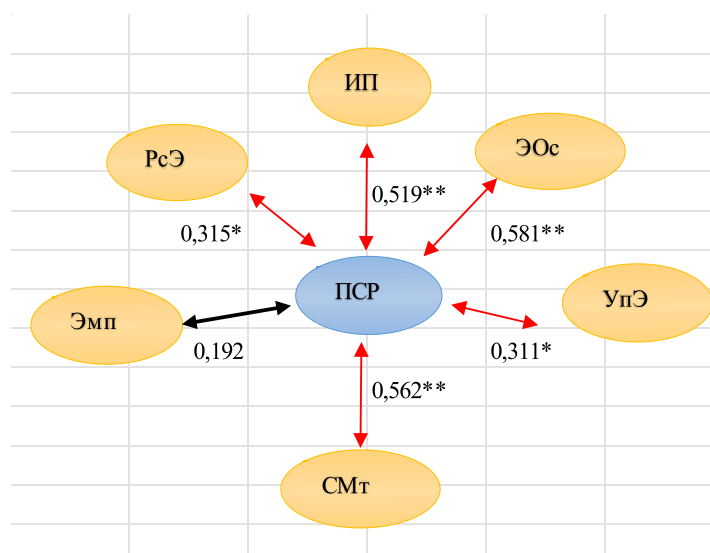


Рис. 3. Корреляционные связи компонентов эмоционального интеллекта и потребностей в саморазвитии
 Условные обозначения: красные стрелки – корреляция статистически значима; черные стрелки – корреляция не достигает уровня статистической значимости.
 Примечание: * – корреляция статистически значима при $p \leq 0,05$; ** – корреляция статистически значима при $p \leq 0,01$

Между параметрами реализации потребностей в саморазвитии и социальными компонентами эмоционального интеллекта – управление эмоциями и распознавание эмоций других людей – получена положительная значимая корреляционная связь (при $p \leq 0,05$). Управление отношениями с другими людьми, владение тактикой убеждения, способность инициировать социальные связи, умение регулировать конфликтные ситуации и межличностные разногласия могут быть опосредованы эффективной реализацией потребностей в саморазвитии. Умение контролировать собственные негативные эмоциональные проявления, упорное продвижение к намеченной цели, готовность к активным действиям и умение позитивно смотреть на многие вещи оказывают положительное влияние на реализацию потребностей в саморазвитии.

Заключение

Проведенное исследование позволяет сделать вывод о том, что реализация потребностей в саморазвитии в возрасте юности имеет положительную взаимосвязь с компонентами эмоционального интеллекта: распознаванием эмоций, эмоциональной осведомленностью, самомотивацией и умением управлять эмоциями других людей, а также с общим интегративным показателем эмоционального интеллекта.

Активность личности является основополагающей характеристикой саморазвития, определяется самостоятельностью и сознательностью и опосредует самопознание, самовоспитание и самоактуализацию, в свою очередь потребности выступают значимым источником активности личности [15].

Возраст юности является сенситивным периодом в развитии эмоционального интеллекта, происходит динамичное становление системы самосознания личности, устойчивого образа «я», активное формирование эмоциональной культуры личности. На фоне процесса реализации потребностей в саморазвитии молодые люди апробируют индивидуальные приемы и методы самовоспитания, развивают способы и средства самопознания. Эффективный процесс саморазвития требует наличия определенной совокупности личностных психологических качеств от позитивного принятия себя

и активной самостоятельности до лабильности психической сферы и высокой личной мотивированности и определяет общий вектор целостного развития личности, немаловажную функцию в этом процессе выполняет сформированный эмоциональный интеллект.

Список литературы

1. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2019. 783 с.
2. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию // Ананьевские чтения: тез. науч.-практ. конф. СПб., 1999. С. 25–26.
3. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюк: ПГУ, 2011. 388 с.
4. Валиуллина Е.В. Компоненты эмоционального интеллекта в юношеском возрасте // Вестник Белгородского института развития образования. 2020. Т. 7. № 3 (17). С. 85–93.
5. Железская Г.И., Абрамова Н.В., Гудкова Е.Н. Креативная среда как фактор творческого саморазвития личности // Перспективы науки и образования. 2014. № 1. С. 120–125.
6. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе. М.: Школьная пресса, 1995. 416 с.
7. Селиванова Л.И. Педагогические условия реализации идейно-нравственного саморазвития личности в практике развивающего образования // Известия Гомельского гос. ун-та им. Ф. Скорины. 2012. № 2. С. 130–137.
8. Макурова Ю.В. Противоречия становления потребности саморазвития личности в современных условиях: социологический анализ: автореф. дис. ... канд. соц. наук: 22.00.06. Екатеринбург, 2006. 23 с.
9. Бодалев А.А. Мотивация и личность: Сборник научных трудов. М., 1982. 387 с.
10. Валиуллина Е.В. Исследование влияния уровня конфликтности на психологические свойства личности // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. 2019. № 4. С. 1–11.
11. Сибилева Л.В., Арсеньева Д.А. Саморазвитие как объективная потребность личности // Инновационные научные исследования: теория, методология, практика: сборник статей IX Международной научно-практической конференции: в 2 ч. 2017. С. 249–251.
12. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во института психотерапии, 2016. 339 с.
13. Дрогобыцкий А.И. Эмоциональный интеллект современного менеджера // Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Социально-экономические науки. 2007. Т. 7. № 2. С. 111–113.
14. Валиуллина Е.В. Потребность в достижении успеха и эмоциональность личности // Научно-методический журнал «Концепт». 2019. № 9. С. 54–59.
15. Валиуллина Е.В. Волевой потенциал личности и реализация потребностей в саморазвитии // Научно-методический журнал Концепт. 2020. № 3. С. 86–91.