

УДК 159.922

Когуна Яна Миколаївна

*студентка факультету психології та спеціальної освіти
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара*

Когуна Яна Николаевна

*студентка факультета психологии и специального образования
Днепровского национального университета имени Олеся Гончара*

Kohuna Yana

*Student of the Faculty of Psychology and Special Education
Oles Honchar Dnipro National University*

Науковий керівник:

Стеценко Інеса Ігорівна

*старший викладач кафедри соціальної психології і психології управління
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара*

**ХАРАКТЕР ЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА
САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ
ХАРАКТЕР СВЯЗИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И
САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЦ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА
CHARACTER OF COMMUNICATION OF EMOTIONAL
INTELLIGENCE AND SELF-ACTUALIZATION OF PERSONS OF
YOUTH AGE**

Анотація. В статті представлені результати емпіричного дослідження характеру зв'язку між показниками емоційного інтелекту та прагненням до самоактуалізації у осіб юнацького віку. Вивчення емоційного інтелекту виступає важливим фактором становлення мотиваційної сфери, рефлексивного аналізу емоційних переживань,

самоставленні особистості. Результати дослідження можуть бути використані у практиці психолога або психологічної консультації. Також, результати можуть бути використані під час організації виховної роботи зі студентами, виходячи із особливостей спеціальності та віку студентів.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоційні здібності, самоактуалізація, саморегуляція, мотивація.

Анотація. В статті представлені результати емпіричного дослідження характеру зв'язу між показателями емоційного інтелекту і стремлінням к самоактуалізації у лиц юношеского возраста. Изучение емоційного інтелекту виступає важним фактором становлення мотиваційної сфери, рефлексивного аналізу емоційних переживаній, самоотношеніи личности. Результати дослідження можуть бути использованы в практике психолога или психологической консультації. Также, результати можуть бути использованы при організації виховної роботи со студентами, исходя из особенностей специальности и возраста студентов.

Ключевые слова: емоційний інтелект, емоційні здібності, самоактуалізація, саморегуляція, мотивація.

Summary. The article presents the results of an empirical study of the nature of the relationship between indicators of emotional intelligence and the desire for self-actualization in young people. The study of emotional intelligence is an important factor in the formation of the motivational sphere, a reflective analysis of emotional experiences, and self-attitude of a person. The results of the study can be used in the practice of a psychologist or psychological consultation. Also, the results can be used in organizing educational work with students, based on the characteristics of the specialty and the age of students.

Key words: *emotional intelligence, emotional abilities, self-actualization, self-regulation, motivation.*

Сучасний крос-культурний простір посилює потребу у дослідженні рівня розвитку емоційного інтелекту та самоактуалізації в юнацькому віці. Поняття «емоційного інтелекту» в психологічному тезаурусі сприяло інтенсифікації досліджень, спрямованих на операціоналізацію емоційно-інтелектуального конструкту (І. Андрєєва, О. Власова, Дж. Майер, Е. Носенко, Р. Робертс, П. Саловей), дослідження адаптивних функцій та адаптаційного потенціалу емоційного інтелекту (І. Аршава, М. Бреккет, Н. Коврига, Т. Кумскова, Г. Юсупова), виявлення зв'язку між складовими емоційного інтелекту та лідерськими, управлінськими якостями (Д. Гоулман, В. Єрмаков, А. Петровська), розвиток емоційного інтелекту та його складових (О. Приймаченко). Виявлено, що під емоційним інтелектом (EQ) розуміють сукупність здібностей, що дають змогу людині усвідомлювати й розуміти як власні емоції, так і емоції оточуючих. Люди з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту здатні керувати своєю емоційною сферою, їхня поведінка більш гнучка, тому вони з більшою легкістю досягають поставлених цілей шляхом взаємодії з іншими людьми [8].

Відзначено, що структура емоційного інтелекту включає 5 складових: самопізнання; саморегуляція; мотивація; емпатія соціальні навички.

Відомо, що термін самоактуалізація - Self-actualization – це прагнення людини до більш повного виявлення і розвитку своїх можливостей та здібностей, використовувався (К. Роджерсом і А. Маслоу). Поняття самоактуалізації інтегральне, і охоплює адекватне сприйняття навколишнього світу і людей, свого місця в ньому, багатство емоційної сфери, високий рівень психічного здоров'я і моралі, всебічний і

безперервний розвиток творчого і духовного потенціалу [1]. А. Маслоу описав вісім типів поведінки, що ведуть до самоактуалізації: 1) підвищена самосвідомість та інтенсивність інтересу; 2) відкриття себе новому, несподіваному досвіду; 3) гармонія з власною внутрішньою природою; 4) чесність і прийняття відповідальності за свої дії; 5) незалежність мислення; 6) розвиток і використання своїх здібностей і розуму; 7) культурна відкритість; 8) усвідомлення власної недосконалості [3].

Метою статті стало емпіричне дослідження характеру зв'язку емоційного інтелекту та самоактуалізації осіб юнацького віку. Ми припустили, якщо рівень емоційного інтелекту вище, то більшою мірою спостерігається ступінь зростання рівня розвитку самоактуалізації осіб юнацького віку; якщо рівень емоційного інтелекту нижче, то більшою мірою спостерігається ступінь зменшення рівня розвитку самоактуалізації осіб юнацького віку. За допомогою методики Н. Холла, що спрямована на визначення емоційного інтелекту (Таблиця 1) можна прослідити певний зв'язок між показниками емоційного інтелекту та прагненням до самоактуалізації особистості.

Таблиця 1

Коефіцієнти кореляції змінних емоційного інтелекту і самоактуалізації осіб юнацького віку

Шкали за методикою діагностики самоактуалізації особистості	Шкали за тестом визначення емоційного інтелекту Н. Холла				
	Емоційна обізнаність	Управління своїми емоціями	Самоти-вація	Емпатія	Розпізнавання емоцій інших людей
Орієнтація в часі	0,448**	0,343*	0,487**	0,339*	0,278
Цінності	0,484**	0,425**	0,353*	0,393**	0,412**
Погляд на природу людини	0,512**	0,567**	0,424**	0,502**	0,237
Потреба в пізнанні	0,398**	0,440**	0,324*	0,341*	0,236
Креативність	0,398**	0,252	0,194	0,349*	0,298*
Автономність	0,482**	0,346*	0,418**	0,297*	0,300*
Спонтанність	0,435**	0,585**	0,456**	0,464**	0,499**
Саморозуміння	0,613**	0,619**	0,478**	0,373*	0,403**

Аутосимпатія	0,504**	0,593**	0,505**	0,442**	0,458**
Контактність	0,622**	0,645**	0,642**	0,467**	0,456**
Гнучкість в спілкуванні	0,402**	0,390**	0,455**	0,439**	0,400**

Емоційна обізнаність позитивними кореляціями пов'язана зі змінними «контактність», «саморозуміння», «гнучкість в спілкуванні». Емоційний інтелект і його компонент «управління своїми емоціями», взаємопов'язаний прямими кореляціями зі змінними «ауто симпатія», «погляд на природу людини». Це вказує на те, що високий (низький) рівень управління своїми емоціями - це емоційна відхідливість, емоційна гнучкість, іншими словами, довільне управління своїми емоціями, впливає на позитивну (високу оцінку) або негативну (низьку) віри в людей, в могутність людських можливостей. Високий показник може інтерпретуватися як стійка основа для щирих і гармонійних міжособистісних стосунків, природної симпатії і довіри до людей, чесність, неупередженість, доброзичливість. Один із компонентів емоційного інтелекту «самотивація», корелює зі змінними: автономність, спонтанність, саморозуміння, аутосимпатія, контактність, гнучкість в спілкуванні.

Дослідження показало наявність статистично значущих зв'язків між показниками емоційного інтелекту за методикою Д. Люсіна та компонентами самоактуалізації.

Таблиця 2

Коефіцієнти рангової кореляції змінних емоційного інтелекту і самоактуалізації осіб юнацького віку

Шкали за методикою діагностика самоактуалізації особистості	Шкали за тестом визначення емоційного інтелекту Д. Люсіна						
	MEI	BEI	BP	MP	BU	MU	BE
Орієнтація в часі	0,605**	0,512**	0,545**	0,307*	0,466**	0,384**	0,155
Цінності	0,715**	0,609**	0,566**	0,461**	0,466**	0,384**	0,382**
Погляд на природу	0,709**	0,621**	0,549**	0,470**	0,491**	0,437**	0,271

людини							
Потреба в пізнанні	0,674**	0,526*	0,568**	0,364*	0,320*	0,426**	0,433**
Креативність	0,507*	0,423**	0,339*	0,345*	0,306*	0,491**	0,239
Автономність	0,602**	0,472**	0,534**	0,305*	0,211	0,122	0,393**
Спонтанність	0,699**	0,646**	0,559**	0,523**	0,532**	0,367*	0,368
Саморозуміння	0,723**	0,686**	0,643**	0,397**	0,460**	0,360*	0,535**
Аутосимпатія	0,790**	0,675**	0,689**	0,482**	0,487**	0,391**	0,429**
Контактність	0,768**	0,767**	0,707*	0,511**	0,653**	0,382**	0,518*
Гнучкість в спілкуванні	0,660**	,582**	0,549**	0,537**	0,384**	0,203	0,263

Виходячи з отриманих результатів, можна зазначити, що з таблиці 2 видно, що емоційний інтелект і його компоненти пов'язані позитивними кореляціями (від слабких - до середніх) з цінністю, саморозумінням, аутосимпатією, контактністю, гнучкістю в спілкуванні. Це означає, що з підвищенням рівня емоційного інтелекту збільшується рівень здатності суб'єкта цінувати свої достоїнства, поважати себе за них, здатності до встановлення міцних і доброзичливих стосунків з оточенням, до адекватного самовираження в спілкуванні, спостерігається автентична взаємодія з оточенням, здібність до саморозкриття, такі люди орієнтовані на особове спілкування, не схильні прибігати до фальшивості або маніпуляції. Таким чином, з підвищенням рівнів управління емоціями і розуміння емоцій збільшується міра прийняття людиною цінностей, що само актуалізується, наскільки вона живе сьогоднішнім, не відкладаючи своє життя «на потім» і не намагається знайти притулок у минулому; добре розуміє екзистенціальну цінність життя «тут і тепер», здатна насолоджуватися актуальним моментом, не порівнюючи його з минулими.

Змінні, пов'язані з розумінням емоцій: «розуміння своїх емоцій», «розуміння чужих емоцій», утворюють слабкі і помірні позитивні зв'язки зі змінними «автономність» і «спонтанність». Тобто, з підвищенням рівня усвідомлення емоцій, їх розпізнавання і здатності до вербального опису пов'язано збільшення чутливості до власних потреб і почуттів, а також

розвиток здатності індивіда спонтанно і безпосередньо виражати свої почуття.

Таким чином, виявлено, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту в цілому, здатні ефективно розуміти свої і чужі емоції і управляти ними, схильні приймати цінності, властиві особі, що само актуалізується. Люди з високим рівнем розуміння емоцій, сенситивні до власних потреб і почуттів, здатні спонтанно і безпосередньо їх виражати.

Проведене дослідження дозволяє сформулювати такі висновки: з підвищенням - зниженням рівня емоційної самосвідомості і вираженням емоцій, емпатійності, вмінню управляти власним емоційним світом, відбувається відповідне підвищення або зниження рівня самоактуалізації особистості. Особи з високим рівнем розуміння емоцій, сензитивні до власних потреб і почуттів, здатні спонтанно і безпосередньо їх висловлювати. Подальшими дослідженнями з даної тематики є побудова теоретичної моделі емоційного інтелекту, розробка на її основі культурно-специфічних методик вимірювання емоційного інтелекту в середовищі україномовних респондентів, подальша апробація та валідація цих методик.

Література

1. Зиглер Д., Хьюел Л. Теория личности. СПб.: в 6 т. М.: Педагогика, 2000.
2. Роджерс К. Клиент-центрированная терапия / К. Роджерс. М: Рефл-бук; К. : Ваклер, 1997. 320 с.
3. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. СПб.: Питер, 2008.
4. Горская Н.И., Глызина В.Е. Теоретические подходы к возрастному аспекту самоактуализации личности / Н. И. Горская, В. Е. Глызина // Вестник Иркутского Государственного Технического Университета. 2012. № 4. С. 215-218. ISSN 1814-3520. Библиогр.: С. 218.

5. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации // Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М., 2009.
6. Андреева И.Н. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и индивидуальных проявлений самоактуализации // Л.С. Выготский и современная культурно-историческая психология: проблемы онтогенеза морального сознания и поведения. Международная науч. конференция / науч. ред. А.А. Лытко, И.В. Сильченко. Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2006. С. 128-131.
7. Зиглер Д., Хьюел Л. Теория личности. СПб.: в 6 т. М.: Педагогика, 2000.
8. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д.В. Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования; под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Ин-т психологии РАН, 2004. С. 29–36.