

Санкт-Петербургский государственный университет

Выпускная квалификационная работа на тему:
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ
МАГИСТРАТУРЫ ПЕРВОГО КУРСА
по направлению подготовки 37.04.01 – Психология
основная образовательная программа – Организационная психология и психология
менеджмента

Выполнил:
студент 2 курса
очной формы обучения
Ломакина Дарья Ивановна

Рецензент:
Кандидат психологических
наук, доцент
Винокуров Леонид
Вячеславович

Научный руководитель:
кандидат психологических наук,
доцент
Пузиков Василий Григорьевич

Санкт-Петербург

2017

АННОТАЦИЯ

В данной исследовательской работе рассматривается феномен эмоционального интеллекта как фактора адаптации студентов магистратуры первого курса. В исследовании приняли участие 82 студента в возрасте от 20 до 27 лет. Респонденты, 48 женщин и 34 мужчины являются студентами первого курса магистратуры факультета психологии и факультета международных отношений. Методы, используемые для выявления адаптационных способностей и уровня эмоционального интеллекта: опросник «Адаптивность» МЛЮ-АМ, методика «EQ» Н. Холла, тест «ЭМИн» Д.В. Люсина, методика МЭИ М.А. Манойловой, опросник «ОМО» В. Шутца. Удалось установить, что личностный адаптационный потенциал коррелирует с одним из главных компонентов эмоционального интеллекта – самомотивацией, также выделилось сочетание факторов ЭИ, позволяющих студенту успешно адаптироваться. Таким образом, ЭИ можно считать критерием успешной адаптации.

ANNOTATION

This research examines the phenomenon of emotional intelligence as a factor in the adaptation of first-year students of a master's degree. The study involved the participation of 82 students aged 20 to 27 years. Respondents, 48

women and 34 men are first-year students of the Master's Degree in the Faculty of Psychology and the Faculty of International Relations. The methods used to identify adaptive abilities and the level of emotional intelligence: the questionnaire "Adaptability" MLO-AM, the "EQ" method of N. Hall, the test "Emin" DV. Lyusina, the MEI MA technique Manoylova, questionnaire "OMO" V. Schutz. It was possible to establish that the personal adaptive potential correlates with one of the main components of emotional intelligence - self-motivation, there was also a combination of EQ's factors, allowing the student to adapt successfully. Thus, EQ is the criterion for successful adaptation.

СОДЕЖАНИЕ

Generating Table of Contents for Word Import ...

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современной России произошли интенсивные изменения в системе высшего образования, которые требуют от

субъектов образовательного процесса гибкого адаптационного потенциала. В первую очередь эта проблема касается студентов, которые обучаются на недавно появившейся ступени образовательной системы – магистратуре. Понятия «эмоционального интеллекта» и «адаптации» рассмотрены в психологической науке уже детально. Тем не менее, взаимосвязи между данными категориями, особенно в определенных сферах деятельности, недостаточно исследованы. В данной работе мы попытались определить взаимозависимость между параметрами эмоционального интеллекта и компонентами адаптации к процессу учебной деятельности студентов - магистрантов первого курса.

Одной из главных задач исследования было выявление корреляций между исследуемыми признаками ЭИ и социально-психологической адаптации у студентов магистратуры первого курса. При поступлении в высшее учебное заведение, студент так или иначе сталкивается с проблемой адаптации. Успешный процесс адаптации напрямую зависит от успешного обучения студента и его становления как будущего специалиста в профессиональной деятельности. Еще Б.Г. Ананьев говорил: «Общее и специальное образование для взрослых выполняет не только техническую и культурную функцию, но и помогает достигать высокого уровня жизнеспособности и жизнестойкости человека. Развивать интеллект и личность, постоянно самообразовываться — огромная сила, которая противостоит инволюционному процессу» [1, с. 32].

Одним из параметров, определяющих познавательный процесс социальных объектов и определения собственного отношения к окружающему миру, является эмоциональный интеллект, который способен создавать условия для успешной коммуникации и взаимодействия с социальной реальностью. В общих чертах, «эмоциональный интеллект - способность индивида эффективно общаться за счет понимания и управления своими эмоциями и эмоциями других людей, умение воспринимать эмоции окружающих людей и возможность влияния на них, а также умение

рефлектировать эмоциональные состояния и контролировать интенсивность их проявления» [23, с. 33]. Опираясь на данное определение, можно выделить очевидные адаптивные функции эмоционального интеллекта, однако в современной психологической науке недостаточно эмпирических данных, доказывающих это предположение. Эмоциональный интеллект – способность человека контролировать и понимать эмоции, свои собственные, и чужие [23, с. 31]. К настоящему моменту существуют различные направления к пониманию сути и элементов эмоционального интеллекта ЭИ (J. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso; R. Bar-On; D. Goleman; Д.В. Люсин; И.Н. Андреева; И.И. Ветрова; Е.А. Сергиенко и др.). Однако не существует единого согласованного теоретического концепта об эмоциональном интеллекте, а также, ещё недостаточно изучены связи между ЭИ и социально-психологической адаптацией. В работе был проведен теоретический и методологический анализы данного психологического феномена, а также эмпирическое обоснование существования эмоционального интеллекта как одного из факторов успешной адаптации студентов первого курса магистратуры.

Цель исследования – определить роль эмоционального интеллекта как фактора успешной адаптации студентов магистратуры первого курса.

Далее были определены **задачи исследования**:

1) Проанализировать основные теоретические и практические подходы к пониманию феномена эмоционального интеллекта.

2) Изучить особенности социально-психологической адаптации студентов первого курса магистратуры с разным уровнем эмоционального интеллекта.

3) Выявить особенности развития адаптационного потенциала у обучающихся по различным специальностям и направлениям подготовки.

4) Выделить основные компоненты эмоционального интеллекта как фактора адаптации студентов магистратуры первого курса.

5) Разработать практические рекомендации по психологическому сопровождению учащихся в вузе.

Объект исследования – студенты магистратуры первого курса СПбГУ.

Предмет исследования – закономерности развития эмоционального интеллекта как адаптационного потенциала студентов в процессе обучения в магистратуре.

Гипотеза исследования:

Общей гипотезой является предположение о взаимосвязи уровня эмоционального интеллекта у учащихся в магистратуре первого курса с успешностью их социально-психологической адаптации.

Частные гипотезы:

1. Студенты с высоким уровнем эмоционально интеллекта успешнее осуществляют процесс социально-психологической адаптации к учебной деятельности.

2. Успешность адаптации взаимосвязана с внутриличностным и межличностным эмоциональным интеллектом.

3. Адаптационный потенциал изменяется неравномерно, что обусловлено системой ценностей и психическими характеристиками.

Теоретико-методологической основой исследования является: теории эмоционального интеллекта и их концептуальные модели (С.П. Деревянко, И.А. Егоров, М. Зайднер, Д.В. Люсин, Дж. Мэттьюс, Е.Л. Носенко, Р.Д. Робертс, Е.А. Сергиенко, D.R. Caruso, D. Goleman, J.D. Mayer, R. Bar-On, P. Salovey); социально-психологический подход к исследованию адаптации личности в социуме (Г.М. Андреева, А.М. Богомолов, А.Г. Маклаков, С.Т. Посохова, В.Н. Мясищев, Т.В. Снегирева, Л.И. Уманский)

Методы исследования: теоретико-методологический анализ научной литературы по тематике диссертации, количественные методы: психодиагностическое тестирование: многоуровневый личностный опросник

«Адаптивность» (МЛЮ-АМ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина; «ЭмИн» Д.В. Люсина, Методика «EQ» Н. Холла, Методика диагностики эмоционального интеллекта – МЭИ М.А. Манойловой; Опросник межличностных отношений «ОМО» В.Шутца, анкетирование. **Методы математической статистики:** были проведены корреляционный и факторный анализы. Для обработки данных использовали компьютерную программу «SPSS Statistics».

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработанная практическая программа социально-психологической адаптации студентов может быть использована на первых курсах второй ступени высшего образования – магистратуре. Данное исследование помогает в оптимизации и разработке систем адаптации студентов Университета.

ГЛАВА 1. АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК ФАКТОРА АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ

1. История изучения эмоционального интеллекта и его основные направления.

В начале 1990 – годов появились первые научные статьи о новом феномене психологии – эмоциональном интеллекте. Данная тематика стала очень популярна и привлекла на себя внимание многих исследователей. Попытки более целостно оценить способности индивида к адаптации через его эмоциональное взаимодействие с окружающими, а также возможность прогнозировать успешность поведения человека в различных сферах социальной деятельности – причины популярности данного концепта. Еще с XX века в психологии велись поиски такой способности психики человека,

которая была бы связана с социальной и эмоциональной сферой. Рубинштейн С.Л. утверждал, что мышление – единство рационального и эмоционального (Рубинштейн С.Л., 1973). Когда эмоции рассматривают в качестве особого вида знания, то возникает определение «эмоциональный интеллект EQ».

Изначально появилось понятие «социальный интеллект». Затем, в контексте разработок проблем интеллекта в социальной сфере такими исследователями, как Дж.Гилфорд, Х.Гарднер и Г.Айзенк, появился эмоциональный интеллект, который теперь является автономным направлением в современной психологии. Можно согласиться с утверждением Д.В.Ушакова, что эмоциональный интеллект обладает тесной связью с социальным интеллектом, но всё же обладает своей спецификой [36, с.15]. Именно по этой причине социальный и эмоциональный интеллект следует рассматривать как пересекающиеся, но все же отдельные направления психологической науки.

Х.Гарднер в 1983 году начал развивать идею множественности интеллектуальных проявлений Л.Терстоуна и обнаружил, что существует возможность категоризации различных видов интеллекта. Модель «множественного интеллекта» Х.Гарднера 1985 года включает в себя 7 форм интеллекта: вербальный, пространственный, логико-математический, межличностный и внутриличностный, музыкальный, телесно-кинестетический интеллект. В 1998 году автор добавил еще две категории: естественный и существующий. Модель множественного интеллекта Х.Гарднера позволила реализовать более сгруппированный, а также более дифференцированный взгляд на формы проявления и природу интеллекта. Именно эта концепция легла в основу создания первой теоретической концепции об эмоциональном интеллекте, которую предложили Дж.Мейер и П.Сэловей в 1990 году. Они опубликовали совместную исследовательскую работу, где дали определение термину «эмоциональный интеллект», а также разработали методические рекомендации для его измерения. В статье 1993

года в журнале *Intelligence* они заявили, что эмоциональный интеллект представляет собой один из главных видов интеллекта [56, с. 433]. С этого года начался период, когда EQ становится предметом психологического исследования.

Широкое распространение эмоционального интеллекта как научного феномена началось с публикации книги Д.Гоулмана «Эмоциональный интеллект» в 1995 году. По мнению Дж.Майера в современной психологии существует два подхода к изучению ЭИ: популярный, который является гарантом успешной жизни и научный подход. Авторы по-разному определяли предназначение эмоционального интеллекта (*Emotional intelligence*), а именно: способность действовать с внутренней средой своих чувств и желаний (R. Busk, 1991; Е.Л. Яковлева, 1997); способность понимать отношения личности, воспроизводимые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального анализа и синтеза (P. Salovey, J.D. Mayer, 1994; Г.Г. Горскова, 1999); совокупность эмоциональных, личных и социальных способностей, которые оказывают влияние на общую способность кого-либо эффективно справляться с требованиями и давлением окружающей среды (Р. Бар-Он, 2000).

Суммируя определения именитых психологов, следует отметить, что индивиды, обладающие высоким уровнем развития ЭИ, обладают способностью понимать свои собственные эмоции и эмоции окружающих людей, такие люди умеют управлять эмоциональным состоянием. Высокий уровень развития ЭИ помогает индивиду эффективно взаимодействовать с окружающими и тем самым обеспечивает эффективную адаптацию в новых условиях.

Итак, первоначальный вариант модели и теоретическое обоснование эмоционального интеллекта было предложено в 1990 году Дж. Майером и П.Сэловейем. Затем модель дорабатывалась, уточнялась, что было показано в нескольких научных публикациях, иногда – в соавторстве с Д.Карузо [54, с.

201]. Первоначальный вариант модели представлял собой некий конструкт, который состоял из нескольких способностей:

- 1) Идентификация и выражение эмоций
- 2) Использование информации об эмоциональном состоянии в мышлении и деятельности
- 3) Регуляция эмоций

В ходе доработок теории была добавлена еще одна способность [60, с. 309]

- 4) Понимание (осмысление) эмоций.

Идентификация и выражение эмоций. Воспринимать, безошибочно оценивать эмоции, идентифицировать эмоциональное состояние – первоначальный, основной компонент, который имеет отношение к выражению эмоций и невербальному общению.

Эта способность состоит из двух компонентов:

1. вербальные и невербальные субкомпоненты, которые ориентированы на свои собственные эмоции;
2. субкомпоненты невербального восприятия и эмпатия, направленные на эмоции окружающих людей.

Также нужно отметить, что переживание конкретной эмоции и её название или определение могут быть различными феноменами, которые имеют разные эмпирические направления. Идентификация или название эмоции – конструктивный процесс, трансформирующий перцептивные переживания во внутренний эмоциональный опыт, тем самым модифицирует переживания. Называние эмоций выполняют несколько основных функций: межличностная коммуникация, закрепление опыта, эмоциональная экспрессия. Способность распознать эмоцию и уметь её правильно

определить очень важна для эмоционального опыта субъекта, так как она способствует эффективной коммуникации и является отправной точкой для более тонкого понимания эмоций.

Использование информации об эмоциональном состоянии в процессе мышления и деятельности. Эмоции помогают ориентироваться в познавательной системе, а также содействуют в процессе мышления. С помощью данной способности индивид может использовать эмоции для того, чтобы направлять внимание на конкретные и важные для него события, использовать эмоции таким образом, чтобы решить стоящую перед ним задачу. К примеру, человек с позитивным настроением подойдет к своей работе более творчески, или, перемены настроения и эмоционального фона позволят рассмотреть проблемы с разных сторон. Предполагается, что в данную способность входят такие компоненты как, планирование, способность к переключению внимания, творческое мышление и мотивация.

Регуляции эмоций. Данная способность напрямую связана с проблемой самоконтроля субъекта. Одним из главных факторов поддержания психического, а также физического здоровья является адекватная эмоциональная экспрессия. Бесконтрольная эмоциональная экспрессия с одной стороны и сдерживание эмоций с другой, могут привести к возникновению различных заболеваний, а также затрудняют межличностное общение.

Понимание (осмысление) эмоций. Данная способность связана с логическим мышлением и развитием речи. Способность комплексно понимать эмоции, взаимосвязи между сменяющимися эмоциями, причины, которые вызывают те или иные эмоциональные реакции, обрабатывать вербальную эмоциональную информацию, осознавать смены одной эмоции на другую. Иначе говоря, комплексное понимание эмоциональной составляющей интеллекта помогает в определении значения эмоций в целом, а также помогает рассуждать на тему значений и происхождения эмоций.

Данная способность является одним из главных компонентов представленной группы эмоционально-интеллектуальных навыков индивида. EQ в теории Майера и Сэловэя представлен с двух сторон: межличностный ЭИ и внутриличностный ЭИ.



Рис. 1.1. Круговая модель эмоционального интеллекта по J.D. Mayer, P. Salovey, D. Caruso, 2000 [54].

На схеме можно проследить взаимосвязь разделов эмоционального интеллекта. Таким образом, способность к распознаванию и выражению эмоций (нижняя "ветвь", первый круг) является обязательной основой для формирования эмоций, чтобы решить какую-либо конкретную задачу (вторую "ветвь"). Обе представленные способности обладают операционным характером. В свою очередь они становятся базой для третьей «ветви» - способность индивида понимать происходящие события, которые предшествуют эмоциональной реакции. Как отмечают авторы данной

круговой модели, каждая из представленных способностей требуется для саморегуляции индивида, а также для успешного воздействия на окружающую среду. Именно такая совокупность способностей приводит к четвертой «ветви» - способность регулировать собственные и чужие эмоции.

Модель эмоционального интеллекта Д. Гоулмана.

В конце XX века появились и иные теории, касающиеся феномена эмоционального интеллекта. Одной из общеизвестных теорий является модель Дэниела Гоулмана. В 1995 году он изменил и популяризировал первую модель ЭИ Дж. Майера и П. Сэловея и выделил четыре компонента, входящие в состав ЭИ:

- 1) самознание;
- 2) самоконтроль;
- 3) социальная чуткость;
- 4) управление взаимоотношениями [9, с.152]

Самосознание:

- эмоциональное (самоанализ эмоций и осознание воздействия их на себя; при принятии решений полагаться на интуицию)
- точная самооценка (осознание собственных сильных качеств и порога своих эмоциональных ресурсов)
- уверенность в себе (способность адекватно оценить собственную одаренность; самоуважение индивида).

Самоконтроль:

- обуздать эмоций (контроль разрушительных эмоций и импульсов)
- открытость (выказывание откровенности и прямоты; надежность)

- адаптивность (умение приспособиться к меняющимся условиям внешней среды; гибко преодолевать препятствия)
- воля к победе (индивид настойчиво стремится улучшить производительность своей деятельности для соответствия с внутренним стандартам качества)
- инициативность (стремление действовать активно, не упуская удачных возможностей)
- оптимизм (умение жизнерадостно смотреть и реагировать на происходящие вокруг события)

Социальная чуткость:

- сопереживание (брать во внимание чувства других людей, принимать к сведению их позицию, участливо относиться к проблемам других)
- деловая осведомленность (брать на себя ответственность, понимать суть происходящих событий)
- предупредительность (понимать и пытаться удовлетворить потребности окружающих – подчиненных или клиентов)

Управление взаимоотношениями:

- воодушевление (способность быть лидером)
- влияние (обладать тактиками убеждения)
- помощь в самосовершенствовании (поощрять развитие способностей других людей по средствам отзывов и помощи)
- содействие изменений (предпринимать попытки преобразования, изменять методы управления)
- разрешать конфликтные ситуации

- укреплять личные взаимоотношения (умение поддерживать социальные связи, а также культивировать их)
- умение работать в команде, сотрудничать (создавать команду, взаимодействовать с другими ради общей цели).

В своей теории Д. Гоулман соединил личностные характеристики с когнитивными способностями, которые были разработаны Дж. Майером и П. Сэловеем. Несомненно, что книга Гоулмана «Эмоциональный интеллект» 1995 года [8, с.53] получив популярность, стала стимулом для людей, которые хотят развивать личностные качества, способствующие достижению успеха в какой-либо деятельности. Данная теория ЭИ состоит не только из эмоциональных способностей, но и характеристик самосознания, волевых качеств, социальных навыков и умений.

Модель эмоционального интеллекта Р. Бан-Она.

Термин «эмоциональный интеллект» в работах Р. Бан-Она – некогнитивные способности, компетенции и знания, позволяющие человеку успешно одолевать различные жизненные ситуации [22, с.34]. Модель ЭИ состоит из пяти компонентов, которые в свою очередь разделены на субкомпоненты:

- 1) познание себя: осознать свои эмоций, обладать уверенностью в себе, самоуважением, независимостью, самоактуализироваться;
- 2) навыки в межличностном общении: эмпатия, межличностный аспект отношений, способность нести социальную ответственность;
- 3) способность к адаптации: обладать гибкостью ума, умение решать проблемы, не терять связь с реальным миром;
- 4) управление стрессовыми ситуациями: удерживать стабильность во время стресса, контролировать импульсивные эмоции;

5) преобладающее настроение: жизнелюбие, оптимизм [41, с.19].

Теоретическая модель ЭИ Р. Бан-Она эмпирически не обоснована, её основой является анализ литературы и профессиональный опыт автора [44, с. 789].

Модель эмоционального интеллекта Д.В. Люсина.

Российский психолог в 2004 году изложил собственное представление об эмоциональном интеллекте. ЭИ – способность индивида понимать свои эмоции и эмоции других людей, способность управлять ими [22, с.3].

Способность понимать:

- идентификация эмоции т.е. установление факта переживания собственной эмоции или эмоционального пребывания другого человека;
- индивид может различить эмоции, т.е. определить, какого рода эмоцию чувствует он сам или его собеседник, а также способность назвать испытываемую эмоцию;
- понять причины, которые вызвали именно эту эмоцию и последствия, к которым она может привести.

Способность управлять:

- контроль интенсивных эмоций, приглушать сильные;
- контроль внешних проявлений эмоций;
- непроизвольно вызвать ту или иную эмоцию в соответствующей ситуации [22, с.35].

Так как в данной теории присутствуют способности определять и контролировать свои собственные эмоции и других людей, следует сделать вывод, что Д.В. Люсин предполагает существование связанных между собой

внутриличностного и межличностного эмоциональных интеллектов. Автор рассуждает по аналогии с вербальным или пространственным интеллектом, соответственно, представляет модель ЭИ не только как когнитивную способность. Интерес индивида к внутреннему эмоциональному миру окружающих, а также своему внутреннему миру, склонность анализировать психологические поведения, основываясь на эмоциональных переживаниях – способность понимать эмоции и управлять ими.

Теоретическую модель ЭИ Д.В. Люсина следует представить в виде конструкта, который имеет двойственный характер: по контрасту, эмоциональный интеллект связывают с когнитивными способностями, а в противовес этому, его можно определить с помощью личностных характеристик. Поэтому, автор дает такое определение ЭИ– психологическое образование, формирующиеся в ходе всей жизни индивида под влиянием нескольких факторов. Эти факторы определяют развитость эмоционального интеллекта, а также обуславливают индивидуальные специфические особенности [22, с.19]. Ниже на рисунке приведены факторы, которые влияют на уровень развития ЭИ.



Рис. 1.2. Факторы, которые влияют на EQ Д.В. Люсин, 2004 [22].

Если сравнить все три представленные нами модели EQ, то следует сделать промежуточные выводы. Во-первых, теория Дж. Мэйера, П. Сэловея, которая появилась первой, включила в себя компоненты когнитивных способностей, соответственно, она и формировалась как модель способностей, связанных с переработкой информации, поступающей от эмоций. Эта теория стала большим прорывом и сильным толчком для дальнейших исследований в данной области психологии. Во-вторых, популяризация и развитие направления эмоционального интеллекта усилили роль личностных характеристик в теории. Первопроходцем в соединении когнитивных способностей Дж.Майера и П. Сэловея стал Д.Гоулман [10]. С точки зрения научности его теории существует ряд противоречий, из-за того, что включенные в теорию психологические качества эмпирически не зависят друг от друга, не коррелируют.

Таким образом, существует несколько основополагающих теорий, которые объясняют эмоциональный интеллект в качестве феномена психологической науки: во-первых, теория эмоциональных и интеллектуальных способностей Дж. Майера, П.Сэловея, Д. Карузо [51] – основоположники данного психологического термина; теория эмоциональных компетентностей Д. Гоулмана – с этого момента началась популяризация данного направления в науке; некогнитивная EQ Р. Бар-Она [41]; 2х-компонентная теория EQ Д.В. Люсина [20] – выделение межличностного и внутриличностного аспектов ЭИ. Все перечисленные теории включают в себя совокупность способностей, которые помогут индивиду понять и контролировать свои и чужие эмоции.

Проанализировав теоретические воззрения вышеуказанных авторов, мы можем определить эмоциональный интеллект как совокупность эмоциональных и когнитивных способностей, влияющих на личностную социально-психологическую адаптацию. Структурные компоненты, которые входят в содержание EQ взаимосвязаны друг с другом, их связь влияет на

эффективное межличностное взаимодействие. Индивиды, владеющие высоким уровнем развития ЭИ, обладают выраженными способностями понимать и контролировать свои эмоциями и эмоции других людей. Такие люди успешно адаптируются в новой среде, они более эффективны в межличностном общении, управляя эмоциональной сферой, добиваются поставленных целей в общении с окружающими.

2. Методы измерения эмоционального интеллекта и их применение на практике.

Множественность измерений и спецификация эмоционального интеллекта – одна из главных проблем этого психологического феномена. На данный момент эмоциональный интеллект обладает не очень высоким научным статусом, так как он имеет две противоположные по смыслу модели, на которых основываются измерения. Смешанные модели включают в себя личностные, мотивационные, когнитивные черты, которые тесно связаны с адаптацией и процессом совладания. Измерять эмоциональный интеллект в таком случае возможно путем опросников, основанных на самоотчете, которые похожи на традиционные личностные опросники.

Если рассматривать диагностику ЭИ на основе опросников, самоотчета, то они весьма разнообразны, их различие заключается в том, какие личностные характеристики включены в эти модели. Использование опросников в измерении ЭИ удобно тем, что они трактуют ЭИ с точки зрения когнитивной способности, не исключая личностную природу феномена. Опросники предполагают, что субъект объективно может дать оценку своему

поведению, своим умениям и навыкам, которые входят в структуру эмоционального интеллекта. Данное предположение является сомнительным, так как результаты объективных тестов на интеллект лишь умеренно связаны с самооценкой когнитивных способностей [57, с.538]. Опросники, основанные на самоотчете «передают измеряемое свойство через призму самооценки испытуемого» [35, с.15].

Всё же, существует положительный аспект множественности определений и измерений ЭИ. Существование альтернативных теорий внутри одной парадигмы позволяют исследователям комплексно рассматривать все аспекты этого психологического конструкта с разных точек зрения. В связи с этим, сталкиваясь с различными методиками измерения ЭИ, стоит обращать внимание на новые идеи, которые в дальнейшем будут развивать теоретический и практический ЭИ.

Основные методики измерения ЭИ.

Методики, основанные на самоотчете:

- 1) ECI (Emotional Competence Inventory – 360) – 19факторный опросник, направленный на определение самосознания, управление эмоциями, осознание взаимодействий в социуме, социальных навыков.
- 2) EQ-I (Bar-On Emotional Quotient Inventory) – 15факторный опросник, определяющий внутриличностный и межличностный эмоциональные интеллекты, адаптированность, способность управлять стрессами, общее самочувствие.
- 3) SSRI (Schutte Self-Report Index) – 4 факторная модель ЭИ.
- 4) ЭМИн – 6факторный опросник для измерения: межличностного и внутриличностного ЭИ.

Объективные методики, которые основаны на выполнении кейсов или заданий.

- 1) MSCEIT (MayerSalovey – Caruso Emotional Intelligence Test) – 4 направления: идентификация эмоций, повышает эффективность мышления, задания с несколькими вариантами ответов, подсчет баллов на основе экспертной оценки или консенсуса.
- 2) MEIS (Multi-factor Emotional Intelligence Test) – состоит из четырех направлений как и в предыдущей методике. Таким же образом происходит подсчет баллов.
- 3) LEAS (Levels of Emotional Awareness) – направлена на осознание эмоций, как основных так и сложных. 20 сценарных заданий, открытые вопросы, 5-уровневая качественная оценка.

Методика ЕСІ Гоулмана трудна в плане эмпирического воспроизведения его гипотетических кластеров. Удовлетворительная внутренняя последовательность (средняя α Кронбаха = 0.75), но невысокая ретестовая надежность (средний коэффициент устойчивости = 0.36) говорят о том, что необходимо изменить и усовершенствовать некоторые пункты данной методики. Модель Д. Гоулмана и модель Р.Купера содержат описание личностных характеристик, которые практически не имеют никакого отношения к понятию интеллекта.

Модель EQ-i Бар-Она дает очень расширенное толкование эмоционального интеллекта, но в ней отсутствует эмпирическое содержание. Как отмечалось в предыдущем параграфе, теория основана на личном профессиональном опыте автора и на анализе литературы. Тем не менее, значения внутренней согласованности и ретестовой надежности шкал находятся на вполне удовлетворительном уровне. Опросник EQ-i обладает положительной корреляцией с параметрами субъективного благополучия, социального успеха, приспособленностью к реальной жизни.

Опросник SSRI обладает высоким уровнем критериальной валидности. В первом исследовании, где использовался SSRI были обнаружены значимые

корреляционные связи с контролем побуждений, оптимизмом, выразительностью чувств и другими показателями адаптации на уровне эмоций. Следующие исследования показали корреляционные связи с уровнем удовлетворенности отношениями в целом, которая связана с межличностными навыками и расположением к сотрудничеству. [61, с.531]. Однако, можно поспорить с объективностью показателей, так как они были получены с помощью самоотчетов на малочисленных выборках, иногда меньше тридцати испытуемых.

Такие смешанные модели причисляют понятие эмоционального интеллекта к популярной психологии, который, якобы, должен помочь человеку развить личностные качества и привести его к успеху в любой деятельности, что само по себе не верно, так как не существует универсального набора таких качеств. Нельзя с уверенностью говорить каким образом та или иная эмоция поможет человеку в определенной ситуации. Порой гнев, имеющий отрицательный эмоциональный заряд, может спасти в стрессовой ситуации, например, оградить от опасности.

Методики, в основе которых лежит самоотчет, как правило, показывают высокий критериальный уровень валидности. Что касается модели ЭИ Д.В. Люсина, то с точки зрения выделения параметров ЭИ, она очень конкретна. Внутренняя согласованность шкал ЭИна (α Кронбаха равна 0.76 для шкалы межличностного ЭИ и 0.78 для шкалы внутриличностного ЭИ) удовлетворительна, однако у отдельных субшкал внутренняя согласованность оказывается ниже [22, с.28]. Тем не менее, автор не определяет ЭИ как интеллектуальную способность, отмечая, что он только связан с когнитивными способностями, не являясь совокупностью личностных характеристик.

Возникает закономерный вопрос, к какому психологическому явлению можно отнести ЭИ, какое место он занимает в структуре личности. На наш взгляд, для того, чтобы развивать теорию эмоционального интеллекта,

необходимо уточнить структуру данного феномена, включить его в систему личностных характеристик, определить, какие компоненты ЭИ относятся к интеллекту, а какие личностные характеристики определены эмоциональным интеллектом. Данные некоторых исследований говорят о том, что опросники, определяющие эмоциональный интеллект, не коррелируют с результатами интеллектуальных тестов. Например, EQ-i имеет близкие к нулю корреляции с тестом Векслера WAIS, так же, как и ECI и Тест для определения критического мышления Уотсона-Глейзера [59, с.15]. Это означает, что у опросников на ЭИ низкая конвергентная валидность, что ставит под сомнение факт наличия связи EQ с IQ. Тем не менее, опросники на эмоциональный интеллект положительно коррелируют с личностными характеристиками, особенно с факторами модели «Большой пятерки»: нейротизм, экстраверсия, открытость опыту, доброжелательность, сознательность. Уровень таких корреляций обычно достигает порядка 0.30 или меньше. С EQ также коррелируют показатели эмпатии и самооценки [49, с.35]. Наиболее высокая корреляционная связь прослеживается с нейротизмом, которая может говорить об экстраверсии индивида. Вышеперечисленные методики созданы для измерения комбинации личностных черт.

Методики для измерения ЭИ, которые основаны на самоанализе недостаточно достоверны, так как нет возможности утверждать, что испытуемый способен объективно оценивать собственные способности по части управления и понимания эмоций, как своих, так и окружающих людей.

Известный деятель в области психологии и педагогики, Г.М. Бреслав, утверждает, что наиболее убедительной выйдут модель Дж. Майера, П.Сэловея и Д.Карузо, так как она состоит из двух основных социальных характеристик эмоционального интеллекта – регуляторно-эмпатийной и регуляторно-экспрессивной, а также двух видов саморегуляции – мотивация поведения и уровень познания [5, с.310]. В данной методике эмоциональный

интеллект следует определять, как иерархически организованный набор способностей, который связан с переработкой эмоциональной информации, объединенный в четыре ветви:

- 1) Идентификация и выражение эмоций
- 2) Использование информации об эмоциональном состоянии в мышлении и деятельности
- 3) Регуляция эмоций
- 4) Понимание (осмысление) эмоций

Методика MSCEIT ((MayerSalovey – Caruso Emotional Intelligence Test) 2002 года является наиболее разработанной и сложной. В её состав входит четыре ветви, которые разделяются на два субтеста. В каждом задании дается некоторое количество ответов, из которых респондент должен выбрать подходящий для него вариант. «Тест был апробирован на многочисленной стандартизированной выборке, которая была репрезентативна относительно населения США. Такая работа была проведена для определения количества баллов, которые должен получить респондент, когда выбирает тот или иной ответ. Каждый вариант ответа соответствует доле испытуемых, которые его выбрали. К примеру, если 26% выборки в определенном задании выбрало ответ А то балл, который присваивается за ответ, будет равняться 0.26. Это не единственный способ для подсчета баллов. Второй способ – метод экспертных оценок» [32, с.7].

Еще одной проблемой при измерении ЭИ является определение методов подсчета баллов. Каким образом определить правильный или неправильный был дан ответ и на каком основании – основная проблема. Если считать баллы на основе выборки стандартизации, то эти данные могут быть просто представлениями или предрассудками, подходящими под определенную культуру, где проводилось исследование. Если считать баллы

на основе оценок экспертов, то каким образом подбирать экспертов, чье мнение будет объективным и авторитетным, относительно эмоций.

Если сравнить результаты эмпирических исследований MSCEIT и ее ранней версии MEIS, то в поздней версии показатели стали гораздо лучше и выше 0.90 по каждой из 4 ветвей [51, с.103]. Тем не менее, несмотря на выделенные проблемы, тесты на эмоциональный интеллект обладают достойными психометрическими свойствами. На сегодняшний день подсчет баллов с помощью экспертных оценок обладает приемлемыми показателями надежности [47, с.258]. Майер описал результаты исследований, которые были получены с помощью MEIS и MSCEIT. Было показано, что у подростков, которые употребляют алкоголь и сигареты, низкие тестовые показатели развития ЭИ [50, с.287]. Также, была обнаружена статистически значимая связь (на уровне 0.20 – 0.40) между способностью управлять эмоциями с открытым позитивным отношением с окружающими, отсутствие негатива со стороны близких людей со степенью развития социальных навыков [46, с.645].

Тесты на эмоциональный интеллект, в сравнении с опросниками, дают возможность измерять конструкты, которые отличаются от уже выделенных в психологии личностных факторов и способностей. Удовлетворительная критериальная валидность MEIS и MSCEIT способны обеспечивать надежность измерения эмоционального интеллекта.

На уровень ЭИ влияет множество факторов. Для их определения, следует рассмотреть подход, который связывает индивидуальные особенности саморегуляции с компетентностью в эмоциональной сфере. Компетентности основаны на функциях, отвечающие за когнитивные, мотивационные и эмоциональные составляющие. Модель М.Зайднера объясняет такие индивидуальные особенности саморегуляции с точки зрения онтогенетического развития, показывая каким образом происходит влияние на уровень развития ЭИ:

- 1) Темпераментальные свойства (эмоциональная устойчивость, контроль социального поведения)
- 2) Присваивание культурных правил, относительно того, какие эмоции стоит испытывать, выражать и как ими управлять
- 3) Осознание себя как социального субъекта в социокультурном контексте [62, с.79].

Методики, которые основаны на самоанализе и самоотчете больше направлены на определение связи с темпераментом испытуемого, а методики на основе тестов и заданий связаны с приобретенными эмоциональными навыками [63, с.224].

3. Связь эмоционального интеллекта и адаптации.

В общих чертах адаптация – приспособление к изменяющимся условиям окружающей среды. Адаптация - это процесс постоянного активного привыкания индивида к условиям социальной и физической среды, которая затрагивает все сферы, где функционирует человеческий организм и психика. Адаптацию рассматривали в своих научных трудах множество ученых таких как А.Г. Маклаков, Ю.А. Александровский, В.И. Медведев, Ф.З. Меерсон, Г. Селье, А.А. Реан, А.А. Налчаджян. Несмотря на многообразие проведенных исследований, возникает сложность в выделении какой-либо общепринятой теории или концепции. Определения, посвященные адаптации, как правило, делятся на два типа. Первый тип определений охватывает лишь один (например, биологический), вид адаптации, в котором отсутствуют специфические особенности, принадлежащие адаптации. Второй тип определений страдает тавтологией [34, с.85].

Этимология слова «адаптация» позволяет утверждать, что оно пришло к нам из латинского языка и в переводе означает «приближение к тому, что подходит». Изначально термин «адаптация» использовали в биологии в значении «приспособления» - привыкание строения к постоянно меняющимся условиям окружающей среды [37, с.157]. Для психологической науки данное понятие «адаптации» неуместно, так как оно не отражает многогранность человека как социального индивида и не описывает многообразия взаимоотношений личности с социальной средой. Адаптивный процесс человека имеет два направления: личностное (психологическая адаптация) и поведенческое (социальная адаптация) [19, с.46]. Таким образом, возникает термин «социально-психологическая адаптация». А.А. Реан определял социальную и психологические адаптации в совокупности, именно это поможет индивиду достичь гармонии в социальной среде [31, с. 78].

Подходы, изучающие феномен социально-психологической адаптации:

- 1) В интеракционистском подходе адаптация детерминирована социальными и внутриспсихическими факторами. Автор Л. Филлипс выделял две ситуации, когда происходит эффективная адаптация: 1. Индивид дает эффективную реакцию на требования окружающей среды, в соответствии с возрастом, полом, статусом и так далее; 2. При экстремальном, новом воздействии индивид в состоянии выбрать подходящие ему стратегии реагирования [27, с.113].
- 2) В деятельностной (необихевиоризм) концепции большое внимание уделяется социальной стороне адаптации, соответственно, главной причиной неэффективной адаптации индивида считается его «неправильное поведение», отличное от принятого в том или ином обществе. При этом у индивида могут быть внутрличностные проблемы, но если они не влияют на гармоничные отношения с внешней средой, то этот факт не берется во внимание.

3) Психоаналитические концепции направлены на исследование защитных механизмов индивида, которые позволяют определить равновесие между личностными подструктурами и помогут справиться со стрессом. Э. Эриксон считал Эго главным носителем адаптивных функций, которое развивает идентичность для того, чтобы индивид соизмерял свои способности с социальными возможностями [39, с.31].

4) Когнитивный подход основывается на концепции Ж. Пиаже, который считал интеллект субъективным фактором адаптации, а основными механизмами этого процесса – ассимиляцию и аккомодацию. По его мнению, интеллект создает равновесие между ассимиляцией и аккомодацией, устраняет несоответствия и расхождения между реальностью и отображением, которое возникает в уме индивида [29, с.218].

5) Гуманистический подход основывается на идее, что адаптация будет эффективна при условии удовлетворенности базовых потребностей человека.

В российской психологии адаптацию рассматривают как процесс, адаптивность в качестве способности, адаптированность – результат этой цепочки. И.К. Кряжева считает адаптацию способностью личности в реализации возможностей, внутреннего потенциала [17, с.5]. Социально-психологическая адаптация тесно связана с понятием личностного потенциала. Такой феномен – интегральное образование, которое включает в себя качества и свойства (биологические, социальные, психологические), позволяющие индивиду осуществлять преобразовательную деятельность при изменении условий жизнедеятельности. Е.В. Мороденко выделил объективные и субъективные критерии, которые способствуют успешной социально-психологической адаптации:

объективные	субъективные
--------------------	---------------------

<ul style="list-style-type: none"> - учебная (эффективность, успешность в учебной или профессиональной деятельности); - служебно- дисциплинарная (выполнение служебных задач, требований, уставов, приказов и т. п.); - микросоциальная (завоевать авторитет в коллективе, повысить социальный статус, разрешать и не быть участником конфликтов) 	<ul style="list-style-type: none"> - удовлетворенность своим учебно-профессиональным статусом (сохранить интереса к профессии, развивать профессиональные интересы – мотивационная составляющая адаптации); - позитивно-конструктивное отношение к взаимоотношениям в коллективе (отсутствие агрессивно-конфликтного или пассивно-подчиненного отношения к окружающим); - наличие адекватной, достаточно высокой самооценки.
--	---

Таблица 2.1 Критерии социально-психологической адаптивности [26, с.12].

Успешность адаптации во многом обуславливают некоторые личностные качества. По нашему предположению, индивиды, которые располагают явными способностями выражать и понимать эмоции окружающих и свои собственные, обладают высоким уровнем развития эмоционального интеллекта, соответственно, такие люди более эффективны в коммуникации и быстро адаптируются в новой среде.

Становление более адаптированной личности, а в последствии развитие личности в целом, зависит от знания механизмов, закономерностей развития данных качеств. Именно поэтому к проблеме адаптации в целом, а к развитию личностного адаптационного потенциала в частности уделяется много внимания (А.Г. Маклаков, Д.А. Леонтьев, С.Т. Посохова). Совладание – один из основных аспектов адаптации, который сейчас активно изучается психологами. В своих моделях Р. Бан-Он и Д. Голуман рассматривали способность к адаптации как отдельный элемент эмоционального интеллекта. Р. Бар-Он связал эмоциональный интеллект и стратегии совладания, которые направлены на решение проблемы и обозначил их как адаптивные. Если человек избегает проблем, то такие стратегии совладания указывают на низкий уровень эмоционального интеллекта [42, с.371]. Д. Мэттьюс и М.

Зайднер ставили под сомнение относительную эффективность различных стратегий совладания. По их мнению, более эффективными оказывались стратегии, которые направлены на проблему, чем стратегии, которые фокусировались на эмоциях [48, с.468]. Тем не менее, в этом направлении тоже есть свои трудности. Определение степени эффективности той или иной стратегии возможно лишь путем приблизительного описания, к тому же одна и та же стратегия может показаться малоэффективной в одной ситуации и быть успешной в другой.

Также, оценить эффективность адаптации человека очень трудно и с помощью личностных характеристик, которые связаны с эмоциональным интеллектом. Д. Мэттьюс сделал предположение, что положительные и отрицательные полюса факторов в моделях личностных характеристик по типу «Большой пятерки» могут показывать центральный адаптивный выбор человека. Получается, что эмоциональная стабильность напрямую позволяет противостоять угрозе, а противоположное понятие нейротизм предвосхищает угрозы и дает возможность их избегать. Таким образом, получается, что одна конкретная черта может быть дезадаптивна в одной среде и полностью адаптивна в другой [49, с.19]. Человек может располагать высоким уровнем развития ЭИ в среде, которая соответствует особенностям его личности, а если среда не подходит для конкретного человека, то уровень эмоционального интеллекта будет низким.

Необходимым условием социально-психологической адаптации является умение распознавать и выражать эмоции. Д. Гоулман приводил пример исследования психолога С. Новицкого, который изучал невербальное общение среди детей. Было выявлено, что дети, которые не могли считывать эмоции своих сверстников или правильно выражать собственные эмоции, находились в состоянии фрустрации, так как не могли понять, что происходит и не участвовали в межличностном общении. Дети с такими проблемами, как правило, начинали отставать по образовательной программе, находились в

некой изоляции [8, с.45]. Э.Л. Носенко и Н.В. Коврига изучали адаптивную и стрессозащитную функцию эмоционального интеллекта, доказали, что частота и интенсивность стрессовых ситуаций зависят от уровня сформированности ЭИ испытуемого [28, с.59]. Для разных сфер жизнедеятельности человека ЭИ играет различные роли:

- В эмоциональной сфере – регулирующую. С помощью мотивационно-волевой регуляции и переработки эмоциональных стимулов ЭИ способствует повышению уровня эмоционального комфорта.
- В субъект-субъектной сфере – стимулирующую. Индивид принимает себя и окружающих независимо от закрепленных стереотипов, характеристик [13, с.101].

В прошлом параграфе мы использовали понятие «эмоциональная компетентность» - это умение, осознавать свои эмоции в момент их проявления, обладание эмоциональными знаниями, позволяющие высказывать авторитетное мнение [38, с.128]. «Эмоциональная компетентность», как понятие, была введена в 1990 году К.Саарни, который рассматривал этот феномен исходя из трех аспектов: характера, истории развития и идентичности. Эмоциональные компетентности:

- 1) осознавать собственные эмоциональные состояния
- 2) различать эмоции других людей
- 3) использовать эмоции, принятые в конкретной культуре – связывать их с социальными ролями
- 4) включаться в переживания других людей
- 5) понимать, что внутреннее эмоциональное состояние порой не соответствует внешнему

- б) справляться с негативными переживаниями, использовать стратегии саморегуляции
- 7) осознавать, каким образом эмоции выражаются во взаимоотношениях
- 8) соблюдать собственный эмоциональный баланс [58, с.23].

Таким образом, «эмоциональная компетентность» - детализированная структура эмоционального интеллекта, которая работает в социальной сфере человека. Эмоциональная компетентность включает в себя способности, некий алгоритм, позволяющий успешно адаптироваться в пределах непосредственного социального окружения – адаптивное эмоциональное функционирование. Эмоциональная компетентность во многом детерминируется по средствам семьи, СМИ, социальных сценариев, школы [43, с.56]. Развивать эмоциональную компетентность можно путем практической деятельности – накапливать опыт эмоциогенных ситуаций, но нельзя преуменьшать роль генотипических факторов [3, с.67].

Адаптация в широком смысле слова является объединяющей категорией для таких понятий, как: «эмоциональный интеллект»; «эмоциональная зрелость»; «эмоциональная компетентность»; «эмоциональная культура». Если подробнее рассматривать термин «эмоциональная культура», то это – уровень воспитанности эмоций, который включает в себя эмоциональную отзывчивость, ответственность перед собой и окружающими за свои переживания [40, с.32].

4. Учебная деятельность как специфический вид трудовой.

Трудовая деятельность – социальная категория, которая имеет общественный характер. В современном мире трудовая деятельность человека весьма разнообразна. Некоторые индивиды занимаются созданием

материальных ценностей, другие педагогической (обучение или воспитание), научно-исследовательской деятельностью – умственным трудом.

В психологии принято различать три вида деятельности человека:

- Игра
- Учение
- Труд

Если рассматривать учебную деятельность в качестве специфического вида трудовой, то можно предположить, что это такой труд, который связан с процессом приобретения новых знаний, навыков или умений, а также с преобразованием старых. «Учебная деятельность» - неоднозначный для понимания термин. Авторы В.В. Давыдов, Д.Б. Эльконин, А.К. Маркова выявляли в «учебной деятельности» деятельностное содержание и соотносят его с понятием С.Л. Рубинштейна «ответственное отношение» субъекта к предмету обучения во время протяжения всего обучения (Давыдов, Эльконин, Маркова, 1974).

Данные теории рассматривают «учебную деятельность» как более широкое понятие, чем отдельный вид трудовой деятельности, так как она распространяется на все возрастные категории, в том числе на студенческий возраст. Д.Б. Эльконин (Эльконин Д.Б., 1958) утверждает, что «учебная деятельность – такая деятельность, которая содержит в себе овладение обобщенными способами действий в научной сфере и побуждается путем мотивов собственного развития и роста». Таким образом, учебная деятельность – овладение субъектом способов учебных действий, саморазвитие в процессе освоения учебных дисциплин, под руководством преподавателя для внешнего контроля и оценки, которое должно сформировать самоконтроль.

Являясь разновидностью умственного труда, учебная деятельность не относится к сфере материального производства, носит учебно-воспитательный характер, имеет другие цели и задачи, свойства, специфические трудности, отличается особенностями психологических процессов.

Учебная деятельность является общественной:

- по содержанию – усвоение накопленных человечеством знаний, умений и навыков;
- по смыслу – оценивается обществом;
- по форме осуществления – в соответствии с общественными нормами.

Продуктом данной деятельности являются изменения в самом субъекте, которые происходят в ходе ее выполнения. Личные успехи и самосовершенствование субъекта приобретают главный общественный смысл. Усвоение знаний, умений, навыков имеют свои особенности:

- 1) научные понятия и законы – основа содержания учебной деятельности;
- 2) главная цель и результат УД – усвоение такого содержания;
- 3) теоретическое отношение к действительности способно изменить субъект УД.

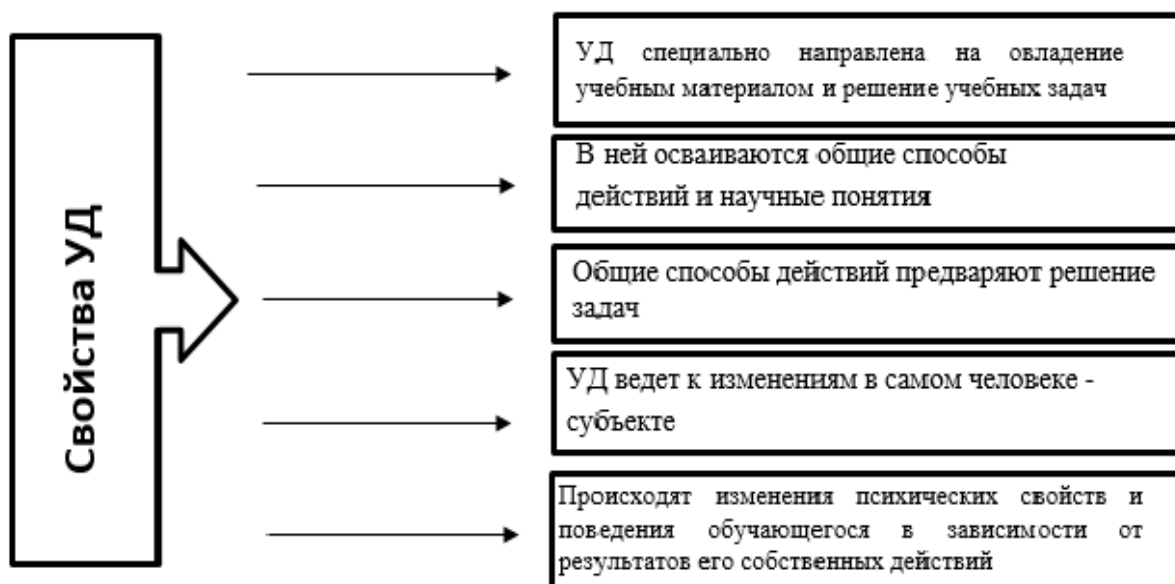


Рис. 2.1. Свойства учебной деятельности.

Термин «учебная деятельность» тесно связан с понятием «самоорганизации». В трактовке психолога И.И. Ильева (Ильев И.И., 1991) самоорганизация выглядит как двухуровневый процесс, содержащий акты преобразования на основе психического отображения объекта. Любая деятельность включает в себя продукт преобразования, средства, исполнительные действия преобразования предмета в продукт.

Б.Ф. Ломов выделяет мотивацию, целеполагание, планирование деятельности, переработку входящей информации, оперативные образы, принятие решений, проверку результатов и коррекцию, как компоненты учебной деятельности. Выделенные компоненты соотносятся с более ранними исследованиями феномена деятельности в работах С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, П.Я. Гальперина. Умственные действия, которые производит субъект, формируются в качестве внешних преобразований, предметные переходят на внутренний план. Возникает понятие интериоризация - перевод внешнего действия во внутренний план. Ориентировочные акты действия – планирование, переработка информации, оперативный образ и принятие решения, исполнительные акты – действия, контрольные акты – проверка результатов и возможность коррекции.

Таким образом, любая деятельность субъекта, в том числе и учебная включает в себя ориентировочные, исполнительные и контрольно-коррекционные акты. Процесс самоорганизации, который представляет собой деятельность, направленную на преобразование управляющей, организующей структуры.

На психическое и физическое состояние студентов могут влиять субъективные и объективные факторы обучения. К субъективным факторам относятся: знания, мотивация к обучению, выносливость, устойчивость нервно-психической системы, темп освоения учебной дисциплины, утомляемость, психофизические способности, профессиональные возможности, личностные характеристики, способность к социально-психологической адаптации, уровень эмоционального интеллекта. К объективным факторам можно отнести: пол, возраст, состояние здоровья, общую нагрузку в учебном заведении, количество и качество отдыха.

В среднем, студенческое учебное время составляет 50-58 часов в неделю, в эти часы входит время на самоподготовку. Таким образом, ежедневно студент получает 7-8 часов учебной нагрузки, что соотносится с продолжительным рабочим днем любого работающего человека. Студенты, которые не владеют навыком планирования, занимают свободное время на выходных днях для самоподготовки. Учебная деятельность, т.е. деятельность по усвоению знаний, умений и навыков играет определяющую роль в период становления целостного интеллекта молодого человека в возрасте от 17 до 25 лет. Развиваются его отдельные функции, такие как, мышление, мнемические и сенсорно-перцептивные функции. Постоянная умственная работа позволяет поддерживать высокий тонус интеллекта субъекта учебной деятельности, а также способствует эффективному выполнению учебных задач.

Для успешного усвоения учебной программы студенту необходимо в полной мере восстанавливать затраты, направленные на учёбу. Тем не менее, у многих студентов возникают проблемы с полноценным восстановлением

таких процессов из-за недостатка сна, питания, спорта, свежего воздуха и т.д. В случае, когда студент поступает в магистратуру и меняет свою специализацию, он попадает в новые условия учебной деятельности и, соответственно, сталкивается со сложностями в адаптации к обучению в высшем учебном заведении. Поскольку адаптация происходит на нескольких уровнях: дидактическом, социально-психологическом и профессиональном, то ее начальный период может характеризоваться низкой успеваемостью, трудностью в общении с коллективом.

5. Личностный адаптационный потенциал и его развитие у студентов вуза.

Когда речь заходит об адаптационных возможностях личности, то всё чаще их связывают с термином «личностный адаптационный потенциал».

Определение и термин (ЛАП) ввёл А.Г. Маклаков. По его мнению, ЛАП – взаимосвязанные психологические особенности личности, которые определяют успешность адаптации и повышают вероятность сохранения профессионального здоровья [23, с.20]. Под этим термином обычно понимают комплекс неодинаковых качественно-своеобразных психологических свойств, индивидуальный набор для каждого отдельного человека [4, с.71]. Чтобы охарактеризовать личностный адаптационный потенциал индивида, необходимо оценить регуляции на поведенческом уровне, коммуникативный потенциал, моральной-нравственный уровень нормативности.

Для полного понимания личностного адаптационного потенциала следует рассмотреть несколько подходов к данному термину.

Н.Л. Коновалова определяет ЛАП в качестве интегрирующей характеристики психологического здоровья. Автор рассматривает психическую адаптивность в целом, как интегральное свойство личности, и как совокупность внутренних факторов, которые определяют продуктивность и качество адаптационных изменений. Адаптивностью, в свою очередь, считается характеризующая способность личности, чтобы выдерживать срывы психической адаптации. Адаптивность зависит от многих конституциональных, наследственных и обретенных факторов, базируется на периодизации развития личности, находясь с ней в тесной взаимосвязи. Несколько составляющих определяют психическую адаптивность: уровень психического развития в целом, особенности личности и ее система отношений, природа и сущность психологических проблем и отношение индивида к этим проблемам [16, с.43].

С.Ю. Добряк рассматривает концепт «личностного адаптационного потенциала» в качестве синонима к понятию «адаптивность» подходит в том случае, если обозначать некое свойство, которое выражает возможность личности к психической адаптации [14, с.8].

Исследователь С.Т. Посохова считает, что в адаптационном потенциале заложены латентные адаптационные способности, своевременность и вектор реализации, который зависит от активности личности. Соответственно, автор рассматривает адаптационный потенциал как интегральное образование, которое объединяет в себе сложную систему социально-психологических, психических, биологических свойств и качеств, которые личность актуализирует для новых программ поведения при их создании и реализации, когда меняются условия жизнедеятельности. ЛАП состоит из биопластического, биографического, психического и личностно-регуляторного компонентов [30, с.3].

Таким образом, резюмируя, следует отметить несколько общих положений о личностном адаптационном потенциале:

- 1) его следует рассматривать как интегральную переменную, которая характеризуется совокупностью индивидуально-психологических признаков, обуславливающих успешную психологическую адаптацию;
- 2) обладает свойствами сложной системы, поэтому, требует системного анализа, который является единственным способом для исследования;
- 3) в его состав входят как латентные параметры, которые могут возникнуть, если поменяются условия, направление, сила воздействия, так и явные проявления адаптационных способностей;
- 4) очерчивает пределы возможностей адаптации, а также определяет устойчивость к изменяющимся факторам, устанавливает диапазон ответных реакций;
- 5) индивид сам регулирует меру реализации условных возможностей, а ЛАП ассоциируется с возрастными и психологическими особенностями [4, с.69].

В исследованиях А.Г. Маклакова и В.А. Кулганова оцениваются индивидуально-психологические признаки, которые являются компонентами адаптационного потенциала личности. В особенности, перечисленные признаки способны определить границы адаптационного потенциала и спектр возможностей личности противостоять раздражителям внешней среды [18, с.15], [23, с.7].

Согласно исследованиям, изложенным в статьях Д. Майера, индивиды, у которых высокий уровень развития ЭИ, как правило, не подвержены проблемам в поведении, они не действуют негативно в сторону своего организма, чрезмерно не употребляют алкоголь, наркотики, не курят, не жестоки по отношению к окружающим. Такие люди владеют навыком планирования, четко обозначая свои ближайшие и далекоидущие цели, определяют свою миссию [54, с. 208]. Индивиды с развитым эмоциональным интеллектом характеризуются следующими особенностями:

- Не использую механизмы защитного поведения;
- Способны менять эмоциональное самочувствие в более эффективное направление;
- Выбирают высокоэффективные эмоциональные ролевые модели;
- Сообщают и обсуждают свои переживания;
- Развиваются в области эмоциональной составляющей жизни [53, с.199].

Социально зрелый человек, контролируя собственные переживания, свободно их выражая, тем самым повышает собственный эмоциональный интеллект. Для того, чтобы повысить формальный и неформальный статус индивида в социуме, обеспечить влиятельный личный авторитет необходима конгруэнтная взаимосвязь между внутренними психологическими механизмами эмоциональной активности [2, с.61]. Тем не менее, развитый

эмоциональный интеллект – не панацея от всех проблем Д. Майер утверждает, что эмоциональное состояние индивида не связано с эмоциональным интеллектом. Испытывать грустные эмоции, быть в подавленном состоянии – нормально даже для индивидов с развитым EQ, нет гарантии, что выход из этого состояния будет протекать легко и быстро [55, с. 63].

Неподдельный интерес у многих исследователей возникает при рассмотрении эмоционального интеллекта как предиктора академической успеваемости. Существует мнение, что ЭИ повышает продуктивность учебной деятельности, приводит к учебным достижениям. Взаимосвязь ЭИ с успехами в академической деятельности имеет место быть в том случае, если для решения академической задачи требуются эмоциональные способности.

Исследование А.Г. Гладких выявило взаимосвязь адаптивных показателей с эмоциональным интеллектом, принятием себя и окружающих с эмоциональным комфортом. Интересный факт об отрицательной связи эмоционального интеллекта с внешним контролем. Также выявлена отрицательная корреляция между управлением эмоциями и эскапизмом – стремление личности уйти от проблем, избегание действительности [7, с. 378]. Эти данные говорят о том, что индивиды с развитым эмоциональным интеллектом обладают склонностью действовать не навязанными извне правилами и ценностями, а своим собственным интернальным поведением. Таким образом, успешная адаптация человека в новых условиях детерминируется способностью эффективно управлять собственными эмоциями, рассматривать проблемы не в качестве источника отрицательных эмоций, а как стимул для саморазвития и роста личности, найти путь к действенному преодолению трудностей.

С.П. Деревянко также занималась взаимосвязью ЭИ с параметрами социально-психологической адаптации. Автор сделала вывод, что нормальному адаптивному процессу способствует объединение эмоций и

когнитивно-перцептивных функций, именно такое объединение можно назвать «эмоциональный интеллект» [12, с. 26]. Результаты эмпирического исследования выявили положительную корреляцию эмоционального интеллекта с общими показателями адаптации, которая, тем временем, положительно коррелирует с компонентами ЭИ, представленными в методике Холла Н.: самомотивация, распознавание эмоций [11, с. 9]. На основании полученных данных получается, что для адаптации студентов важное значение имеет самомотивация. Сам по себе эмоциональный интеллект играет регулирующую роль, помогает в достижении эмоционального комфорта за счёт мотивационно-волевой саморегуляции и переработки эмоциональных стимулов на когнитивном уровне. Для эффективной адаптации необходимо объединение когнитивно-перцептивных функций человека и эмоций, именно эти объединяющие факторы входят в состав «эмоционального интеллекта».

Еще один отечественный исследователь О.И. Власова провела эмпирическое исследование, где выяснила, что молодые люди от 15 до 17 лет с развитым ЭИ, обладают психологическими особенностями, которые содействуют эффективной адаптации. Такие особенности, как дружелюбие, эмоциональная устойчивость, смелость, лидерские качества, рефлексия, уступчивость, чуткость, добродушие, уверенность и требовательность к себе. Высокий уровень ЭИ позволяет таким людям легко уживаться в коллективе, приобрести статус лидера группы, адаптироваться к новым условиям, улучшить социально-психологический климат в социальном окружении [6, с. 201]. Выборка испытуемых юношеского возраста от 17 до 21 года показала, что низкие показатели управления эмоциями уменьшают показатели принятия ответственности за качество переживания собственных эмоций. Также, в исследовании прослеживается увеличение уровня выражения эмоций и эмпатических способностей, понимание внешних эмоциональных проявлений окружающих, развитие и прогресс адаптивных фрустрационных реакций [6, с.97].

Делая вывод, стоит отметить, что связь между EQ и академической успеваемостью будет наиболее выражена при условии, что для решения задач потребуется задействование эмоциональных способностей.

Для того, чтобы студент с легкостью мог адаптироваться в университете, необходимо школьное психологическое обучение, которое будет направлено на развитие эмоциональных компетентностей. Если рассматривать ЭИ как навык, то его можно развивать в результате систематического обучения. «Исследования показали, что характеристики эмоционального и академического интеллектов не зависят друг от друга, а конкретно эмоциональный интеллект может прогнозировать успешность ребёнка в школе» [32, с.13]. «Понимать себя и окружающих, уметь использовать эти знания для разрешения стрессовых ситуаций – основа успешной учёбы» [45, с.3]. Большое внимание сейчас уделяется способам, которые позволят развить эмоциональный и социальный интеллект у школьников. Разрабатываются программы, которые со временем дают положительный эффект.

Таким образом, в первой главе мы детально рассмотрели такие понятия как «эмоциональный интеллект», «социально-психологическая адаптация», «личностный адаптационный потенциал». Проанализировав и обобщив различные концепции к пониманию эффективной социальной и психологической адаптации, сформулировали определение. Адаптация – процесс деятельного приспособления индивида к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды, в результате которого человек получает возможность получать удовлетворение от всех сфер социальной жизни. Эмоциональный интеллект определяется как способность личности понимать и управлять как своими собственными эмоциями, так и эмоциями окружающих. Мы рассмотрели взаимосвязь эмоционального интеллекта с социально-психологической адаптацией, выяснили, что достаточно сформированный уровень ЭИ дает возможность определять, каким образом

индивид управляет своим поведением, принимает личные решения, направленные на позитивный результат, успешно адаптируется в новой среде, лавирует в сложных социальных ситуациях.

Проведенный теоретико-методологический анализ литературы выявил сложность и неоднозначность теоретических подходов к понятию «эмоционального интеллекта». ЭИ – сложное интегративное образование, которое включает в себя совокупность эмоциональных, поведенческих и когнитивных свойств, обеспечивающих индивида осознанию, пониманию, регуляции чужих и своих собственных эмоций. ЭИ, по нашему мнению, влияет на межличностное взаимодействие, а также способствует личностному развитию индивида. Способность распознавать, понимать эмоции – один из ключевых факторов успешной адаптации.

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Постановка проблемы исследования цель, задачи, гипотезы исследования.

Следует подчеркнуть, что проблема адаптации к обучению в высшем учебном заведении занимала немало исследователей (А.К. Гришанова, В.Д.

Цуркан, К.Е. Бехмаханову, А.В. Сиомичева, Т.В. Павлушкину, А.Г. Терещенко, Т.И. Ронгинскую, Е.Н. Пьянкову, С.А. Мадорскую, Л.И. Рувинского, В.И. Уварову, Ю.С. Бабахан, В.Г. Чайку и других). В первую очередь, на протяжении долгого времени считалось, что процесс адаптации затрагивает только первый курс, когда человек заканчивает школу и поступает в вуз. Процесс адаптации для студентов на протяжении всего периода обучения начал рассматриваться относительно недавно. Вторая причина – ограниченность условий исследования. Как правило, исследуют конкретный вуз или направление, что мешает выделять этапы процесса адаптации. Третья причина – исследователи рассматривают конкретные проблемы, которые стоят на пути студента, а не факторы, которые могли бы помочь не сталкиваться с ними в принципе.

Именно поэтому следует развивать личностный адаптационный потенциал у студентов, которые учатся на разных профилях, направлениях, ступенях высшего образования. Это поможет выявить не только внешние, но и внутренние факторы, которые помогут студенту в становлении как будущего специалиста и достичь успеха в профессиональной деятельности.

Цель – изучение роли эмоционального интеллекта в эффективности социально-психологической адаптации студентов магистратуры первого курса.

Задачи:

- Проанализировать основные теоретические и практические подходы к пониманию феномена эмоционального интеллекта;
- Изучить особенности социально-психологической адаптации студентов первого курса магистратуры с разным уровнем эмоционального интеллекта;

- Выявить особенности развития адаптационного потенциала у обучающихся по различным специальностям и направлениям подготовки;
- Выделить основные компоненты эмоционального интеллекта как фактора адаптации студентов магистратуры первого курса;
- Разработать практические рекомендации по психологическому сопровождению учащихся в вузе.

Гипотеза исследования:

Общей гипотезой является предположение о взаимосвязи уровня эмоционального интеллекта у учащихся в магистратуре первого курса с успешностью их социально-психологической адаптации.

1. Студенты с высоким уровнем эмоционального интеллекта успешнее осуществляют процесс социально-психологической адаптации к учебной деятельности.
2. Успешность адаптации взаимосвязана с внутриличностным и межличностным эмоциональным интеллектом.
3. Адаптационный потенциал изменяется неравномерно, что обусловлено системой ценностей и психическими характеристиками.

Существуют общие закономерности развития адаптационного потенциала личности в ходе обучения в вузе, свойственные студентам различных высших учебных заведений. В ходе обучения в вузе адаптационный потенциал изменяется неравномерно, что обусловлено отношением к вузу и профессии, системой ценностей и определенными психическими характеристиками (оптимальный уровень тревожности, нервно-психическая устойчивость, высокий уровень мотивации к обучению, мотивация на успех, коммуникативные способности, дисциплинированность, самоконтроль).

2.2. Описание выборки и процедуры исследования.

Выборка.

В исследовании приняло участие 82 человека. Студенты магистратуры первого курса факультетов СПбГУ: факультет психологии, факультет международных отношений (48 женщин и 34 мужчины). Студенты, которые принимали участие в исследовании – молодые люди в возрасте от 20 до 27 лет, с высшим или двумя высшими образованиями.

Процедура исследования. В ходе исследования респондентам предлагалось заполнить пакет опросников (опросник «Адаптивность» МЛЮ – АМ; методика Н.Холла; тест «ЭмИн» Д.В. Люсина; методика МЭИ М.А. Манойоловой; опросник «ОМО» В.Шутца). Таким образом, с помощью, данного набора методик производились:

- определение уровня ЭИ студентов магистратуры первого курса;
- замер адаптивных возможностей студентов;
- замер уровней внутриличностного, а также межличностного ЭИ студентов;
- выявление способности студента понимать и управлять эмоциональным состоянием.

Исследование проводилось в период с 15.11.16 – по 12.02.17.

2.3. Методы и методики исследования.

Методики:

1) Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛЮ-АМ)

Разработали и представили в 1993 году А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин [25]. Главное предназначение – изучить адаптивные возможности индивида основываясь на оценках определенных психических, физиологических и социальных характеристиках, которые отражают интегральные функции социального и психического развития индивида.

Разработанный опросник является стандартизированным, как правило его рекомендуют в использовании для профессионального отбора, решения психологических задач, а также для обслуживания профессиональной и

учебной деятельности индивида. Опросник предоставляет такие результаты, которые могут интерпретироваться в широком диапазоне: от простейшего «не годен» или «годен», до развернутой личностной характеристики.

Объем и характер опросника зависит от его структурного уровня. Всего их четыре, они позволяют получать полную информацию об исследуемых параметрах.

Шкалы 1-го уровня отвечают за получение типологических характеристик человека, определение акцентуации характера индивида, являясь отдельными самостоятельными шкалами, которые соответствуют базовым шкалам СМИЛ (ММРІ).

Шкалы 2-го уровня предназначены для раскрытия сути дезадаптационных нарушений, которые преимущественно представлены астеническими и психотическими реакциями и состояниями. Данные шкалы совпадают со шкалами опросника ДАН (о дезадаптационных нарушениях).

Шкалы 3-го уровня определяют поведенческую регуляцию (ПР), коммуникативный потенциал (КП) и моральную нормативность (МН).

Шкала 4-го уровня представляют собой понятие о личностном адаптационном потенциале (ЛАП).

2) Методика Н. Холла

Широко используется методика Н. Холла, представленная Е.П. Ильиным [15, с.633]. Н. Холл предложил данную методику для того, чтобы выявить основные способности для понимания отношений личности, которые можно репрезентовать в эмоциональной сфере, а также способность управления эмоциями на основе принятия решений. (методика EQ).

Состоит 5 шкал и содержит в себе 30 утверждений:

- 1) шкала эмоциональной осведомленности;
- 2) шкала управления своими эмоциями (эмоциональной отходчивости, эмоциональной неригидности),

3) шкала самомотивации (способность произвольно управлять своим эмоциональным состоянием);

4) шкала эмпатии,

5) шкала распознавания эмоций других людей (иметь влияние на эмоциональное состояние окружающих людей).

Каждое утверждение предполагает ответ по 6-балльной шкале: от -3, что означает «полностью не согласен» до +3, что означает «полностью согласен». Недостатком данной методики является недостаток какой-то информации относительно психометрики опросника. Мы не смогли обнаружить апробацию методики как при её создании, так и переведенной русскоязычной версии. Вызывает сомнение использование данной методики в качестве адекватного и валидного средства измерения уровня развития ЭИ. Тем не менее, методика широко распространена, что удивляет.

Автор И.Н. Андреева при описании данной методики, утверждает, что существует разногласие между названием шкал и их смысловой нагрузкой. По ее мнению, способность управлять собственными эмоциями стоит рассматривать в качестве эмоциональной гибкости, а самомотивацию описывать с точки зрения произвольного регулирования своими эмоциями, в тоже время, способность распознать эмоции других людей - способ воздействия на эмоциональное состояние окружающих [3, с.65]. Тесту явно понадобится доработка, хотя его основную часть можно использовать для составления его новой модификации.

3) Тест «ЭмИн» Д.В. Люсина.

Д.В. Люсина разработал собственную модель эмоционального интеллекта, собственно на нее и опирается опросник [21, с.3]. автор рассматривает эмоциональный интеллект в качестве способности к пониманию и управлению своих и чужих эмоций. Как способность понимать и управлять, эмоциональный интеллект может быть направлен как на самого индивида, так и на окружающих его людей. Соответственно, Люсин ввёл

понятия о внутриличностном и межличностном эмоциональном интеллекте, которые должны быть связаны друг с другом

На основании данной теории автор предложил тест, который состоит из 40 закрытых вопросов с ответами по 4-бальной системе, сгруппированные в 6 факторов:

1. Направление межличностного эмоционального интеллекта:
 - 1.1. Шкала М1 интуитивного понимания чужих эмоций;
 - 1.2. Шкала М2 понимания чужих эмоций через экспрессию;
 - 1.3. Шкала М3 общей способности к пониманию чужих эмоций.
2. Направление внутриличностного эмоционального интеллекта:
 - 2.1. Шкала В1 осознания своих эмоций;
 - 2.2. Шкала В2 управления своими эмоциями;
 - 2.3. Шкала В3 контроля экспрессии.

Психометрические показатели методики.

В 2009 году была опубликована статья с информацией о последнем исследовании, на основе которого производилась проверка психометрических показателей данной методики. В исследовании принимали участие 745 респондентов, из них 166 мужчин и 579 женщин в возрастном диапазоне от 16 до 67 лет. Для того, чтобы оценить надёжность результатов исследования данной методики, были высчитаны данные внутренней согласованности α Кронбаха по всем шкалам методики. Показатели дали хороший результат от 0,75 до 0,79.

Авторы ставили перед собой задачу изучить внутреннюю структуру опросника, поэтому они провели факторный анализ, результаты которого показали, что внутренняя структура не самая сильная черта данной методики. Тем не менее, структура опросника легко интерпретируется, практически соответствует структурной модели эмоционального интеллекта, которая лежит в основе разработки опросника «ЭмИн» [20, с.264].

Данные статьи говорят о том, что шкалы опросника имеют положительную корреляцию друг с другом. Результаты валидности в статье не освещаются. Для обработки данных нужно учитывать, как испытуемый выбирает ответ для каждого из утверждений: «совсем не согласен», «скорее не согласен», «скорее согласен», «полностью согласен». Некоторые из пунктов обрабатываются с помощью прямого ключа, другие с помощью обратного. Несомненно, что использование данной методики абсолютно правомерно, так как она позволяет измерять такие компоненты ЭИ, как:

- определить наличие собственного эмоционального переживания (шкала ВП);
- определить наличие эмоционального переживания у окружающих (шкала МП);
- идентифицировать свои эмоции (шкала ВП);
- идентифицировать эмоции других людей (шкала МП);
- понимать причины, которые детерминировали эмоцию (шкала ВП);
- контроль интенсивности своих эмоций (шкала ВУ);
- контроль интенсивности эмоций окружающих людей (шкала МУ);
- контроль внешнего выражения эмоций (шкала ВЭ);
- умение вызывать ту или иную эмоцию произвольно (шкала ВУ);
- умение вызывать ту или иную эмоцию у окружающих (шкала МУ).

Следует отметить, что опросник «ЭмИн» Д.В. Люсина является надежным инструментарием в нашем исследовании. Как утверждает автор, предлагаемая модель отличается от остальных тем, что в её конструкции нет личностных характеристик, которые представляют собой корреляты способности к управлению и пониманию эмоциями. Автор допускает введение только те личностные характеристики, которые хоть каким-либо образом могут влиять на особенности эмоционального интеллекта отдельного индивида.

**4) Методика диагностики эмоционального интеллекта – МЭИ
М.А. Манойловой, 2004 [24].**

Методика разрабатывалась для диагностики ЭИ. Опросник состоит из 40 утверждений в вопросительной форме. Респонденту предлагают дать оценку степени своего согласия или несогласия с каждым из утверждений по 5-балльной шкале. Методика содержит 4 субшкалы и 3 интегральных индекса: общий уровень ЭИ, выраженность внутриличностного и межличностного аспектов ЭИ.

Интегральные индексы:

1. Внутриличностного аспекта эмоционального интеллекта (способность осознать и принять свои чувства, способность к самоконтролю): считается по сумме баллов за 1 и 2 шкалу.

2. Межличностного аспекта эмоционального интеллекта (способность распознавать, понимать и изменять эмоциональные состояния других людей): считается по сумме баллов за 3 и 4 шкалу.

3. Интегрального показателя эмоционального интеллекта: считается по сумме баллов за все шкалы опросника. Диапазон баллов по каждой шкале: минимум - 20 баллов; максимум +20 баллов.

Следует обратить внимание на указания об интегративном характере эмоционального интеллекта, который связан с понятием мотивации и воли. Данная тенденция прослеживается в модели М.А. Манойловой. Интересным является тот факт, что в опроснике часть и целое поменяли местами: социальный интеллект рассматривается как межличностный компонент, а эмоциональный интеллект превращается в компонент социального интеллекта [24].

Для того, чтобы проверить стандартизацию данной авторской методики на эмоциональный интеллект, в 2004 – 2005 г.г. было проведено исследование. Респондентами стали мужчины и женщины в возрасте от 17 до 65 лет, в количестве 719 испытуемых. В исследовании приняли участие люди,

которые работают в абсолютно разных областях профессиональной деятельности: психологи, преподаватели, медицинские работники, строители, студенты различных курсов, служащие.

Если рассматривать половые различия в статистическом анализе, то выявляются некоторые тенденции. У женщин уровень развития ЭИ значительно выше, чем у мужчин. Корреляционный анализ на общей выборке испытуемых позволил определить, что удовлетворена внутренняя согласованность шкал опросника. Все шкалы обладают значимыми положительными корреляциями друг с другом и с общим баллом ЭИ (интегральный показатель).

5) Опросник межличностных отношений «ОМО» В. Шутца [36].

Представленный опросник – русскоязычный аналог широко известной методики FIRO-B (Fundamental Interpersonal Relation Orientation – Behaviour), который был разработан американским психологом Вильямом Шутцем. Данный опросник направлен на изучение коммуникативного поведения индивида, а также на диагностику межличностных отношений в различных аспектах социальной жизни. Автором русскоязычной версии методики является А.А. Рукавишников [33]. В. Шутц создал собственную трехмерную теорию межличностных отношений. Главной идеей его теории является то, что каждый индивид обладает характерным способом на социальную ориентацию по отношению к окружающим его людям. Такая ориентация основывается на трех постулатах – социальных потребностях

- 1) «включения»
- 2) «контроля»
- 3) «аффекта»

Способы для удовлетворения таких базовых социальных потребностей формируются еще в детстве, в процессе взаимоотношения между взрослым и

ребенком, в первую очередь отношения с родителями. Отношения, существующие до зрелого возраста, определяют особенности поведения индивида в межличностных ситуациях. Существует социальная ориентация, которой обладает каждый из индивидов, она в свою очередь способна определять межличностное поведение человека. Методика разрабатывалась для изучения коммуникативных способностей индивида и предназначена для диагностирования различных видов межличностных отношений. Внимание уделяется двум направлениям межличностных отношений, которые находятся внутри каждой из областей: выраженное поведение индивида, которое означает субъективное мнение человека касательно интенсивности его поведения в конкретной области; требуемое поведение индивида, оптимальная интенсивность человека, которое он требует от окружающих.

Опросник содержит 6 шкал и всего 54 вопроса:

Ie (шкала выраженного поведения в области «включения»)

Се (шкала требуемого поведения в области «включения»)

Ae (шкала выраженного поведения в области «контроля»)

Iw (шкала требуемого поведения в области «контроля»)

Cw (шкала выраженного поведения в области «аффекта»)

Aw (шкала требуемого поведения в области «аффекта»).

Респондент должен выразить свое мнение по отношению к утверждениям на основе 6-бальной шкалы оценки. Опрос можно проводить как в группе, так и индивидуально. Письменная инструкция перед тестом достаточно информативна и проста для понимания, как правило, не требует дополнительных объяснений. Согласно данным А.А.Рукавишникова, шкалы ОМО обладают конструктивной и критериальной валидностью. Все 6 шкал равномерны и однородны, располагают дискриминативной способностью, также опросник отличается надежностью во времени [33, с. 57]. (коэффициенты надежности шкал в диапазоне от 0,8 до 0,95).

Методы: Для проверки вышеперечисленных гипотез проводился корреляционный анализ с целью выявить взаимосвязи между уровнем развития ЭИ и личностным адаптационным потенциалом всех респондентов. Также был проведен факторный анализ, который позволил выделить группу факторов, сочетание которых способствует более эффективно адаптироваться к изменяющимся условиям.

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

3.1. Корреляционный анализ исследуемых параметров.

Эмоциональный интеллект – способность индивида определять, управлять и распознавать эмоции, как свои собственные, так и эмоции других людей, а также использовать знания об эмоциях во взаимоотношениях с окружающими и управлением поведения. Одна из категорий, которая рассматривается в данной работе – адаптивные способности. Адаптация в общих чертах – это приспособление к изменениям в окружающей среде. Для исследования мы использовали многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛЮ-АМ), разработанный А.Г. Маклаковым и С.В. Чермяниным. Как известно, люди у которых явно выражены адаптивные способности с легкостью адаптируются к условиям изменяющейся окружающей среды, ориентируются в трудных ситуациях, разрабатывая новые стратегии поведения. Люди, у которых низкий показатель адаптации, иногда социально дезадаптивны, они могут быть участниками конфликтных ситуаций и совершать асоциальные поступки. Следует отметить, особенность данной методики. Чем ниже тестовый показатель по опроснику, тем выше адаптивные способности, и наоборот, чем выше числовой показатель, тем ниже уровень адаптации.

В итоге, мы использовали методики:

- 1) «Адаптивность» МЛО-АМ (4 переменных)
- 2) Методика Н.Холла (5 переменных)
- 3) Тест «ЭмИн» Д.В. Люсина (9 переменных)
- 4) МЭИ М.А. Манойловой (7 переменных)
- 5) «ОМО» В.Шутца (6 переменных)

Для того, чтобы выявить взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и эффективной социально-психологической адаптацией мы пользовались корреляционным анализом данных (ранговую корреляцию Спирмена), которые получили в результате тестирования респондентов с последующим построением корреляционных плеяд. Построив корреляционную матрицу, мы получили результаты корреляции всех переменных со всеми.

В представленной ниже таблице показаны результаты расчетов в виде матрицы интеркорреляции, отражающие данные адаптивных способностей и компонентов эмоционального интеллекта по методике Н. Холла. Для удобства представления данных, мы пользовались аббревиатурами:

- ЛАП – личностный адаптационный потенциал
- ЭО – эмоциональная осведомленность
- УС – управление своими эмоциями
- Сам – самомотивация
- Эм – эмпатия
- РЭ – распознавание эмоций других людей

Объем выборки $n=82$, значения коэффициентов корреляции:

**корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

*корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$

1 курс	ЛАП	ЭО	УС	Сам	Эм	РЭ
ЛАП	1					
ЭО		1				
УС	0,343**		1			
Сам	0,226*	254*	0,634**	1		
Эм		266*		239*	1	
РЭ		341**			540*	1

Таблица 3.1. Матрица интеркорреляции, показателей ЛАП и эмоционального интеллекта по методике Н.Холла.

Корреляционная плеяда построена с помощью графических обозначений:

————— - одной линией отмечены связи на уровне статистической значимости $p \leq 0,05$;

===== - двумя линиями отмечены связи на уровне статической значимости $p \leq 0,01$;

----- - пунктирной линией отмечены связи с отрицательной статистической значимостью.

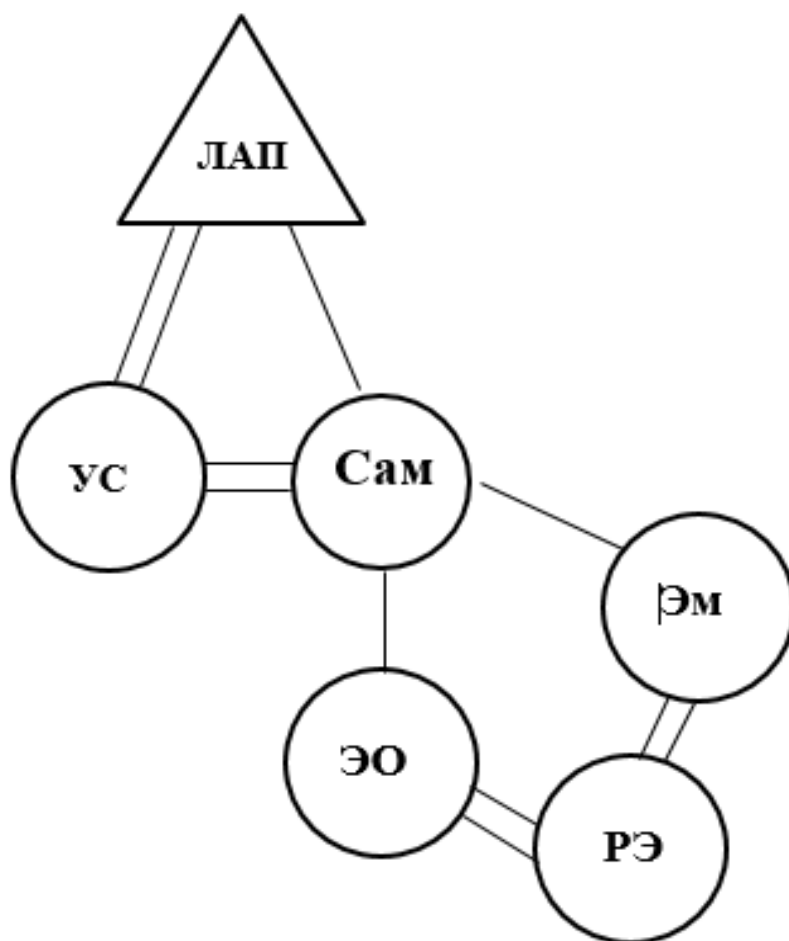


Рис.3.1. Корреляционная плеяда взаимосвязи ЛАП и методики Холла

Корреляционная плеяда имеет одно ядро – самомотивация, которое обладает 4 связями. Самомотивация имеет статистически значимую связь с показателями личностного адаптационного потенциала (ЛАП), эмпатией, эмоциональной осведомленностью, а высокую статистическую значимую связь - с показателями управления своими эмоциями. В свою очередь, показатели распознавания эмоций других людей имеет высокую статистическую значимость с показателями эмпатии и эмоциональной осведомленности.

Таким образом, можно сделать промежуточный вывод, что студенты первого курса магистратуры, стремясь организовать вокруг себя комфортную среду, достичь успехов в научной сфере, произвести положительное впечатление на коллектив и преподавателей, показывают высокий уровень

самотивации в купе с управлением собственных эмоций и уровнем эмпатии.

Далее представлена матрица интеркорреляции, которая отражает взаимосвязи между личностным адаптационным потенциалом и компонентами эмоционального интеллекта по тесту «ЭМИн» Д.В. Люсина. Данная методика интересует нас, так как в ней представлены составляющие внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта. В данной матрице мы предлагаем использовать следующие аббревиатуры:

- ЛАП – личностный адаптационный потенциал
- ПЧ – понимание чужих эмоций
- УЧ – управление чужими эмоциями
- ПС – понимание своих эмоций
- УС – управление своих эмоций
- КЭ – контроль экспрессии
- МЭИ – межличностный эмоциональный интеллект
- ВЭИ – внутриличностный эмоциональный интеллект
- ПЭ – понимание эмоций
- УЭ – управление эмоциями

**корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

*корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$

1 курс	ЛАП	ПЧ	УЧ	ПС	УС	КЭ	МЭИ	ВЭИ	ПЭ
ЛАП	1								
ПЧ		1							
УЧ	0,290**		1						
ПС		0,465**		1					
УС			0,445**		1				
КЭ					0,418**	1			
МЭИ	0,235*	0,858**	0,786**	0,356**			1		
ВЭИ		0,294**		0,784**	0,788**	0,633**	0,286**	1	
ПЭ		0,837**		0,859**	0,338**		0,696**	0,628**	
УЭ	0,264*		0,536**		0,718**	0,617**	0,454**	0,719**	0,368**

Таблица 3.2. Матрица интеркорреляции, отражающая показатели личностного адаптационного потенциала и теста «ЭМИн» Д.В. Люсина.

В результате интеркорреляционной матрицы мы можем построить корреляционную плеяду. Стоит отметить, что мы намеренно исключили некоторые связи из плеяды, чтобы не нагружать рисунок объемными значениями. Так как в матрице не было данных по поводу отрицательных связей между компонентами, это еще упростило задачу. Таким образом плеяда, в окончательном варианте, получилась из трех основных ядер: межличностный эмоциональный интеллект, управление эмоциями, понимание эмоций. Личностный адаптационный потенциал не стал главным звеном в данной плеяде, хотя, имеет высокую статистическую значимость с переменной управление чужими эмоциями и значимую статистическую связь с межличностным эмоциональным интеллектном.

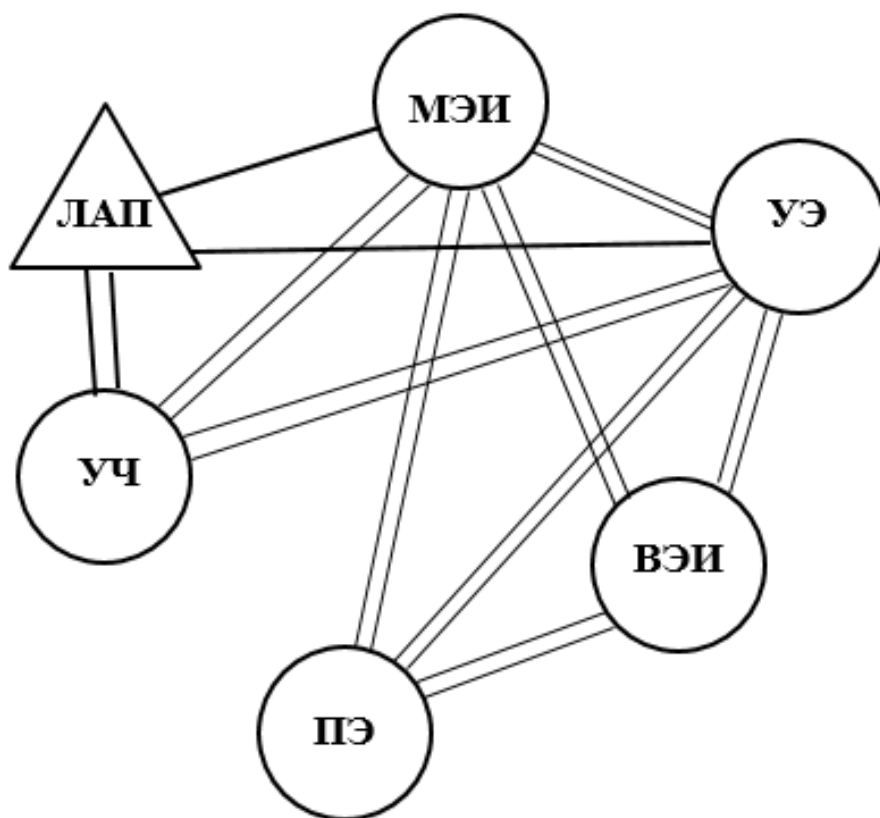


Рис. 3.2. Корреляционная плеяда взаимосвязи ЛАП и теста «ЭмИн» Д.В. Люсина.

Следует раскрыть взаимосвязи компонентов, которые видно на рисунке 3.2. Личностный адаптационный потенциал имеет статистическую значимость с межличностным эмоциональным интеллектом и его компонентом – управление эмоциями, а также существует высокая статистическая значимость с управлением чужими эмоциями. Межличностный эмоциональный интеллект, который представляет для нашего исследования особый интерес, так как включен в одну из гипотез, высоко статистически значим с управлением эмоциями, внутриличностным эмоциональным интеллектом, пониманием эмоций и управлением чужими эмоциями, а также как говорилось выше, МЭИ статистически значим с уровнем адаптационного потенциала личности. Представленную выше корреляционную плеяду можно интерпретировать следующим образом: подтвердилась гипотеза о наличии взаимосвязи между межличностным

эмоциональным интеллектом и социально-психологической адаптации студентов первого курса магистратуры. Также, данная плеяда не подтверждает гипотезу о наличии взаимосвязи между внутриличностным эмоциональным интеллектом и личностным адаптационным потенциалом. Тем не менее, данная гипотеза может быть подтверждена в последующих корреляционных плеядах.

Следующая корреляционная матрица была создана на основе результатов проведенного исследования в рамках методики по адаптации «Адаптивность» с методикой диагностики эмоционального интеллекта – МЭИ М.А. Манойловой.

В данной матрице мы предлагаем использовать следующие аббревиатуры:

- ЛАП – личностный адаптационный потенциал
- ОС – осознание своих чувств и эмоций
- УС – управление своими чувствами и эмоциями
- ОД – осознание чувств и эмоций других людей
- УД – управление чувствами и эмоциями других людей
- ВА – внутриличностный аспект
- МА – межличностный аспект

**корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

*корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$

1 курс	ЛАП	ОС	УС	ОД	УД	ВА	МА
ЛАП	1						
ОС		1					
УС	0,443**	0,236*	1				
ОД			0,268*	1			
УД	0,238*			0,380**	1		
ВА	0,367**	0,643**	0,874**	0,231*		1	
МА				0,834**	0,809**		1

Таблица 3.3. Матрица интеркорреляции взаимосвязи личностного адаптационного потенциала и методики диагностики эмоционального интеллекта – МЭИ М.А. Манойловой.

Методика на диагностику эмоционального интеллекта М.А. Манойловой представляет наш научный интерес в сфере межличностного и внутриличностного аспекта в структуре эмоционального интеллекта. Иными словами, нам важно выявить связь между уровнем адаптации и способностью управлять собой и отношениями с окружающими людьми. Автор данной методики рассматривает эмоциональный интеллект в качестве интегративного понятия, которое состоит из эмоций, воли и интеллекта. Эмоциональный интеллект выступает здесь в регулятивном качестве между внутренней и внешней психической деятельностью человека, а воля в свою очередь – это средство подчинения интеллектуальному и эмоциональному началу индивида.

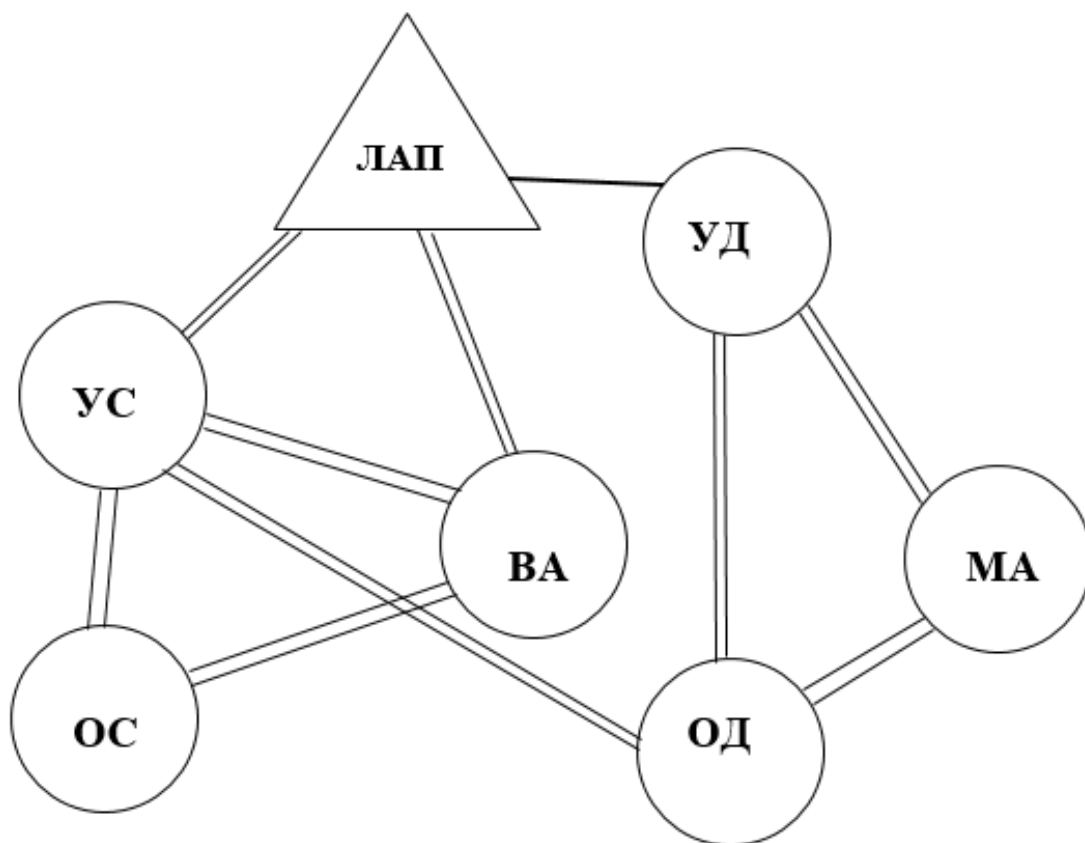


Рис.3.3. Корреляционная плеяда взаимосвязи ЛАП с методикой диагностики ЭИ – МЭИ М.А. Манойловой.

Данная корреляционная плеяда имеет двудерную структуру. Личностный адаптационный потенциал выступает здесь одним из образующих компонентов. Статистически значимая связь с управлением чувствами и эмоциями других, а также высоко значимая статистическая связь с внутриличностным аспектом эмоционального интеллекта и управлением своих эмоций, позволяет нам подтвердить ранее выдвинутую гипотезу о том, что успешность адаптации студента первого курса магистратуры взаимозависима от внутриличностного эмоционального интеллекта. Далее, рассматривая компоненты корреляционной плеяды, стоит отметить, что внутриличностный аспект эмоционального интеллекта высоко статистически значим не только с личностным потенциалом адаптации, но и с управлением своих чувств и эмоций, а также с осознанием своих чувств и эмоций. Логична и цепочка, когда межличностный аспект имеет высокую статистическую

значимость с компонентами: управление чувствами и эмоциями других людей, осознание чувств и эмоций других людей.

Следует сделать промежуточный вывод, в методике «ЭмИн» Д.В. Люсина существует межличностный и внутриличностный эмоциональный интеллект. Данные результатов показали, что между адаптивностью и межличностным ЭИ есть прямая связь, а с внутриличностным связи нет. Напротив, в методике МЭИ М.А. Манойловой, в которой также есть внутриличностный и межличностный аспекты эмоционального интеллекта, существует взаимосвязь между ЛАП и внутриличностным аспектом ЭИ.

Последняя часть корреляционного анализа связана с опросником межличностных отношений ОМО В.Шутца. В данной матрице мы предлагаем использовать следующие аббревиатуры:

- ЛАП – личностный адаптационный потенциал
- ВВ – выраженное поведение в области «включения»
- ВК – выраженное поведение в области «контроля»
- ВА – выраженное поведение в области «аффекта»
- ТВ – требуемое поведение в области «включения»
- ТК – требуемое поведение в области «контроля»
- ТА – требуемое поведение в области «аффекта»

**корреляция значима на уровне $p \leq 0,01$

*корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$

1 курс	ЛАП	ВВ	ВК	ВА	ТВ	ТК	ТА
ЛАП	1						
ВВ		1					
ВК		0,385**	1				
ВА		0,327**		1			
ТВ		0,488**	0,268*	0,396**	1		
ТК	-0,220*					1	
ТА						-0,373**	1

Таблица 3.4. Матрица интеркорреляции взаимосвязи личностного адаптационного потенциала и опросника межличностных отношений ОМО В.Шутца.

Эффективность учебной деятельности в некотором роде зависит от умения индивида устанавливать и поддерживать хорошие отношения с окружающими людьми: однокурсниками, преподавателями. Трехфакторная модель межличностных потребностей В. Шутца легла в основу теории межличностных отношений. Три уровня: поведение, чувства и Я-концепция. Опросник – инструмент, который позволяет измерить поведенческие проявления в трех областях: «включенность» - интенсивность контактов, «контроль» - уровень зависимости, «эмоции» - готовность делиться чувствами с другими. Опросник может помочь студенту понять мотивы собственного поведения и поведения окружающих людей, а также объяснить, каким образом личностные потребности влияют на межличностные отношения.

Представленная ниже корреляционная плеяда, созданная на основе интеркорреляционной матрицы, отличается от предыдущих тем, что в ней есть отрицательная статистически значимая связь и отрицательная высоко статистически значимая связь.

Для удобства понимания корреляционной плеяды мы будем использовать:

- ----- - пунктирная линия для обозначения отрицательной связи.

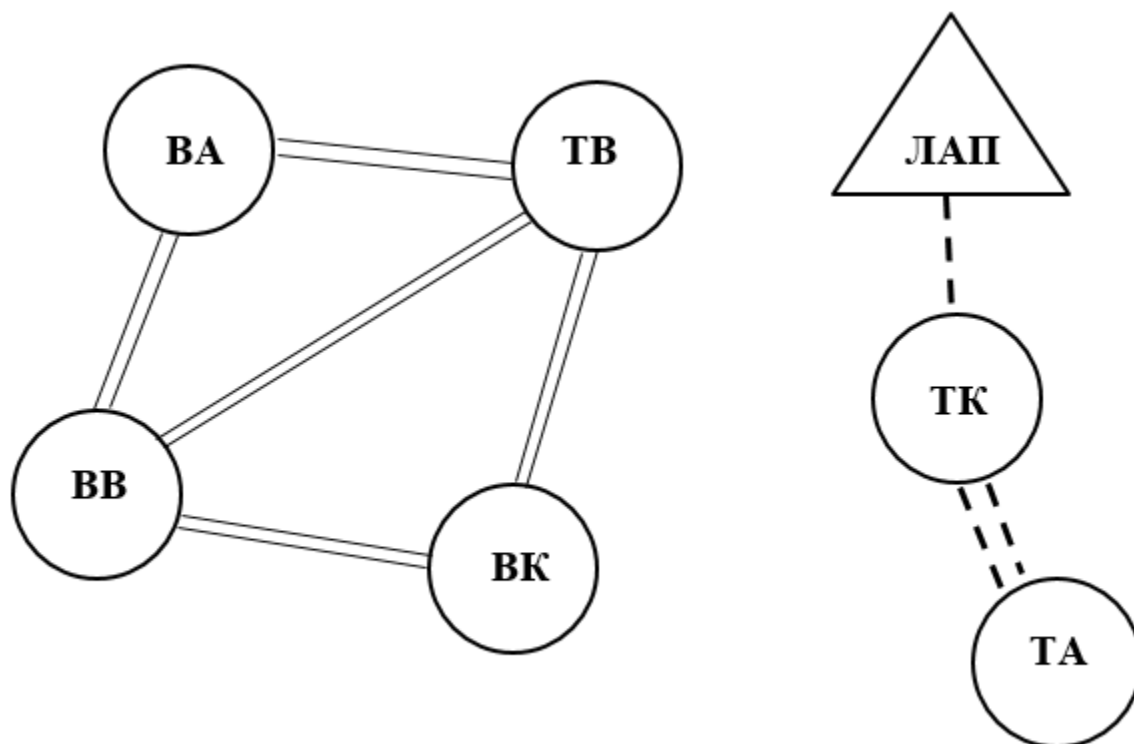


Рис.3.4. Корреляционная плеяда взаимосвязи ЛАП с опросником межличностных отношений ОМО В.Шутца.

Данная корреляционная плеяда разбита на два не связанных между собой блока. В первом блоке двудерная система. Требуемое поведение в области «включения» (ТВ) образует три высоко статистически значимые связи с выраженным поведением в области «аффекта» и в области «контроля». Второе ядро – выраженное поведение в области «включения» имеет высоко статистически значимые связи с выраженным поведением в области «контроля» и «аффекта», а также с требуемым поведением в области «включения». Соответственно, интерпретация данного блока может быть в

таким виде: студенты первого курса магистратуры в равной степени стремятся принадлежать к различным социальным группам, быть в близких отношениях с окружающими, проявлять тёплые дружеские чувства, но тем не менее, пытаются контролировать других и влиять на них, руководить группой и принимать решения.

Для гармоничного взаимодействия индивида с окружающими необходимо равновесие между тремя областями межличностных потребностей: аффектом, контролем, вовлеченностью. Первый блок корреляционной плеяды демонстрирует гармоничное развитие трех направлений межличностных отношений. Это может быть объяснено тем, что студент, поступая на магистратуру стремится быть активным членом общества, что поможет ему увеличить результативность учебной деятельности не отвлекаться на разрешение конфликтов.

Второй блок корреляционной плеяды является особенностью для характеристики студентов первого курса магистратуры. Требуемое поведение в области «контроля» (ТК) имеет статистически значимую связь с уровнем личностного адаптационного потенциала (ЛАП) и высоко статистически значимую связь с требуемым поведением в области «аффекта» (ТА). Данную связь можно интерпретировать следующим образом: если человек старается, чтобы другие люди его контролировали, влияли на него и говорили, что нужно делать, то возрастает потребность в стремлении быть эмоционально ближе, делиться интимными чувствами и, соответственно, возрастает уровень личностного адаптационного потенциала. Мы видим, что статистически значимые корреляции обнаруживаются для уровня общего эмоционального интеллекта и межличностного, а также для более частных субшкал. Корреляций же с показателями внутриличностного эмоционального интеллекта не наблюдается. Тем не менее, второй блок плеяды говорит о том, что студенты с более высоким уровнем межличностного эмоционального интеллекта склонны к колебаниям между стремлением принимать

самостоятельные решения и зависимости от решений окружающих, между принятием на себя лидирующей роли и стремлением подчиняться.

По результатам корреляционного анализа были сделаны следующие выводы:

- в выявленной плеяде по методике Холла ЛАП коррелирует с самомотивацией, которая является главным компонентом эмоционального интеллекта. Соответственно для успешной адаптации нужна самомотивация и способность управлять своими эмоциями
- в плеяде по методике Д.В. Люсина – ЛАП коррелирует с межличностным эмоциональным интеллектом, но никак не связан с внутриличностным эмоциональным интеллектом
- в плеяде по методике М.А. Манойловой – ЛАП коррелирует с внутриличностным аспектом в купе с осознанием и управлением своими эмоциями, но никак не связан с межличностным аспектом
- в плеяде по методике В.Шутца – студенты пытаются находить равновесие между стремлением оказаться в социальной группе и желанием контролировать и влиять на окружающих, ЛАП в свою очередь коррелирует с потребностью в контроле со стороны окружающих и близкими отношениями с ними.
- Эмоциональный интеллект для студентов первого курса магистратуры выступает как устойчивое свойство личности, наиболее успешные в учебной деятельности студенты одновременно являются адаптированными. Из это следует, что ЭИ – критерий успешной адаптации.

3.2. Факторный анализ исследуемых параметров.

На следующем этапе исследования нами был проведен факторный анализ, с целью выявления самых значимых результатов исследования, которые обладают высокими факторными нагрузками. Анализ был проведен с помощью метода выделения факторов – метод главных компонент. Метод вращения факторов – варимакс с нормализацией Кайзера. Далее представлен график собственных значений, в результате которого выделились пять факторов. (Рис. 3.5.).

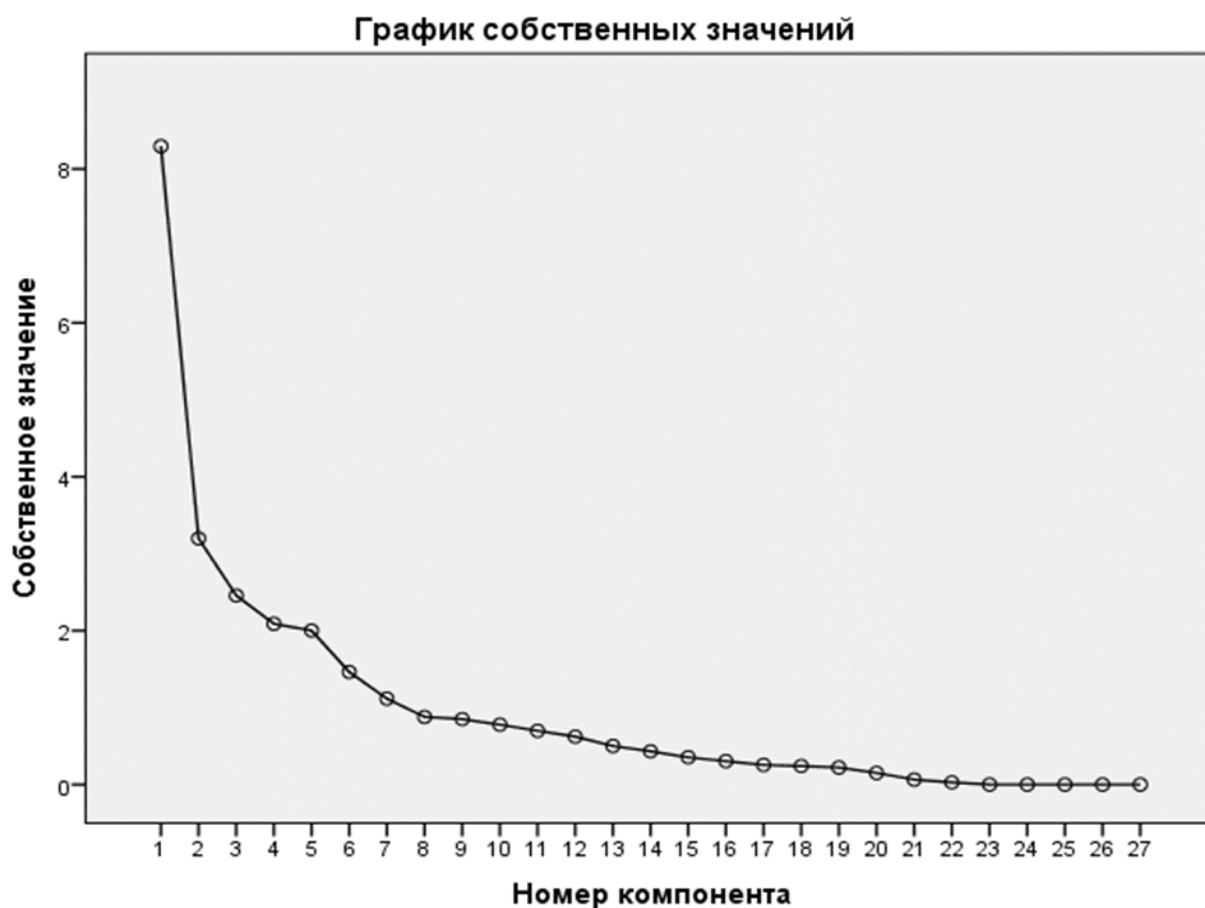


Рис 3.5. График собственных значений факторного анализа.

В результате факторного анализа выделилась факторная структура, которая состоит из 5 факторов. Суммарный процент дисперсии факторной структуры составил 66,8%.

1	8,294	30,719	30,719
2	3,198	11,845	42,564
3	2,456	9,097	51,661
4	2,089	7,738	59,399
5	2,001	7,412	66,811

Таблица 3.5. Объясненная совокупная дисперсия.

Для содержательного анализа и полной интерпретации выделенных факторов, следует рассмотреть каждую выделенную переменную с

максимальным факторным весом. Перечисленные факторные переменные упоминаются в порядке убывания в связи с их значимостью для данного фактора.

Фактор №1.

Понимание эмоций	0,828
Понимание своих эмоций	0,820
Внутриличностный аспект	0,801
Осознание своих чувств и эмоций	0,673
Управление своими чувствами и эмоциями	0,653
Понимание чужих эмоций	0,623

Таблица 3.6. Переменные Фактора №1.

Первый фактор условно можно назвать «Понимание эмоций», так как он вообрал в себя следующие переменные: общее понимание эмоций (0,828), понимание своих эмоций (0,820), внутриличностный аспект (0,801), осознание своих чувств и эмоций (0,673), управление своими чувствами и эмоциями (0,653), понимание чужих эмоций (0,623). Данный фактор объясняет 30,7 % дисперсии. Данный фактор играет важную роль в эмоциональном интеллекте человека, так как он характеризует способность к комплексному улавливанию эмоциональной составляющей жизни индивида. Такая способность помогает получать вербальную эмоциональную информацию, улавливать смены одних эмоций на другие.

Также, третьей по значению переменной является внутриличностный аспект (0,801), который отвечает за осознание и принятие собственных чувств, выраженное в способности к самоконтролю. Внутриличностный аспект позволяет человеку адекватно осознавать собственные эмоциональные качества, психологические характеристики и их роль в профессиональной деятельности личности.

Фактор №2.

Управление своими эмоциями		0,768
Контроль экспрессии		0,767
Управление эмоциями		0,764
Внутриличностный эмоциональный интеллект		0,719
Управление своими эмоциями		0,719
Самомотивация		0,662

Таблица 3.7. Переменные фактора №2.

Второй фактор мы условно идентифицировали как «Управление эмоциями». Данный фактор состоит из шести переменных: управление своими эмоциями (0,768), контроль экспрессии (0,767), общее управление эмоциями (0,764), внутриличностный эмоциональный интеллект (0,719), управление своими эмоциями по Холлу (0,719), самомотивация (0,662). Второй фактор объясняет 11,8 % дисперсии. Больше всех факторной нагрузкой обладает компонент управление своими эмоциями, контроль экспрессии и общее управление эмоциями. Осознавать эмоции, контролировать эмоциональное состояние путем снижения насыщенности эмоций с отрицательным эффектом – способ разрешения проблем с эмоциональной нагрузкой без подавления эмоций в целом. Данный компонент отвечает за личностный рост и помогает человеку комфортно существовать в межличностных отношениях. Внутриличностный эмоциональный интеллект и управление своими эмоциями (Холл) имеют одинаковую факторную нагрузку. Данные переменные относятся к разным теориями эмоционального интеллекта. Внутриличностный ЭИ из методики Д.В. Люсина представляет собой некий подход к собственной эмоциональной системе – различение, называние, использование эмоций в процессе управления деятельностью. Управление своими эмоциями (Холл) – гибкая эмоциональная система, способность произвольно управлять своими эмоциями, отходчивость.

Фактор № 3.

Межличностный аспект			0,926
Управление чувствами и эмоциями других			0,821
Интегральный показатель			0,774
осознание чувств и эмоций других людей			0,741

Таблица 3.8. Переменные фактора №3.

Третий фактор объясняет 9,09% дисперсии, состоит из четырех переменных. В состав данного фактора входят: с максимальным факторным весом - межличностный аспект (0,926) и управление чувствами и эмоциями других (0,821), далее компонент интегрального показателя (0,774) и осознание чувств и эмоций других людей. Данный фактор можно условно назвать «Социальный аспект». Этот фактор отвечает за способность студента распознавать, понимать и изменять эмоциональное состояние окружающих людей. Как правило, у таких людей хорошо функционирует механизм идентификации, который работает за счет сильной эмоциональной связи и ориентированности на другого человека. Представленный фактор включает в себя комплекс компонентов, которые позволяют представлять мир другого человека своими глазами, ставя себя на место другого. Социальный аспект помогает человеку регулировать внешнюю психическую деятельность. Интегральный показатель, который занимает третье место в распределении факторного веса, отвечает за комплексное состояние эмоционального интеллекта, т.е., все компоненты, входящие в его состав, должны обладать качественными характеристиками и реализовываться в согласовании поведения и профессиональной или учебной деятельности. Толерантное и интолерантное составляющее самого себя.

Фактор № 4.

Управление чужими эмоциями			0,805
Межличностный эмоциональный интеллект			0,749
Требуемое поведение в области аффекта			0,595
Распознавание эмоций других людей			0,577
Требуемое поведение в области контроля			-0,572

Таблица 3.9. Переменные фактора № 4.

Четвертый фактор объясняет 7,7 % дисперсии, состоит из пяти переменных. С максимальным факторным весом входит параметр управление чужими эмоциями (0,805), затем в порядке убывания: межличностный эмоциональный интеллект (0,749), требуемое поведение в области аффекта (0,595), распознавание эмоций других людей (0,577), и критерий с противоположным значением - требуемое поведение в области контроля (-0,572). Критерий управление чужими эмоциями связан с контролем интенсивности эмоций и их внешним выражением, а также способность при необходимости проявлять те или иные эмоции. Именно эта способность позволяет влиять на эмоциональное состояние других людей. Параметр управления чужими эмоциями имеет максимальный факторный вес и предполагает использование различных когнитивных навыков и процессов.

Особый интерес вызывает параметр «требуемое поведение в области контроля», который обладает противоположным значением (-0,572). Данный факт можно интерпретировать следующим образом. Противоположный смысл данной переменной состоит в том, что человек пытается контролировать окружающих людей, иметь над ними влияние, стремится к руководству и принятию решений. Демонстративное поведение в области контроля в купе с параметром «требуемое поведение в области аффекта», который означает стремление человека располагать к себе людей таким образом, чтобы между ними были более близкие эмоциональные отношения, позволяет определить данный тип как «автократ с чувственно чрезмерным типом». Склонность к доминантному межличностному поведению с

потребностью сближения со всеми окружающими. Нередко, такой тип людей использует манипулятивный метод в общении с людьми. В целом, данный фактор можно назвать «Эмоциональное воздействие».

Фактор № 5.

Выраженное поведение в области включения			0,834
Требуемое поведение в области включения			0,775
Выраженное поведение в области аффекта			0,555
Выраженное поведение в области контроля			0,531

Таблица 3.10. Переменные фактора № 5.

Пятый фактор объясняет 7,4% дисперсии. Представленный фактор состоит из четырех переменных: с максимальным факторным весом выделяется переменная «выраженное поведение в области включения» (0,834), которая подразумевает стремление к принятию другого человека, поддержанию интереса к собственной персоне, быть участником различных социальных групп. Вторым по факторному весу параметром стал «требуемое поведение в области включения» (0,775), который отвечает за желание индивида быть вовлеченным в деятельность других людей, стремление находиться в обществе. Следующая переменная «выраженное поведение в области аффекта» (0,555), означающая проявление чуткости и дружелюбности к окружающим, близкое, интимное в духовном плане отношение к другим людям. Четвертая переменная «выраженное поведение в области контроля» (0,531) означает стремление контролировать, находиться во главе социальной группы, принимать основные решения. Поскольку последняя переменная обладает небольшим факторным весом, можно принимать её во внимание, но не основываться только на ее интерпретации. Сопоставив все переменные, данный фактор можно условно назвать «Эмпатия».

3.3. Соотнесение теории Д. Гоулмана с факторным анализом.

Факторный анализ исследуемых параметров выявил наличие пяти факторов, которые мы условно идентифицировали как:

- 1) Понимание эмоций
- 2) Управление эмоциями
- 3) Социальный аспект
- 4) Эмоциональное воздействие
- 5) Эмпатия

В процессе теоретического анализа исследуемой темы, а именно в первой главе данной исследовательской работы, мы рассматривали различные теоретические модели и теории, раскрывающие суть, главные компоненты эмоционального интеллекта как феномена психологической науки. Одной из представленных нами моделей ЭИ является модель американского психолога Даниэля Гоулмана. Он обобщил и дал практические рекомендации по развитию эмоционального интеллекта, основываясь на теории Дж. Майера, П. Сэловея. Гоулман утверждал, что развитый эмоциональный интеллект способен играть решающую роль в профессиональной, социальной и личной жизнедеятельности человека. Теорию Гоулмана зачастую считают ненаучной, так как он не предоставляет никаких эмпирических данных своих практических выводов. Тем не менее, его книга «Эмоциональный интеллект», которая была выпущена в 1995 году, принесла ему известность по всему миру, а ЭИ стал популяризированным феноменом в сфере бизнеса.

В своей книге Д.Гоулман представил теоретическую модель и выделил главные составляющие компоненты эмоционального интеллекта:

- 1) Самосознание

- 2) Самоконтроль
- 3) Социальная чуткость
- 4) Управление взаимоотношениями.

По Гоулману, эмоциональный интеллект отвечает за способности человека в правильном толковании собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей для того, чтобы достигать своей цели по средствам использования полученной эмоциональной информации.

Проведя факторный анализ и сопоставив его результаты с изученными теориями об эмоциональном интеллекте, можно предположить, что набор факторов для переменных, исследуемых в данной работе можно соотнести с моделью ЭИ Д. Голумана. Следует подробнее рассмотреть каждый из компонентов и сопоставить полученные нами факторы с факторами из теории Д. Гоулмана.

Таким образом:

- 1) Понимание эмоций – Самосознание (данный фактор имеет самый большой вес для объяснения дисперсии, соответственно, он считается основным). От того насколько человек понимает себя, осознает свои эмоции, зависит и его независимость, растет уверенность в себе, появляется чувство самоуважения и потребность в самоактуализации.
- 2) Управление эмоциями – Самоконтроль (второй по весомости фактор). Человек способен контролировать стрессовую ситуацию по средствам своего отношения к ней, а также вырабатывать стрессоустойчивость, не давать импульсивных реакций.
- 3) Социальный аспект – Управление взаимоотношениями (соответственно, третий по весомости фактор). Подразумевает умение человека воодушевлять окружающих, разрешать конфликтные

ситуации, поощрять других по средствам положительных отзывов, предлагать помощь, стремление к работе в команде.

4) Эмпатия – Социальная чуткость (в факторном анализе стоит на пятом месте в распределении факторных весов). Относится к социальным навыкам, включает в себя сопереживание – участливое отношение к проблемам других людей, способность предугадывать и пытаться удовлетворить запросы и потребности педагогов, однокурсников.

5) Эмоциональное воздействие (четвертый по весомости фактор). При факторном анализе выделился пятый фактор, которого нет в модели эмоционального интеллекта Д.Гоулмана. главной задачей, которую выполняет этот фактор, является – достижение собственной цели с помощью поддержания и культивации социальных связей. Условный портрет такого студента может выглядеть следующим образом. Человек находится в центре событий, у него много знакомых, он достаточно популярен, способен донести свою точку зрения, дружелюбен, открыт к общению, но не на близком уровне (интимность), для достижения цели нередко пользуется приобретенными компетенциями в области коммуникации.

В результате факторного анализа выделилось пять факторов. Четыре фактора удалось соотнести с теоретической моделью эмоционального интеллекта Д.Гоулмана. Пятый фактор – эмоциональное воздействие, по нашему мнению, стоит рассматривать в качестве способа достижения собственной цели с помощью социальных умений.

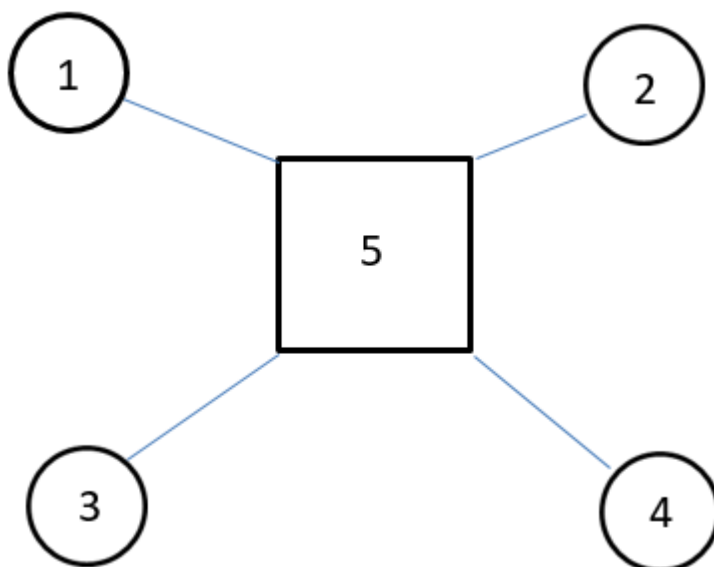


Рис.3.6 Схема факторов, выделенных факторным анализом.

Таким образом, 1 – понимание эмоций, 2 – управления эмоциями, 3 – социальный аспект, 4 – эмпатия, 5 – эмоциональное воздействие. По нашему мнению, именно такое сочетание компонентов эмоционального интеллекта позволяет студенту первого курса магистратуры успешно адаптироваться к учебному процессу. Существенное отличие такого сочетания от уже изученных – наличие пятого фактора «эмоциональное воздействие», который отвечает за способность человека подстраиваться под эмоциональное состояние других людей для достижения собственной цели, в каком-то смысле речь идет о манипуляции. В качестве рекомендации, мы предлагаем рассмотреть данный результат как комплексный подход к адаптации, который позволяет делать это более эффективно.

ВЫВОДЫ

1) Первая глава данной исследовательской работы посвящена анализу теоретических и практических подходов к пониманию феномена эмоционального интеллекта. Были рассмотрены четыре теоретические модели ЭИ, как зарубежных, так и отечественных авторов. Следует отметить, что в психологии не существует единой концепции о составе, назначении, определения и функциях эмоционального интеллекта. Теории, которые мы представили, не согласуются друг с другом. Нет единого мнения по поводу методов измерения эмоционального интеллекта. Выделяются две проблемы в теоретической сфере феномена ЭИ: множественность измерений и определений; затруднения с определением метода подсчета баллов (субъективная оценка правильного или неправильного ответа в опросниках).

2) Как показали результаты корреляционного анализа личностный адаптационный потенциал студента (ЛАП) напрямую связан с самомотивацией и способностью управлять собственными эмоциями. Подтвердилась гипотеза о статистической значимости личностного адаптационного потенциала с межличностным и внутриличностным эмоциональным интеллектом. Связь между ЛАП и требуемым поведением в области аффекта говорит о том, что, если студенту необходим контроль со стороны преподавателей или руководства университета, тогда он быстрее адаптируется к новым условиям. Эмоциональный интеллект – критерий успешной адаптации, а также устойчивое свойство личности.

3) Участие в исследовании приняли студенты с двух разных факультетов: факультет психологии и факультет международных отношений. Также, респонденты условно были поделены на две равные группы: студенты, которые поменяли специализацию, направление учебной деятельности, факультет или университет и студенты, которые

остались на своем направлении, приняли решения о более глубоком изучении выбранной специализации. В результате исследования не удалось выявить какие-либо особенности развития эмоционального интеллекта как фактора личностного адаптационного потенциала у обучающихся по различным специальностям и с разным уровнем подготовки. Таким образом, можно сделать вывод, что адаптация не зависит от уровня подготовки студента. Когда студенты поступают на первый курс магистратуры, они все находятся в равных условиях. Для успешной адаптации требуется развитие эмоционального интеллекта.

4) Факторный анализ помог выделить основные компоненты эмоционального интеллекта студентов магистратуры первого курса для их успешной социально-психологической адаптации. В первую очередь, выделился фактор понимание эмоций, затем управление эмоциями, социальный аспект, эмпатия и эмоциональное воздействие. Данный набор параметров свидетельствует о развитом эмоциональном интеллекте и поможет студенту адаптироваться к изменяющимся условиям на второй ступени высшего образования – магистратуре. Полученные факторы удалось соотнести с существующей теоретической моделью ЭИ Д. Голумана, а также выделился отдельный фактор – эмоциональное воздействие. Тем самым определяется научная новизна исследовательской работы.

5) Основываясь на теоретико-методологическом анализе эмоционального интеллекта и социально-психологической адаптации, а также проведя эмпирические исследования интересующих параметров, мы разработали практические рекомендации, программу адаптации студентов магистратуры первого курса. Программу можно изучить в Приложении Б.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Российская школа высшего образования постепенно интегрируется в условия Европейского пространства высшего образования. Магистратура - вторая ступень высшего образования в России набирает всё большую популярность, а в скором времени станет обыденностью. Магистратура может способствовать адаптации студента к будущей профессиональной деятельности, поэтому очень важно создать комфортные условия для обучения с целью стимулирования творческой, практической и научно-методической деятельности студентов. Целью нашей исследовательской работы являлась попытка определить роль эмоционального интеллекта как фактора социально-психологической адаптации студентов магистратуры первого курса, определить компоненты эмоционального интеллекта и их взаимосвязь с адаптивными способностями в рамках учебной деятельности студентов.

В первой теоретической главе мы попытались комплексно изучить феномен эмоционального интеллекта и адаптации, а также сделать акцент на том, что учебную деятельность можно рассматривать как вид трудовой деятельности. Рассмотрев различные теории и модели ЭИ, мы подробно описали методы измерения данного феномена в современной психологической науке. Кроме того, мы подробно рассмотрели понятие личностного адаптационного потенциала и природу его развития.

Вторая глава носит более инструментальный характер. Подробное описание выборки, этапы проведения исследования, цели, задачи и гипотезы исследовательской работы. Особенно важно было аргументировать выбор

методик, которые были задействованы в исследовании. Далее следует описание методов, которые были использованы для качественного и количественного анализов.

В третьей главе были представлены результаты исследования. Приведенные результаты корреляционного и факторного анализов позволяют сделать вывод, что наши гипотезы нашли свое подтверждение, эмоциональный интеллект – один из главных критериев успешной адаптации студентов магистратуры первого курса и к учебной деятельности в целом.

Результаты, которые мы получили в процессе исследования могут быть использованы как в научной сфере психологии, так и в практической. Практическим итогом нашего исследования стала разработка рекомендаций для успешной социально-психологической адаптации студентов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- 1) Ананьев Б.Г. Некоторые проблемы психологии взрослых. М., 1972. 32 с.
- 2) Андреева, И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57 – 65.
- 3) Андреева, И.Н. Развитие эмоциональной компетентности в процессе подготовки психологов / И.Н. Андреева // Минск, 21 – 23 июня 2007 г. – Минск: БГПУ, 2007. – С. 65 – 70.
- 4) Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологическая наука и образование. 2008. № 1. С. 67–73.
- 5) Бреслав, Г.М. Психология эмоций / Г.М. Бреслав. – М.: Смысл; Издат. центр «Академия», 2004. – 544 с.
- 6) Власова, О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: моногр. / О.І. Власова. – Київ: Видавничо-поліграф. центр «Київський університет», 2005. – 308 с.
- 7) Гладких, А.Г. Эмоциональный интеллект молодых людей, уровень их адаптивности и степень социализации / А.Г. Гладких // Психология XXI века: тез. междунар. науч.-практ. конф. студ. и аспирантов, Санкт-Петербург, 20 – 22 апр. 2006 г.; под ред. Б.В. Чеснокова. – СПб.: Изд-во Санкт-Петерб. ун-та, 2006. – С. 362 – 364.
- 8) Гоулман Д. Эмоциональный интеллект на работе. / Исаева А.П. – Психология:лучшее, АСТ, 2010 – 473 с.
- 9) Гоулман, Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки; пер. с англ. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. – 301 с.
- 10) Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Даниэл Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. – М.: АСТ: АСТ Москва: Хранитель, 2008. 478 с.

- 11) Деревянко С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психологический журнал. 2008 №2.
- 12) Деревянко С.П. Роль эмоционального интеллекта в процессе социально-психологической адаптации студентов / С.П. Деревянко // Инновационные образовательные технологии. – 2007. – №1.
- 13) Деревянко, С. Эмоциональный интеллект: проблемы категориальности. // Психология в современном информационном пространстве: материалы международной научной конференции / Смол. гос. ун-т. - Смоленск: Изд-во СмолГУ, 2007. - Ч. 1. - С. 108-112.
- 14) Добряк С. Ю. Динамика психологической адаптации курсантов на первом и втором году обучения в военном вузе: Автореф. дис.канд. психол. наук. СПб., 2004.
- 15) Ильин Е.И. Эмоции и чувства. – Спб Питер, 2001. – С. 633-634.
- 16) Коновалова Н. Л. Предупреждение нарушений в развитии личности при психологическом сопровождении школьников. СПб., 2000.
- 17) Кряжева И.К. Социально-психологические факторы адаптированности личности: Автореферат дис. канд. психол. наук. – М., 1980. – 24 с.
- 18) Кулганов В. А., Шенберг Л. С., Короткова И. А. Исследование адаптационного потенциала личности у подростков и молодежи // Материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения-2005» / Под ред. Л. А. Цветковой, Л. М. Шипицыной. СПб., 2005.
- 19) Ларионова С.А. Социально-психологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика: монография. – Белгород, 2002. – 200 с.
- 20) Люсин Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные // В кн.: Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / Отв. ред.: Д. В. Люсин, Д. Ушаков. М.: Институт психологии РАН, 2009. С. 264-278.
- 21) Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3 – 22.
- 22) Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования /

Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. С. 29–36.

- 23) Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. Т. 22. 2001. №1.
- 24) Манойлова, М.А. Авторская методика диагностики эмоционального интеллекта МЭИ / М.А. Манойлова // Сеть творческих учителей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.it-n.ru/communities>. (дата обращения: 11.10.2016)
- 25) Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность” (МЛО-АМ) А.Г.Маклакова и С.В.Чермянина / Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности. Под ред. Г.С.Никифорова, М.А.Дмитриевой, В.М.Снеткова – СПб., 2001. С. 127-129, 138-141.
- 26) Мороденко Е.В. Социально-психологические критерии социальной адаптации личности в переходные (кризисные) периоды (поступление в вуз, окончание вуза, первичное трудоустройство): Автореферат – Ярославль, 2011. – 23 с.
- 27) Началджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. – Ереван: ЭПО, 1988. – 262 с.
- 28) Носенко, Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: моногр. / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига. – Київ: Вища школа, 2003. – 126 с.
- 29) Пиаже Ж. Избранные психологические труды / Пер. с франц. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 680 с.
- 30) Посохова С. Т. Психология адаптирующейся личности: монография. СПб., 2001.
- 31) Реан А.А. К проблеме социальной адаптации личности // Вестник СПбГУ. – Сер 6. – 1995. – Вып. 3. – № 20. – С. 74–79.
- 32) Робертс Р.Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р.Д. Робертс, Дж. Мэттьюз, М. Зайднер, Д.В. Люсин // Психология: Журнал Высшей Школы Экономики. 2004. Т. 1. № 4. С. 3-24

- 33) Рукавишников А.А. Опросник межличностных отношений. Методическое руководство. Ярославль, 1992.
- 34) Урманцев Ю. А. Природа адаптации (системная экспликация)// «Вопросы философии». — 1998. — № 12.
- 35) Ушаков, Д.В. Социальный и эмоциональный интеллект: надежды, сомнения, перспективы / Д.В. Ушаков // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям; под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Изд-во «Ин-т психологии РАН», 2009. – С. 11 – 30.
- 36) Финкевич Л.В. Психодиагностика/ Репозиторий БГПУ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/73-diagnosis-of-interpersonal/1080-test-questionnaire-firo-b> (дата обращения: 2.11.2016)
- 37) Черных П.Я. Историко-этимологический словарь современного русского языка. В 2 т. – 5-е изд., М.: Русский язык – Медиа, 2002. – 624 с.
- 38) Шкуратов, В.А. Историческая психология / В.А. Шкуратов. – М.: Смысл, 1997. – 505 с.
- 39) Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.
- 40) Якобсон, П.М. Чувства, их развитие и воспитание / П.М. Якобсон. – М.: Знание, 1976. – 64 с.
- 41) Bar-On, R. Development of the Bar-On EQ-I: A measure of Emotional Intelligence / R. Bar-On. – Paper presented at 105th Annual Convention of American Psychological Association, Chicago, 1997.
- 42) Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory San Francisco: Jossey-Bass, 2000. P. 363–388.
- 43) Bukley, M. Skills of emotional competence: developmental implications / M. Bukley, C. Saarny // J.D. Mayer, J. Ciarrochi. Emotional intelligence in everyday life. J.D. Mayer, J. Ciarrochi (ed.), 2006. – P. 51 – 76.
- 44) Dawda, R. Assessing emotional intelligence: Reliability and validity of the Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i) in university students / R. Dawda, S.D. Hart // Journal of Personality and Individual Differences. – 2000. – 28. – P. 797 – 812.

- 45) Goleman D. Emotional intelligence. New York: Bantam Books, Inc., 1995.
- 46) Lopes P.N., Salovey P., Strauss R. Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships // Personality and Individual Differences. 2003. 35. P. 641–658.
- 47) MacCann C., Matthews G., Zeidner M., Roberts R.D. Psychological assessment of emotional intelligence: A review of self-report and performance-based testing // International Journal of Organizational Assessment. 2003. 11. P. 247–274.
- 48) Matthews G., Zeidner M. Emotional intelligence, adaptation to stressful encounters, and health outcomes // R. Bar-On, J.D.A. Parker (eds.). Handbook of emotional intelligence. New York: Jossey-Bass, 2000. P. 459–489.
- 49) Matthews G., Zeidner M., Roberts R.D. Emotional intelligence: Science and myth. Cambridge, MA: MIT Press, 2003
- 50) Mayer J.D., Caruso D.R., Salovey P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence // Intelligence. 1999. 27. P. 267–298.
- 51) Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., Sitarenios G. Modeling and measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0 // Emotion. 2003. 3. P. 97–105.
- 52) Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R. Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.). // Handbook of Intelligence. – Cambridge, England: Cambridge University Press, 2000. Pp. 396-420;
- 53) Mayer, J.D. Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings / J.D. Mayer, P. Salovey // Preventive Psychology, 1995. – 4. – P. 197 – 208.
- 54) Mayer, J.D. Emotional intelligence: Theory, Findings, and Implications / J.D. Mayer, P. Salovey, D. Caruso // Psychological Inquiry. – 2004. – Vol. 15, № 3. – P. 197 – 215.
- 55) Mayer, J.D. Human abilities: Emotional Intelligence / J.D. Mayer, R.D. Roberts, S.G. Barsade // Annual Review of Psychology, 2008. – 59:507 – 36.
- 56) Mayer, J.D. The intelligence of emotional intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey // Intelligence. N.Y. – 1993. – P. 433 – 442.

- 57) Paulhus D.L., Lysy D.C., Yik M.S.M. Self-report measures of intelligence: Are they useful proxies as IQ tests? // *Journal of Personality*. 1998. 66. P. 525–554.
- 58) Saarni, C. *Development of emotional competence* / C. Saarni. – N.Y.: Guilford Press, 1999.
- 59) Sala F. *Emotional Competence Inventory: Technical manual*. Hay Group, McClelland Center for Research and Innovation. Retrieved March, 31, 2003, from: http://www.eiconsortium.org/research/ECI_Tech_Manual.pdf (дата обращения: 12.02.2017)
- 60) Salovey, P. Some final thoughts about personality and intelligence / P. Salovey, J.D. Mayer // *Personality and Intelligence* / Eds. by R.J. Stenberg, P. Ruzgis. – Cambridge, UK: Cambridge University Press, 1994. – P. 303 – 318.
- 61) Schutte N.S., Malouff J.M., Bobik C., Coston T.D., Greeson C., Jedlicka C., Rhodes E., Wendorf G. Emotional intelligence and interpersonal relations // *Journal of Social Psychology*. 2001. 141. P. 523–536.
- 62) Zeidner M., Matthews G., Roberts R.D., McCann C. Development of emotional intelligence: Towards a multi-level investment model // *Human Development*. 2003. 46. P. 69–96
- 63) Zeidner M., Roberts R.D., Matthews G. Can emotional intelligence be schooled? A critical review // *Educational Psychologist*. 2002. 37. P. 215–231.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А.

В заключение заполните, пожалуйста, анкету, которая позволит провести статистику в целом.

Анкета. Вся информация, полученная с помощью данной анкеты, является строго конфиденциальной. Убедительная просьба ответить на все вопросы без исключения, включая контактные данные, чтобы при необходимости мы могли связаться с Вами.

ФИО _____

Возраст (число полных лет) _____

Образование (среднее, среднее специальное, неоконченное высшее, высшее, несколько высших образований) _____

Меняли ли Вы специализацию? (перешли в магистратуру с другого факультета)

С какими трудностями Вы столкнулись за время учёбы в магистратуре?

Если бы была возможность бросить учёбу или поменять специализацию, согласились бы?

Вы воспринимаете учебную деятельность как вид трудовой?

Контактные данные: тел.: +7(_____) _____ email:
_____.@_____

Дата заполнения _____

СПАСИБО!

Приложение Б.

Рекомендации для эффективной адаптации студентов.

Этапы процесса адаптации.

Процесса адаптации студентов состоит из четырёх этапов:

- 1) Подготовительный
- 2) Информационный
- 3) Ознакомительный
- 4) Адаптационный

На первом **подготовительном** этапе адаптации нужно собрать всю необходимую информацию по средствам анкетирования, опросников, чтобы выявить психологические проблемы, связанные с адаптацией: мотивация, саморегуляция поведения, способности в коммуникации с окружающими.

На втором **информационном** этапе руководству университета следует назначить куратора или наставника на каждое из направлений, который обладает достаточным объемом знаний, умений и навыков. Как правило, количество человек по направлению не велико. Именно куратор должен информировать студентов о том, что им предстоит выполнить за ближайшие 2 года обучения в магистратуре, рассказать о структуре учебного процесса, о внеучебных мероприятиях. Желательно, чтобы один куратор вел свою группу на протяжении всего обучения.

Для эффективной реализации второго этапа могут быть проведены следующие мероприятия: встреча групп, деловая игра. Именно со второго этапа начинается непосредственный процесс адаптации, о чем следует проинформировать студентов.

Третий этап адаптации – **ознакомительный**. На данном этапе рекомендуем начать серию тренингов, направленных на сплочение коллектива, осознание и трансформацию индивидуальных эмоциональных программ. Главной целью тренингов должно стать приобретение следующих компетенций:

- Распознавать свои эмоциональные состояния и других людей;
- Научиться рефлексии, осознать импульсивность своих эмоций особенно в стрессовых ситуациях;
- Научиться предугадывать свои эмоциональные реакции и реакции окружающих;
- Контроль поведения за счет эмоциональной составляющей

Адаптационный этап должен быть заключительным, решающим. После прохождения тренингов необходима итоговая диагностика – исследование изменений после ознакомительных мероприятий. Оценивается динамика группы, каждый участник по отдельности, а также наставник. По результатам обследования могут понадобиться коррекционные мероприятия, если есть необходимость. Может возникнуть ситуация, когда после проведения социально-психологической работы с группой, некоторые студенты покажут низкий уровень адаптации после итоговой диагностики.

Оценка результатов: объективные (высокий уровень адаптации после тестирования, развитие коммуникационных способностей), субъективные (отдельно каждый студент – удовлетворенность от процесса обучения, коллективом, куратором/наставником, общее психофизическое и эмоциональное состояние, оправдались ожидания); объективные оценки и мнения со стороны коллег, преподавателей, наставника.

Итоги адаптации подготавливаются непосредственно куратором или наставником по завершении проведения мероприятий, направленных на социально-психологическую адаптацию студента. В итогах можно указать уровень адаптации до и после проведения мероприятий, а также следует дать практические рекомендации для каждого из студентов. На основании

указанных данных принимается решение о дальнейшей работе со студентом, которое в обязательном порядке доводится до его сведения.

Приложение В.

Описательные статистики.

пол

		Частота	Проценты	Валидный процент	Накопленный процент
Валидные	женщины	48	58,5	58,5	58,5
	мужчины	34	41,5	41,5	100,0
	Всего	82	100,0	100,0	

образование

		Частота	Проценты	Валидный процент	Накопленный процент
Валидные	два высших	11	13,4	13,4	13,4
	высшее	71	86,6	86,6	100,0
	Всего	82	100,0	100,0	

местный

		Частота	Проценты	Валидный процент	Накопленный процент
Валидные	другое направление	38	46,3	46,3	46,3
	прежнее направление	44	53,7	53,7	100,0
	Всего	82	100,0	100,0	

трудности

		Частота	Проценты	Валидный процент	Накопленный процент
Валидные	нет	28	34,1	34,1	34,1
	да	54	65,9	65,9	100,0
	Всего	82	100,0	100,0	

поменять

		Частота	Проценты	Валидный процент	Накопленный процент
Валидные	нет	61	74,4	74,4	74,4

да	21	25,6	25,6	100,0
Всего	82	100,0	100,0	

		труд			
		Частота	Проценты	Валидный процент	Накопленный процент
Валидные	нет	39	47,6	47,6	47,6
	да	43	52,4	52,4	100,0
	Всего	82	100,0	100,0	

Непараметрические корреляции.

возраст	1,000	0,035	0,057	-0,146	-0,055	0,064	0,146
адаптивность 1	0,035	1,000	,254 [*]	,235 [*]	0,205	,260 [*]	-0,106
адаптивность 2	0,057	,254 [*]	1,000	,568 ^{**}	0,212	,885 ^{**}	-0,088
адаптивность 3	-0,146	,235 [*]	,568 ^{**}	1,000	0,166	,655 ^{**}	-,261 [*]
адаптивность 4	-0,055	0,205	0,212	0,166	1,000	,408 ^{**}	-0,088
адаптивность 5	0,064	,260 [*]	,885 ^{**}	,655 ^{**}	,408 ^{**}	1,000	-0,122
холл 1	0,146	-0,106	-0,088	-,261 [*]	-0,088	-0,122	1,000
холл 2	0,122	-0,045	,373 ^{**}	,237 [*]	-0,162	,343 ^{**}	0,090
холл 3	0,098	0,014	,275 [*]	,259 [*]	-0,209	,226 [*]	,254 [*]
холл 4	-0,116	-0,081	0,098	0,107	0,030	0,060	,266 [*]
холл 5	0,006	0,001	0,182	0,080	0,102	0,213	,341 ^{**}
люсин1	-0,004	-0,053	0,046	0,091	0,058	0,101	,236 [*]
люсин2	0,147	-0,035	,241 [*]	0,099	-0,049	,290 ^{**}	,276 [*]
люсин3	-0,143	0,102	,278 [*]	,282 [*]	-0,043	0,187	-0,022
люсин4	-0,007	-0,029	0,211	,298 ^{**}	-0,135	0,165	0,070
люсин5	0,086	0,093	0,099	0,110	-0,173	0,086	0,067
люсин6	0,099	-0,028	0,164	0,112	0,052	,235 [*]	,297 ^{**}
люсин7	-0,036	0,073	,263 [*]	,319 ^{**}	-0,144	0,192	0,029
люсин8	-0,068	0,055	0,205	,228 [*]	0,027	0,183	0,101
люсин9	0,074	-0,021	,313 ^{**}	,239 [*]	-0,164	,264 [*]	0,114
майнолова1	-0,067	0,130	0,204	0,122	-0,002	0,145	0,102
майнолова2	0,019	,267 [*]	,480 ^{**}	,440 ^{**}	0,016	,443 ^{**}	0,085
майнолова3	-0,084	0,133	0,000	,280 [*]	-0,077	0,060	0,162
майнолова4	-,239 [*]	0,123	0,206	0,194	0,172	,238 [*]	0,052
майнолова5	-0,006	,280 [*]	,440 ^{**}	,384 ^{**}	-0,013	,367 ^{**}	0,118
майнолова6	-0,208	0,161	0,115	,296 ^{**}	0,056	0,166	0,140
майнолова7	-0,105	,289 ^{**}	,339 ^{**}	,421 ^{**}	0,008	,326 ^{**}	0,164
шутц1	-,244 [*]	-0,038	-0,090	,220 [*]	0,175	-0,045	-0,216
шутц2	-0,200	-,311 ^{**}	-0,140	0,099	-0,077	-0,135	-0,001
шутц3	-0,102	0,134	-0,025	0,103	0,137	0,034	-0,045
шутц4	-0,009	-0,074	-0,088	0,122	0,153	-0,002	0,055
шутц5	-0,103	-0,137	-,220 [*]	-0,023	0,089	-0,145	0,025
шутц6	0,110	0,070	-0,035	-0,079	0,165	0,014	0,147

0,122	0,098	-0,116	0,006	-0,004	0,147	-0,143	-0,007	0,086	0,099	-0,036	-0,068
-0,045	0,014	-0,081	0,001	-0,053	-0,035	0,102	-0,029	0,093	-0,028	0,073	0,055
,373**	,275*	0,098	0,182	0,046	,241*	,278*	0,211	0,099	0,164	,263*	0,205
,237*	,259*	0,107	0,080	0,091	0,099	,282*	,298**	0,110	0,112	,319**	,228*
-0,162	-0,209	0,030	0,102	0,058	-0,049	-0,043	-0,135	-0,173	0,052	-0,144	0,027
,343**	,226*	0,060	0,213	0,101	,290**	0,187	0,165	0,086	,235*	0,192	0,183
0,090	,254*	,266*	,341**	,236*	,276*	-0,022	0,070	0,067	,297**	0,029	0,101
1,000	,634**	0,079	0,089	0,033	0,171	0,116	,435**	,282*	0,094	,361**	0,083
,634**	1,000	,239*	0,170	0,049	0,186	0,169	,384**	,257*	0,109	,345**	0,114
0,079	,239*	1,000	,540**	,411**	,257*	,226*	0,123	0,029	,391**	0,167	,353**
0,089	0,170	,540**	1,000	,431**	,481**	,330**	0,182	0,002	,543**	,219*	,418**
0,033	0,049	,411**	,431**	1,000	,390**	,465**	0,145	0,108	,858**	,294**	,837**
0,171	0,186	,257*	,481**	,390**	1,000	0,088	,275*	0,114	,786**	0,165	,271*
0,116	0,169	,226*	,330**	,465**	0,088	1,000	,445**	,218*	,356**	,784**	,859**
,435**	,384**	0,123	0,182	0,145	,275*	,445**	1,000	,418**	,254*	,788**	,338**
,282*	,257*	0,029	0,002	0,108	0,114	,218*	,418**	1,000	0,137	,633**	0,187
0,094	0,109	,391**	,543**	,858**	,786**	,356**	,254*	0,137	1,000	,286**	,696**
,361**	,345**	0,167	,219*	,294**	0,165	,784**	,788**	,633**	,286**	1,000	,628**
0,083	0,114	,353**	,418**	,837**	,271*	,859**	,338**	0,187	,696**	,628**	1,000
,437**	,353**	0,127	,269*	,260*	,536**	,377**	,718**	,617**	,454**	,719**	,368**
0,089	0,055	0,196	,234*	,264*	0,044	,403**	0,216	0,065	0,179	,341**	,387**
0,157	,334**	,259*	,355**	,292**	,332**	,511**	,364**	0,100	,377**	,434**	,470**
0,083	0,161	,346**	,268*	0,191	0,205	0,049	0,155	0,019	0,211	0,075	0,130
,217*	0,117	,284**	,283*	-0,020	0,048	0,123	0,088	-0,025	0,023	0,094	0,075
0,143	,273*	,257*	,340**	,330**	,262*	,574**	,365**	0,111	,356**	,483**	,528**
0,173	0,180	,348**	,309**	0,108	0,128	0,127	0,159	-0,012	0,133	0,118	0,141
,240*	,313**	,387**	,437**	,256*	,232*	,409**	,332**	0,050	,285**	,362**	,388**
-0,121	-0,209	-0,032	-0,036	0,081	-0,089	0,155	,228*	-0,129	0,013	0,110	0,155
0,060	0,105	0,142	0,000	0,166	-0,020	,268*	,294**	0,125	0,080	,308**	,244*
-0,044	0,065	0,023	0,046	-0,159	0,023	-0,095	-0,029	-0,129	-0,074	-0,075	-0,135
0,156	0,017	-0,026	-0,011	-0,043	0,154	-0,092	0,165	0,009	0,049	0,016	-0,083
-0,052	-0,015	-0,109	-0,177	-,239*	-,423**	-0,100	-0,094	-0,103	-,370**	-0,081	-0,184
-0,083	-0,140	0,024	0,150	0,046	,268*	-,262*	-0,076	-0,186	0,187	-,265*	-0,122

0,074	-0,067	0,019	-0,084	-,239*	-0,006
-0,021	0,130	,267*	0,133	0,123	,280*
,313**	0,204	,480**	0,000	0,206	,440**
,239*	0,122	,440**	,280*	0,194	,384**
-0,164	-0,002	0,016	-0,077	0,172	-0,013
,264*	0,145	,443**	0,060	,238*	,367**
0,114	0,102	0,085	0,162	0,052	0,118
,437**	0,089	0,157	0,083	,217*	0,143
,353**	0,055	,334**	0,161	0,117	,273*
0,127	0,196	,259*	,346**	,284**	,257*
,269*	,234*	,355**	,268*	,283*	,340**
,260*	,264*	,292**	0,191	-0,020	,330**
,536**	0,044	,332**	0,205	0,048	,262*
,377**	,403**	,511**	0,049	0,123	,574**
,718**	0,216	,364**	0,155	0,088	,365**
,617**	0,065	0,100	0,019	-0,025	0,111
,454**	0,179	,377**	0,211	0,023	,356**
,719**	,341**	,434**	0,075	0,094	,483**
,368**	,387**	,470**	0,130	0,075	,528**
1,000	0,184	,296**	0,148	0,056	,291**
0,184	1,000	,236*	0,092	0,160	,643**
,296**	,236*	1,000	,268*	0,025	,874**
0,148	0,092	,268*	1,000	,380**	,231*
0,056	0,160	0,025	,380**	1,000	0,071
,291**	,643**	,874**	,231*	0,071	1,000
0,121	0,148	0,191	,834**	,809**	0,204
,255*	,487**	,639**	,719**	,583**	,718**
0,029	0,086	-0,051	-0,092	0,060	0,002
0,148	0,099	0,079	-0,078	-0,138	0,124
-0,021	0,100	0,001	0,099	,311**	0,051
0,080	-0,081	0,037	0,035	0,127	-0,004
-,317**	-0,130	-,256*	-0,068	,261*	-,279*
0,041	-0,018	0,068	0,102	0,001	0,028