

## ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И РЕФЛЕКСИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

А. М. Двойнин, Г. И. Данилова

В статье описываются результаты эмпирического исследования особенностей эмоционального интеллекта и рефлексивности у студентов, обучающихся на психологическом факультете. Использовались следующие методы: «Опросник ЭмИн» (Д. В. Люсин), методика определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов). Полученные результаты подверглись сравнительному и корреляционному анализу. Было установлено, что эмоциональный интеллект студентов-психологов находится в целом на среднем уровне развития. По своей структуре он однороден, так как уровень выраженности отдельных компонентов эмоционального интеллекта примерно одинаков и практически не изменяется в процессе обучения. Рефлексивность студентов-психологов также выражена в средней степени и не претерпевает существенных изменений в процессе обучения. В целом, между эмоциональным интеллектом и рефлексивностью студентов психологического отделения взаимосвязь отсутствует.

### Введение

В сложившихся условиях увеличения числа стрессовых ситуаций и невротических реакций на них человека в обществе возрастает потребность в психологической помощи. В своей деятельности психолог нередко сталкивается со сложными задачами, требующими неординарного, нестандартного подхода к решению сложившейся проблемы у клиента. Психологу необходимо уметь распознавать и воздействовать на эмоциональное состояние других людей, контролировать и распознавать собственные переживания. Данные способности в психологической науке стали обозначать термином «эмоциональный интеллект».

Основоположниками идеи эмоционального интеллекта являются П. Сэловеи и Дж. Майер. По П. Сэловею, эмоциональный интеллект включает в себя ряд способностей: точное распознавание собственных и чужих эмоций, эмпатию, управление своими и чужими эмоциями, стратегическое использование эмоций в целях мотивации и решения задач<sup>1</sup>.

В ходе дальнейшего развития исследований Д. Гоулман указал на характерные факторы эмоционального интеллекта, отличающие его от уровня IQ, на-

---

<sup>1</sup> Mayer J. D., Caruso D. R., Salovey P. Emotional intelligence meets traditional standarts for an intelligence // Intelligence. N. Y., 1999. V. 27. P. 267–298.

пример: умение сопереживать и надеяться, проявление гибкости в отношении к самому себе<sup>2</sup>.

Р. Бар-Он определил эмоциональный интеллект как все некогнитивные способности, знания и компетентность, дающие человеку возможность успешно справляться с различными жизненными ситуациями. Он выделил пять обширных сфер компетенции, в каждой из которых отметил более специфические навыки, ведущие к достижению успеха<sup>3</sup>:

- 1) познание собственной личности (осведомленность о собственных эмоциях, уверенность в себе, самоуважение, самореализация, независимость);
- 2) навыки межличностного общения (межличностные взаимоотношения, социальная ответственность, сопереживание);
- 3) способность к адаптации (решение проблем, оценка реальности, приспособляемость);
- 4) управление стрессовыми ситуациями (устойчивость к стрессу, импульсивность, контроль);
- 5) преобладающее настроение (счастье, оптимизм).

На сегодняшний день разработка концепции эмоционального интеллекта активно осуществляется как зарубежными, так и отечественными психологами.

Одной из теоретических основ настоящего исследования явилась концепция эмоционального интеллекта, разрабатываемая Д. В. Люсиным. Ученый считает, что *эмоциональный интеллект* можно представить в виде конструкта, имеющего двойственную структуру, который, с одной стороны, связан с когнитивными способностями, а с другой стороны — с личностными характеристиками. «Представляется неправильным трактовать *его* как чисто когнитивную способность по аналогии с пространственным или вербальным интеллектом. Разумно предположить, что способность к пониманию эмоций и управлению ими очень тесно связана с общей направленностью личности на эмоциональную сферу, т. е. с интересом к внутреннему миру людей (в том числе и к своему собственному), склонностью к психологическому анализу поведения, с ценностями, приписываемыми эмоциональным переживаниям»<sup>4</sup>.

Д. В. Люсиным создана также методика измерения эмоционального интеллекта «Опросник ЭМИн»<sup>5</sup>. В основу опросника положена трактовка эмоционального интеллекта (ЭИ) как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими (см. табл. 1).

<sup>2</sup> Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. М., 2005.

<sup>3</sup> Стернберг Р. Практический интеллект. СПб., 2002.

<sup>4</sup> Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. М., 2004. С. 34.

<sup>5</sup> Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3–22.

**Априорная структура эмоционального интеллекта,  
положенная в основу «Опросника ЭМИн»  
(по Д. В. Люсину)**

|                     | <b>Межличностный ЭИ</b>    | <b>Внутриличностный ЭИ</b> |
|---------------------|----------------------------|----------------------------|
| Понимание эмоций    | Понимание чужих эмоций     | Понимание своих эмоций     |
| Управление эмоциями | Управление чужими эмоциями | Управление своими эмоциями |

Помимо эмоционального интеллекта, в совместную работу психолога и клиента включаются рефлексивные процессы. Психолог, ведя клиента по пути осознания своей жизни, «запускает» в его самосознании рефлексивные механизмы. Для продуктивной работы с клиентом у психолога должна быть развита рефлексивность — способность выходить за пределы собственного «я», определяющая общую эффективность осознанной регуляции психической деятельности, умение конструировать и удерживать образ своего «я» в контексте переживаемого события, установку по отношению к самому себе в плане своих возможностей, социальной значимости, самоуважения и самоутверждения.

Рассматривая рефлексивность как психический процесс, можно говорить о рефлексивности как о некотором психологическом свойстве, особенной характеристике человеческой психики. Понятие рефлексии в психологии рассматривается так или иначе как процесс, но трактовок существует множество. В структуре самосознания одни исследователи отождествляют с рефлексией когнитивную эмпатию, другие не отделяют ее от самопознания.

Рефлексия — это поворот на себя, процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний. На основании рефлексии формируется рефлексивность как некоторое психическое свойство. Рефлексивность — это именно качество, психическое свойство, входящее в круг значений более общих понятий «психические свойства», «индивидуальные качества». Рефлексивность позволяет дифференцировать психическое не «познающее» и «познаваемое», тем самым конституируя его как предмет познания. Рефлексивность имеет свою меру выраженности — диапазон, в котором варьируется уровень ее развития<sup>6</sup>.

Рефлексивность представляет собой одну из основных граней психической реальности, соотносится с рефлексией в целом и является особой качественной характеристикой субъекта и его психики; это психическое свойство, уникальное для человека<sup>7</sup>.

Теоретически опираясь на представления о рефлексивности А. В. Карпова, в нашем исследовании мы будем придерживаться понимания рефлексивности как базового свойства личности, благодаря которому происходит осознание и регуляция человеком своей деятельности, способствующее эффективному взаимодействию его с миром<sup>8</sup>.

<sup>6</sup> Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М., 2004.

<sup>7</sup> Щучковская Е. С. Место рефлексивности в процессе самоактуализации студентов: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2008.

<sup>8</sup> Карпов А. В. Указ. соч.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта и рефлексивности — одна из важных составляющих профессионализации студентов психологического отделения.

*Целью настоящего исследования* является определение взаимосвязи эмоционального интеллекта и рефлексивности у студентов-психологов.

Нами были выдвинуты следующие *гипотезы*:

1. Уровень эмоционального интеллекта и рефлексивности у студентов психологического отделения будет возрастать от 1 к 5 курсу.

2. Между эмоциональным интеллектом и рефлексивностью студентов психологического отделения существует взаимосвязь.

*Экспериментальной базой исследования* стал Московский педагогический государственный университет. Испытуемые — студенты факультета педагогики и психологии университета, будущие психологи, в возрасте от 16 до 23 лет. Общее количество испытуемых — 60 человек (1 курс — 20 человек, 3 курс — 20 человек, 5 курс — 20 человек). Гендерные различия при проведении исследования не учитывались.

Для решения поставленных исследовательских задач были использованы следующие *методы исследования*: «Опросник ЭМИн» (Д. В. Люсин), методика определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов).

### **«Опросник ЭМИн» (Д. В. Люсин)**

#### ***Основные измерительные шкалы:***

*Шкала МЭИ* (межличностный эмоциональный интеллект) — способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими.

*Шкала ВЭИ* (внутриличностный эмоциональный интеллект) — способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими.

*Шкала ПЭ* (понимание эмоций) — способность к пониманию своих и чужих эмоций.

*Шкала УЭ* (управление эмоциями) — способность к управлению своими и чужими эмоциями.

#### ***Субшкалы:***

*Субшкала МП* (понимание чужих эмоций) — способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикация, звучание голоса) и / или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.

*Субшкала МУ* (управление чужими эмоциями) — способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций, возможно, склонность к манипулированию людьми.

*Субшкала ВП* (понимание своих эмоций) — способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию.

*Субшкала ВУ* (управление своими эмоциями) — способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

*Субшкала ВЭ* (контроль экспрессии) — способность контролировать внешние проявления своих эмоций.

Результаты основных шкал получаются путем суммирования результатов по соответственным субшкалам:

$$\text{МЭИ} = \text{МП} + \text{МУ};$$

$$\text{ВЭИ} = \text{ВП} + \text{ВУ} + \text{ВЭ};$$

$$\text{ПЭ} = \text{МП} + \text{ВП};$$

$$\text{УЭ} = \text{МУ} + \text{ВУ} + \text{ВЭ}.$$

### Методика определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов)

Методика определения индивидуальной меры рефлексивности состоит из 27 утверждений, каждое из которых следует оценить: 1 — абсолютно неверно, 2 — неверно, 3 — скорее неверно, 4 — не знаю, 5 — скорее верно, 6 — верно, 7 — совершенно верно. Все ответы заносятся испытуемым в таблицу. Высокий балл по индивидуальной мере рефлексивности характеризует высокий уровень развития; средний балл — средний уровень; низкий балл — низкий уровень.

### Сравнительный анализ результатов диагностики эмоционального интеллекта

Полученные результаты по субшкалам и основным шкалам методики «Опросник ЭМИн» представлены на рис. 1 и 2.

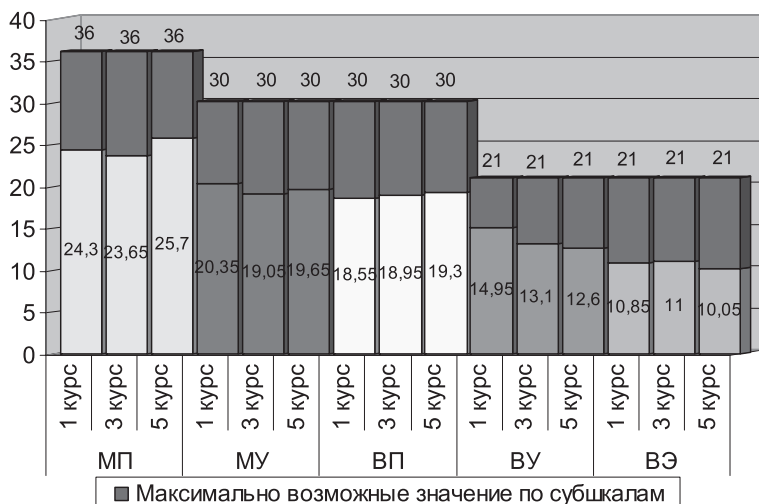


Рис. 1. Результаты диагностики эмоционального интеллекта у студентов-психологов (по субшкалам)

*Примечание:* МП — понимание чужих эмоций, МУ — управление чужими эмоциями, ВП — понимание своих эмоций, ВУ — управление своими эмоциями, ВЭ — контроль экспрессии.

*Студенты 1 курса.* Сравнительный анализ по основным шкалам и субшкалам эмоционального интеллекта у студентов 1 курса показывает, что полученные результаты находятся в пределах средних значений по отношению к максимально возможным показателям.

Показатели по субшкалам «Понимание чужих эмоций» ( $m = 24,3, \sigma = 4,01$ ), и «Управление чужими эмоциями» ( $m = 20,35, \sigma = 2,94$ ) имеют тенденцию к максимальным значениям. Данные субшкалы относятся к межличностному эмоциональному интеллекту.

Наименее выраженными являются показатели по субшкалам «Понимание своих эмоций» ( $m = 18,55, \sigma = 2,46$ ) и «Управление своими эмоциями» ( $m = 14,95, \sigma = 2,35$ ). Данные шкалы относятся к внутриличностному эмоциональному интеллекту. Полученные результаты могут свидетельствовать о том, что у студентов-психологов лучше развита способность к пониманию эмоционального состояния человека на основе внешних проявлений, способность вызывать у людей те или иные эмоции, чем способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими. Таким образом, у студентов-психологов 1 курса лучше развит межличностный эмоциональный интеллект, чем внутриличностный.

Также наименее выраженным является показатель по субшкале «Контроль экспрессии» ( $m = 10,85, \sigma = 2,98$ ). Это свидетельствует о том, что студенты 1 курса не всегда умеют контролировать внешнее проявление собственных эмоций.

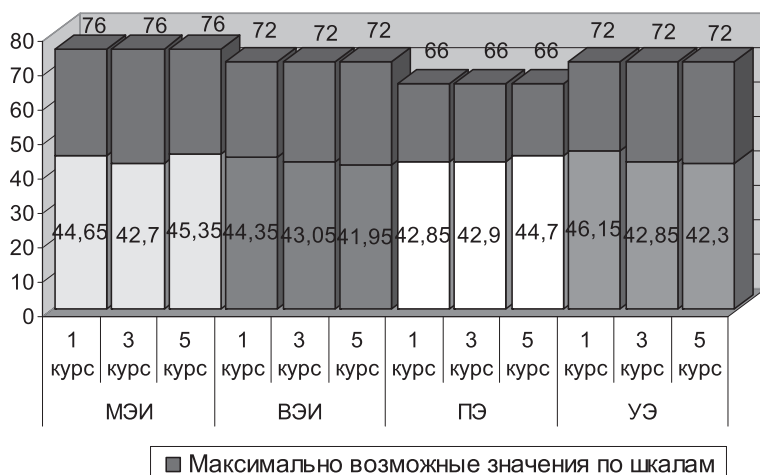


Рис. 2. Результаты диагностики эмоционального интеллекта у студентов-психологов (по основным шкалам)

*Примечание:* МЭИ — межличностный эмоциональный интеллект, ВЭИ — внутриличностный эмоциональный интеллект, ПЭ — понимание эмоций, УЭ — управление эмоциями.

Показатель по основной шкале «Управление эмоциями» ( $m = 46,15, \sigma = 5,71$ ) — средний, но имеет тенденцию к высокому показателю и является наиболее выраженным у студентов-психологов 1 курса. Наименее выраженным

является показатель по шкале «Понимание эмоций» ( $m = 42,85$ ,  $\sigma = 5,15$ ). Это означает, что студенты-психологи 1 курса лучше контролируют свои и чужие эмоции по сравнению со способностью распознать эмоцию, понять причину, вызвавшую данную эмоцию.

Показатели по шкалам «Межличностный эмоциональный интеллект» ( $m = 44,65$ ,  $\sigma = 6,25$ ) и «Внутриличностный эмоциональный интеллект» ( $m = 44,35$ ,  $\sigma = 5,37$ ) также имеют тенденцию к высоким показателям и являются практически идентичными. Это может говорить о том, что межличностный эмоциональный интеллект и внутриличностный эмоциональный интеллект у студентов психологического отделения связаны друг с другом. Эти два компонента предполагают актуализацию когнитивных навыков и процессов.

В целом, мы не наблюдаем больших разбросов показателей по анализируемым основным шкалам. Это свидетельствует о том, что способности к пониманию и управлению эмоциями, межличностный и внутриличностный эмоциональный интеллект есть устойчивый комплекс составляющих эмоционального интеллекта студентов-психологов 1 курса.

**Студенты 3 курса.** Сравнительный анализ по основным шкалам и субшкалам эмоционального интеллекта у студентов 3 курса показал, что полученные результаты также находятся в пределах средних значений.

Наиболее выраженными являются показатели по субшкалам «Понимание чужих эмоций» ( $m = 23,65$ ,  $\sigma = 4,22$ ), «Управление чужими эмоциями» ( $m = 19,05$ ,  $\sigma = 4,19$ ) и «Понимание своих эмоций» ( $m = 18,55$ ,  $\sigma = 2,46$ ). Менее выраженными являются показатели по субшкалам «Управление своими эмоциями» ( $m = 13,1$ ,  $\sigma = 3,52$ ) и «Контроль экспрессии» ( $m = 11$ ,  $\sigma = 3,31$ ). Таким образом, можно говорить о том, что у студентов 3 курса лучше развиты способности к пониманию и управлению чужими эмоциями, чем способность распознавать свои эмоции, контролировать их вербальное и невербальное выражение.

Показатель по основной шкале «Внутриличностный эмоциональный интеллект» ( $m = 43,05$ ,  $\sigma = 7,45$ ) имеет тенденцию к высокому значению. Видимо, это обусловлено тем, что его компонентами являются понимание и управление своими эмоциями и контроль экспрессии.

Наименее выражены показатели по основным шкалам «Межличностный эмоциональный интеллект» ( $m = 42,7$ ,  $\sigma = 7,11$ ), «Понимание эмоций» ( $m = 42,9$ ,  $\sigma = 6,75$ ) и «Управление эмоциями» ( $m = 42,85$ ,  $\sigma = 6,88$ ), показатели по субшкалам являются чуть более низкими по сравнению с показателями студентов 1 курса.

В целом, можно констатировать, что у студентов-психологов 3 курса лучше развит внутриличностный эмоциональный интеллект, чем межличностный. Студенты 3 курса лучше понимают и управляют своими эмоциями, чем чужими.

**Студенты 5 курса.** Сравнительный анализ результатов диагностики студентов-психологов 5 курса по основным шкалам и субшкалам эмоционального интеллекта выявил наличие средних показателей по сравнению с максимально возможными.

Показатели по субшкалам «Понимание чужих эмоций» ( $m = 25,7$ ,  $\sigma = 4,17$ ), «Управление чужими эмоциями» ( $m = 19,65$ ,  $\sigma = 3,90$ ), «Понимание своих эмо-

ций» ( $m = 19,3$ ,  $\sigma = 3,78$ ) являются наиболее выраженными и имеют тенденцию к высоким значениям. Наименее выраженными и имеющие тенденцию к низким значениям являются показатели по субшкалам «Управление своими эмоциями» ( $m = 12,6$ ,  $\sigma = 3,44$ ) и «Контроль экспрессии» ( $m = 10,05$ ,  $\sigma = 4,30$ ). Это свидетельствует о том, что студенты 5 курса психологического отделения лучше понимают свои и чужие эмоции, однако в большей мере склонны управлять эмоциями других людей, манипулировать ими, чем управлять своими эмоциями и их вербальным выражением. Очевидно, это связано с недостаточной профессиональной зрелостью.

Наиболее выраженными показателями, имеющими тенденцию к высоким, являются значения по основным шкалам «Межличностный эмоциональный интеллект» ( $m = 45,35$ ,  $\sigma = 7,5$ ) и «Понимание эмоций» ( $m = 44,7$ ,  $\sigma = 7,29$ ). Менее выраженными являются показатели по шкалам «Внутриличностный эмоциональный интеллект» ( $m = 41,95$ ,  $\sigma = 10,37$ ) и «Управление эмоциями» ( $m = 42,3$ ,  $\sigma = 10,31$ ). Данные результаты говорят о том, что у студентов-психологов 5 курса лучше развит межличностный эмоциональный интеллект, чем внутриличностный, развита способность к пониманию собственных и чужих эмоций, чуткость к внутренним состояниям других людей и менее развита способность к управлению собственными эмоциями.

**Общие тенденции.** В целом, видно, что все показатели студентов-психологов по трем курсам находятся в пределах средних значений. Наиболее выраженными и имеющими тенденцию к высоким значениям на всех трех курсах являются показатели по субшкалам «Понимание чужих эмоций» и «Управление чужими эмоциями». Это может говорить о том, что межличностный эмоциональный интеллект студентов психологического отделения развивается в процессе обучения. Менее выраженными являются показатели по субшкалам «Управление своими эмоциями», «Понимание своих эмоций» и «Контроль экспрессии», что может говорить о снижении контроля над эмоциональным состоянием у студентов-психологов в процессе обучения.

Перейдем к дифференцированному анализу различий между 1, 3 и 5 курсами студентов по отдельным субшкалам и шкалам методики «Опросник ЭМИн».

#### **Субшкалы эмоционального интеллекта:**

1) *Понимание чужих эмоций.* Рис. 1 показывает, что значения по шкале «Понимание чужих эмоций» немного изменяются. На 1 курсе  $m = 24,3$  ( $\sigma = 4,01$ ), на 3 курсе  $m = 23,65$  ( $\sigma = 4,22$ ), на 5 курсе  $m = 25,7$  ( $\sigma = 4,17$ ). Однако критерий Манна—Уитни показал, что различий между курсами в уровне данного признака нет: 1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 431,5$ ; 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 365$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 350$ . Скорее всего, это связано с тем, что способность к пониманию чужих эмоций уже сформирована у студентов-психологов, определенный уровень ее развития достигнут. Вероятно, в дальнейшем идет количественное накопление эмоционального опыта, но не развитие данной способности.

2) *Управление чужими эмоциями.* Показатели по данной шкале практически неизменны. На 1 курсе  $m = 20,35$  ( $\sigma = 2,94$ ), на 3 курсе  $m = 19,05$  ( $\sigma = 4,19$ ), на 5 курсе  $m = 19,65$  ( $\sigma = 3,90$ ). Критерий Манна—Уитни также показал отсутствие различий: 1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 433$ ; 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 436,5$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 404,5$ .



Видимо, способность к управлению чужими эмоциями уже сформирована у студентов-психологов к моменту обучения в вузе. Данная способность не изменяется в процессе обучения.

3) *Понимание своих эмоций*. По данной шкале мы наблюдаем отсутствие различий. На 1 курсе  $m = 18,55$  ( $\sigma = 2,46$ ), на 3 курсе  $m = 18,95$  ( $\sigma = 4,02$ ), на 5 курсе  $m = 19,3$  ( $\sigma = 3,78$ ). Критерий Манна–Уитни также показывает, что различий нет: 1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 383$ ; 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 385$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 408$ . Отсутствие различий говорит о том, что способность к пониманию собственных эмоций у студентов психологического факультета во время всего курса обучения не развивается, оставаясь в пределах средних значений.

4) *Управление своими эмоциями*. По данным гистограммы видно, что значения по шкале имеют убывающую тенденцию. На 1 курсе  $m = 14,95$  ( $\sigma = 2,35$ ), на 3 курсе  $m = 13,1$  ( $\sigma = 3,52$ ), на 5 курсе  $m = 12,6$  ( $\sigma = 3,44$ ). Критерий Манна–Уитни показывает, что различий нет: 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 468$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 439$ ; и различия есть между 1 и 5 курсом:  $U_{\text{эмп.}} = 503,5$  при  $p = 0,0056$ . По-видимому, данное различие обусловлено личностным развитием и связано с процессом обучения. Во-первых, процесс обучения располагает к овладению юношами и девушками определенных новых для них норм и правил поведения, принятых в вузе и учебном коллективе. Новая социальная среда, в которую попадает студент-психолог на 1 курсе, побуждает к соблюдению этих норм. Во-вторых, в юношеском возрасте возрастает число стрессовых факторов, что обуславливает эмоциональную неустойчивость студента.

5) *Контроль экспрессии*. По данной шкале значения слабо варьируются. На 1 курсе  $m = 10,85$  ( $\sigma = 2,98$ ), на 3 курсе  $m = 11$  ( $\sigma = 3,31$ ), на 5 курсе  $m = 10,05$  ( $\sigma = 4,30$ ). Критерий Манна–Уитни также показал отсутствие различий: 1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 439$ , 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 406$ , 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 437,5$ . Таким образом, контроль над внешним проявлением своих эмоций у студентов психологического отделения не изменяется и остается в пределах средних значений с тенденцией к низким показателям. Мы предполагаем, что контроль над внешним проявлением своих эмоций связан с личными особенностями темперамента и характера студента-психолога.

#### ***Шкалы эмоционального интеллекта:***

1) *Межличностный эмоциональный интеллект*. По данным гистограммы на рис. 2 видно, что уровень межличностного эмоционального интеллекта в процессе обучения не изменяется. На 1 курсе  $m = 44,65$  ( $\sigma = 6,25$ ), на 3 курсе  $m = 42,7$  ( $\sigma = 7,11$ ), на 5 курсе  $m = 45,35$  ( $\sigma = 7,5$ ). Критерий Манна–Уитни показал отсутствие различий: 1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 447$ ; 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 401,5$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 362$ . Следовательно, межличностный эмоциональный интеллект не развивается в процессе обучения и остается в пределах средних значений. Значит, определенный уровень способностей к пониманию и управлению эмоциями других людей уже достигнут к моменту поступления в вуз.

2) *Внутриличностный эмоциональный интеллект*. Уровень внутриличностного эмоционального интеллекта практически неизменен: на 1 курсе  $m = 44,35$  ( $\sigma = 5,37$ ), на 3 курсе  $m = 43,05$  ( $\sigma = 7,45$ ), на 5 курсе  $m = 41,95$  ( $\sigma = 10,37$ ). Критерий Манна–Уитни также показал отсутствие различий по этой шкале:

1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 439,5$ ; 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 451$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 427$ . Таким образом, можно заключить, что способность к осознанию своих эмоций, управление своими эмоциями у студентов-психологов в процессе обучения значимо не развивается.

3) *Понимание эмоций*. Рис. 2 показывает отсутствие различий между курсами по данной шкале. На 1 курсе  $m = 42,85$  ( $\sigma = 5,15$ ), на 3 курсе  $m = 42,9$  ( $\sigma = 6,75$ ), на 5 курсе  $m = 44,7$  ( $\sigma = 7,29$ ). Критерий Манна–Уитни подтвердил отсутствие различий: 1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 399,5$ ; 1–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 375$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 376,5$ . Мы предполагаем, что отсутствие развития в понимании эмоций студентами-психологами в процессе обучения обусловлено определенным уровнем сформированности данного компонента, который в новой социальной ситуации не подвергается существенным изменениям, несмотря на образовательное профессиональное воздействие.

4) *Управление эмоциями*. На рис. 2 видно, что уровень управления эмоциями не изменяется: на 1 курсе  $m = 46,15$  ( $\sigma = 5,71$ ), на 3 курсе  $m = 42,85$  ( $\sigma = 6,88$ ), на 5 курсе  $m = 42,3$  ( $\sigma = 10,31$ ). Критерий Манна–Уитни показал: 1–3 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 468,5$ ; 3–5 курсы  $U_{\text{эмп.}} = 427$ , что свидетельствует об отсутствии различий. Между первым и третьим курсом различия есть:  $U_{\text{эмп.}} = 485,5$  при  $p = 0,0289$ . Видимо, различия обусловлены личностным развитием. Студенты, от которых требуется соблюдение дисциплины, научаются лучше управлять своими эмоциями. К тому же, в юношеском возрасте возрастает число стрессовых факторов, что обуславливает эмоциональную неустойчивость студента.

### Сравнительный анализ результатов диагностики рефлексивности

Данные, полученные по методике определения индивидуальной меры рефлексивности, представлены на рис. 3.

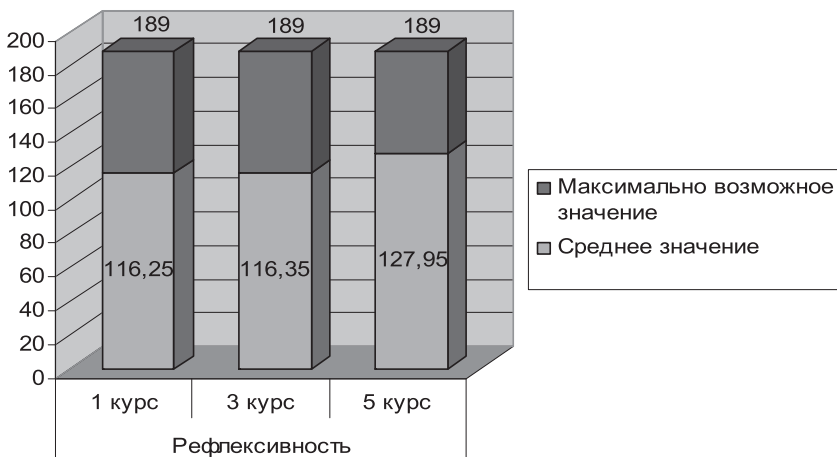


Рис. 3. Результаты диагностики рефлексивности у студентов психологического отделения

Сравнительный анализ рефлексивности студентов 1, 3 и 5 курсов показал, что полученные результаты находятся в пределах средних значений: на 1 курсе  $m = 116,25$  ( $\sigma = 14,91$ ), на 3 курсе  $m = 116,35$  ( $\sigma = 11,37$ ), на 5 курсе  $m = 127,95$  ( $\sigma = 8,05$ ).  $t$ -критерий Стьюдента показал отсутствие статистически значимых различий: 1–3 курсы  $t = 0,08$ ; 1–5 курсы  $t = 1,03$ ; 3–5 курсы  $t = 0,95$  при  $p \geq 0,05$  и  $v = 38$ .

Мы предполагаем, что определенный уровень рефлексивности сформирован у студентов психологического отделения к моменту обучения в вузе. Тем не менее можно говорить о том, что существует тенденция к возрастанию рефлексивности от 1-го к 5 курсу (которая, однако, не доходит до статистически достоверного уровня). Скорее всего, данная тенденция обусловлена поиском себя в юношеском возрасте и опосредствованно связана с процессом обучения. Возрастание рефлексивности может быть обусловлено тем, что пятый год обучения — это итоговый год учебы, после которого молодым специалистам предстоит жизненное и дальнейшее профессиональное самоопределение.

### **Корреляционный анализ результатов исследования эмоционального интеллекта и рефлексивности**

Данные, полученные нами по методике «Опросник ЭМИн» и методике определения индивидуальной меры рефлексивности, были подвергнуты корреляционному анализу при помощи линейного коэффициента корреляции Пирсона ( $r$ ). При этом предварительно нами проведена стандартизация (перевод из «сырых» баллов в зениты) результатов обеих методик. Этим был достигнут переход от порядковой статистической шкалы к интервальной шкале с нормальным распределением, что позволило применить коэффициент Пирсона. Результаты корреляционного анализа представлены в табл. 2. Достоверные корреляции выделены жирным шрифтом.

*Студенты 1 курса.* Коэффициент корреляции всех шкал эмоционального интеллекта, и рефлексивности у 1 курса имеет низкие значения. Тенденция к взаимосвязи наблюдается между рефлексивностью и такими шкалами эмоционального интеллекта, как: «Понимание чужих эмоций»  $r = 0,209$  ( $p \geq 0,05$ ), «Управление чужими эмоциями»  $r = 0,260$  ( $p \geq 0,05$ ), «Понимание своих эмоций»  $r = 0,159$  ( $p \geq 0,05$ ), «Межличностный эмоциональный интеллект»  $r = 0,257$  ( $p \geq 0,05$ ), «Понимание эмоций»  $r = 0,238$  ( $p \geq 0,05$ ), «Контроль экспрессии»  $r = -0,218$  ( $p \geq 0,05$ ). Возможно, что на взаимосвязь рефлексивности с данными шкалами может воздействовать третий фактор. Вполне вероятно, что связь может проявиться на статистическом уровне достоверности при больших объемах выборки.

Наиболее низкие значения коэффициента корреляции наблюдаются между рефлексивностью и такими шкалами эмоционального интеллекта, как: «Управление своими эмоциями»  $r = -0,068$  ( $p \geq 0,05$ ), «Внутриличностный эмоциональный интеллект»  $r = -0,078$  ( $p \geq 0,05$ ), «Управление эмоциями»  $r = -0,008$  ( $p \geq 0,05$ ). Следовательно, можно говорить о том, что между данными шкалами и рефлексивностью нет ничего общего. Так, в управлении своими и чужими эмо-

циями рефлексивные механизмы не участвуют в силу того, что не имеют такой функции.

*Студенты 3 курса.* Корреляционный анализ между отдельными шкалами эмоционального интеллекта и рефлексивностью на 3 курсе выявил две достоверные связи средней силы. С рефлексивностью связаны шкалы «Понимание чужих эмоций»  $r = 0,504$  ( $\rho \leq 0,05$ ) и «Понимание эмоций»  $r = 0,515$  ( $\rho \leq 0,05$ ). Таким образом, в данной связи проявился когнитивный компонент эмоционального интеллекта, связанный с рефлексивностью напрямую или посредством мышления.

Тенденция к взаимосвязи наблюдается между рефлексивностью и шкалами «Понимание своих эмоций»  $r = 0,360$  ( $\rho \geq 0,05$ ), «Управление своими эмоциями»  $r = 0,325$  ( $\rho \geq 0,05$ ), «Межличностный эмоциональный интеллект»  $r = 0,305$  ( $\rho \geq 0,05$ ), «Внутриличностный эмоциональный интеллект»  $r = 0,321$  ( $\rho \geq 0,05$ ). Возможно, данная тенденция связана с воздействием третьего фактора.

Наиболее низкие показатели выявлены между рефлексивностью и шкалами «Управление чужими эмоциями»  $r = 0,010$  ( $\rho \geq 0,05$ ), «Контроль экспрессии»  $r = -0,059$  ( $\rho \geq 0,05$ ), «Управление эмоциями»  $r = 0,157$  ( $\rho \geq 0,05$ ), что твердо свидетельствует об отсутствии взаимозависимости исследуемых переменных.

Таблица 2

**Корреляционный анализ эмоционального интеллекта и рефлексивности  
у студентов-психологов**

| Рефлексивность<br>Эмоциональный интеллект | 1 курс                   | 3 курс                                  | 5 курс                   |
|---|--------------------------|---|--------------------------|
| Понимание чужих эмоций                    | 0,209<br>$\rho = 0,337$  | <b>0,504</b><br>$\rho = \mathbf{0,024}$ | -0,206<br>$\rho = 0,384$ |
| Управление чужими эмоциями                | 0,260<br>$\rho = 0,268$  | 0,010<br>$\rho = 0,968$                 | -0,136<br>$\rho = 0,568$ |
| Понимание своих эмоций                    | 0,159<br>$\rho = 0,504$  | 0,360<br>$\rho = 0,119$                 | -0,111<br>$\rho = 0,641$ |
| Управление своими эмоциями                | -0,068<br>$\rho = 0,777$ | 0,325<br>$\rho = 0,161$                 | -0,121<br>$\rho = 0,612$ |
| Контроль экспрессии                       | -0,218<br>$\rho = 0,355$ | -0,059<br>$\rho = 0,804$                | 0,035<br>$\rho = 0,882$  |
| Межличностный ЭИ                          | 0,257<br>$\rho = 0,275$  | 0,305<br>$\rho = 0,192$                 | -0,185<br>$\rho = 0,435$ |
| Внутриличностный ЭИ                       | -0,078<br>$\rho = 0,744$ | 0,321<br>$\rho = 0,167$                 | -0,066<br>$\rho = 0,782$ |
| Понимание эмоций                          | 0,238<br>$\rho = 0,311$  | <b>0,515</b><br>$\rho = \mathbf{0,020}$ | -0,213<br>$\rho = 0,368$ |
| Управление эмоциями                       | -0,008<br>$\rho = 0,975$ | 0,157<br>$\rho = 0,507$                 | -0,077<br>$\rho = 0,747$ |

*Студенты 5 курса.* Рассмотрим данные корреляционного анализа, проведенного в выборке студентов-психологов 5 курса. Тенденция к взаимосвязи, имеющей отрицательную корреляцию, наблюдается между рефлексивностью и шкалами «Понимание чужих эмоций»  $r = -0,206$  ( $p \geq 0,05$ ), «Понимание эмоций»  $r = -0,213$  ( $p \geq 0,05$ ). Данный факт вкпе с проявившейся прямой связью между этими переменными у студентов 3 курса заслуживает особого внимания. Однако в рамках настоящей работы мы не можем найти ему какое-либо разумное объяснение.

Наиболее низкие показатели корреляции между рефлексивностью и шкалами «Управление чужими эмоциями»  $r = -0,136$  ( $p \geq 0,05$ ), «Понимание своих эмоций»  $r = -0,111$  ( $p \geq 0,05$ ), «Управление своими эмоциями»  $r = -0,121$  ( $p \geq 0,05$ ), «Контроль экспрессии»  $r = 0,035$  ( $p \geq 0,05$ ), «Межличностный эмоциональный интеллект»  $r = -0,185$  ( $p \geq 0,05$ ), «Внутриличностный эмоциональный интеллект»  $r = -0,066$  ( $p \geq 0,05$ ), «Управлением эмоциями»  $r = -0,077$  ( $p \geq 0,05$ ).

*Общие тенденции.* В целом, между шкалами эмоционального интеллекта и рефлексивностью значимых взаимосвязей практически нет. Мы предполагаем, что это обусловлено разной природой и функциональным характером эмоционального интеллекта и рефлексивности. Эмоциональный интеллект связан с переживанием, а рефлексивность означает направленность на самопознание. Рефлексивные механизмы, исходя из результатов исследования, не принимают участия в распознавании (понимании) эмоций и управлении ими. Исключение составляет выборка студентов 3 курса: достоверная корреляция обнаружилась между рефлексивностью и субшкалой «Понимание чужих эмоций» и шкалой «Понимание эмоций». Возможно, это связано с личностными характеристиками испытуемых, особенностями темперамента и характера, с завершением адаптационного периода к новой социальной ситуации — обучению в вузе. Также мы предполагаем, что корреляция именно этих шкал с рефлексивностью обусловлена распадом псевдогрупп в середине срока обучения и формированием новых микрогрупп по интересам, ценностям, личностным особенностям и качествам.

## Выводы

Проведенное эмпирическое исследование позволяет сделать следующие выводы относительно особенностей эмоционального интеллекта и рефлексивности у студентов-психологов.

1. Умение распознавать, управлять своими эмоциями и эмоциями других людей, способность к эмпатии являются необходимыми профессионально значимыми качествами психолога. Данные компоненты входят в понятие эмоционального интеллекта. Также важным качеством психолога является способность выходить за пределы собственного «я» в плоскость осознания своей профессиональной и личностной позиции в процессе психологической помощи клиенту. Необходимость наличия данных качеств у психолога-профессионала является основанием для развития эмоциональной и рефлексивной культуры студентов психологического отделения.

2. Эмоциональный интеллект студентов-психологов находится в целом на среднем уровне развития. По своей структуре он однороден, т. к. уровень выра-

женности отдельных компонентов эмоционального интеллекта примерно одинаков и практически не изменяется в процессе обучения. Рефлексивность студентов психологического отделения выражена в средней степени и также не претерпевает существенных изменений в процессе обучения. Данные факты могут быть обусловлены тем, что студенты, поступившие на психологический факультет вуза, уже обладают определенным уровнем развития эмоционального интеллекта и рефлексивности к моменту начала обучения. Причины отсутствия дальнейших изменений изучаемых качеств могут объясняться недостатками образовательного процесса, имеющего слабую практическую направленность, и / или недостаточной осознанностью студентами собственного профессионального развития.

3. В целом, между эмоциональным интеллектом и рефлексивностью студентов-психологов взаимосвязь отсутствует. Исключение составляет лишь связь средней силы между рефлексивностью и таким когнитивным компонентом эмоционального интеллекта, как понимание эмоций у студентов-психологов 3 курса. Это обусловлено разной природой и функциональным назначением эмоционального интеллекта и рефлексивных механизмов в регуляции поведения личности. Эмоциональный интеллект связан непосредственно с регуляцией поведения на основе переживания, а рефлексивные механизмы регулируют поведение личности в процессе самопознания.

*Ключевые слова:* эмоциональный интеллект, рефлексивность, студенты-психологи.

## EMOTIONAL INTELLIGENCE AND REFLEXIVENESS OF PSYCHOLOGY STUDENTS

A. M. DVOININ, G. I. DANILOVA

The article describes the results of empirical research of peculiarities of emotional intelligence and reflexiveness of Psychology Department students. The following methods were applied: "EmIn Questionnaire" (D.V. Lyusin), method for definition of individual measure of reflexiveness (A.V. Karpov). The achieved results have undergone comparative and correlation analysis. It has been found that the emotional intelligence of students-psychologists is as a whole at the average development level. It is homogeneous in the structure, because the level of development of separate components of emotional intelligence is approximately identical and practically doesn't change in the course of training. Reflexiveness of students in Psychology is at the average development level and doesn't change in the course of training as well. As a whole there is no correlation between emotional intelligence and reflexiveness of Psychology students.

*Keywords:* emotional intelligence, reflexiveness, students in Psychology.