

УДК 159.9.072.43

**Жулина Г.Н.,
Жолудева С.В.**

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ФРУСТРАЦИОННЫХ РЕАКЦИЙ ПОДРОСТКОВ

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, фрустрации, типы и направленность фрустрационных реакций, подростки.

Изучение проблемы эмоционального интеллекта является важным в теоретическом и практическом аспекте, так как умение воспринимать, понимать эмоции других людей, регулировать свои эмоции необходимо для установления эффективных межличностных отношений. Развитие эмоционального интеллекта способствует решению эмоциональных проблем, а следовательно, и налаживанию межличностных отношений в социальных общностях (Barsukova et al., 2015). Также развитие эмоционального интеллекта способствует личностному и профессиональному развитию человека, влияя на его успешность в жизни (Жулина и др., 2016).

Изучение проблемы эмоционального интеллекта представлено в работах Д. Гоулмана, Дж. Майера, М.А. Маноиловой, П. Сэловэя и др. Так, по мнению Д. Гоулмана, эмоциональный интеллект включает в себя контроль над эмоциональными реакциями, умение регулировать настроение, переживания, способность к самомотивации, устойчивость к разочарованиям (Гоулман, 2009).

Изучение эмоционального развития подростков представляется актуальной проблемой. Содержание подросткового возраста является «эмоционально насыщенным», в связи с чем возможные эмоциональные нарушения у подростков могут стать причиной их дезадаптации (Azarova et al., 2015). Очевидно, что эмоциональное неблагополучие подростков будет связано с неуспеваемостью, трудностями общения со сверстниками и взрослыми и т.д. Также актуальна проблема взаимосвязи детско-родительских отношений с эмоциональным интеллектом подростка (Безгодова, Вершинина, 2015), взаимосвязи компонентов жизнестойкости подростков с их эмоциональным

интеллектом (Забродина, Хасьянова, 2015), особенностей подростковой тревожности и ее взаимосвязи с эмоциональным интеллектом (Барыльник, 2016), взаимосвязи компонентов инициативности и показателями выраженности межличностного эмоционального интеллекта студентов-биологов (Обухова, 2016).

Фрустрация, или кажущаяся недостижимость какой-либо цели, – наиболее часто встречающееся психическое состояние у подростков. Подросток претендует на удовлетворение разных потребностей, желаний, мечтаний, при этом часто рисует свое будущее в мрачных тонах. Такое состояние может привести к депрессии, неврастении, суициду. Изучение феномена фрустрации представлено в исследованиях Ф.Е. Василюка, Н.Д. Левитова, С. Розенцвейга и др.

В настоящее время большинство работ посвящено изучению проблемы эмоционального интеллекта зрелой личности, в то время как для подростков эта проблема является не менее актуальной. Происходящие изменения в интеллектуальной, эмоциональной и мотивационной сферах подростков требуют организации психологического сопровождения их развития.

Цель исследования: изучить взаимосвязь эмоционального интеллекта и фрустрационных реакций подростков. Мы предположили, что существует взаимосвязь некоторых компонентов эмоционального интеллекта, типов и направленности фрустрационных реакций подростков.

В исследовании приняли участие подростки – обучающиеся 9-х классов МБОУ СОШ № 16 с. Кулешовки Азовского района Ростовской области. Всего 50 человек, из них 25 мальчиков и 25 девочек.

Эмпирическое исследование проводилось в три этапа. На первом этапе

исследования мы определяли уровень эмоционального интеллекта мальчиков и девочек подросткового возраста с помощью теста на эмоциональный интеллект, разработанного Н. Холлом. На втором этапе изучали особенности фрустрации мальчиков и девочек подросткового возраста с помощью проективной методики «Рисуночная фрустрация» С. Розенцвейга. Данная методика направлена на исследование реакций на неудачу и способов выхода из ситуаций, препятствующих деятельности или удовлетворению потребностей личности. На третьем этапе эмпирического исследования полученные нами результаты подвергались количественному и качественному анализу. Для подтверждения гипотезы данные, полученные в ходе исследования, обрабатывались с помощью статистических методов. Для выявления значимости половых различий показателей эмоционального интеллекта и фрустрационных реакций использовался критерий Манна–Уитни. Для выявления взаимосвязи изучаемых переменных использовался корреляционный анализ Спирмена. Все вычисления выполнялись с использованием пакета компьютерной программы SPSS версии 17.0 для социально-психологических наук.

Изучение эмоционального интеллекта подростков с помощью методики Н. Холла показало, что для мальчиков и девочек подросткового возраста характерен низкий уровень интегративного эмоционального интеллекта. Это значит, что подросткам трудно дифференцировать эмоциональное состояние, эмоции свои и других людей, управлять своим поведением; им свойственно недостаточное умение сопереживать эмоциональному состоянию другого человека (Жулина, Марченко, 2016).

Полученные результаты соотносятся с исследованием А.А. Александровой и Т.В. Гудковой, в котором выявлено преобладание низкого уровня интегративного эмоционального интеллекта у подростков (Александрова, Гудкова, 2013). Ю.В. Давыдова доказала, что способность распознавать эмоции проявлять эмпатию более выражена в старшем подростковом возрасте (Давыдова, 2010).

Различия компонентов эмоционального интеллекта подростков разного пола представлены на рис. 1.

По данным рис. 1 можно сказать, что показатели самомотивации, эмоциональной осведомленности, управления своими эмоциями преобладают у мальчиков, показатели эмпатии – у девочек. Однако выявленные различия не достигли уровня статистической значимости.

А.А. Александрова и Т.В. Гудкова в своем исследовании делают вывод о разном уровне эмоционального интеллекта девочек и мальчиков подросткового возраста. Авторы доказали, что высокий уровень эмпатии, способность к распознаванию, осознанию своих и чужих эмоций более выра-

жены у девочек, а у мальчиков преобладает способность к управлению своими эмоциями и самомотивация (Александрова, Гудкова, 2013).

В ходе исследования особенностей типов и направленности фрустрации подростков с помощью методики «Рисуночная фрустрация» С. Розенцвейга было выяснено, что доминирующими типом и доминирующей направленностью фрустрационных реакций для исследуемой выборки оказались самозащитный тип фрустрационных реакций и импунитивная направленность. Иными словами, находясь в ситуации фрустрации, подростки стремятся защитить свое «Я», никому не приписывая ответственность за фрустрацию. При этом фрустрирующую ситуацию они рассматривают как нечто незначительное или неизбежное, преодолимое со временем, обвинение окружающих или самого себя отсутствует. Полученные результаты, возможно, связаны с возрастными особенностями эмоциональной сферы подростков.

Различия типов и направленности фрустрационных реакций подростков разного пола представлены на рис. 2.

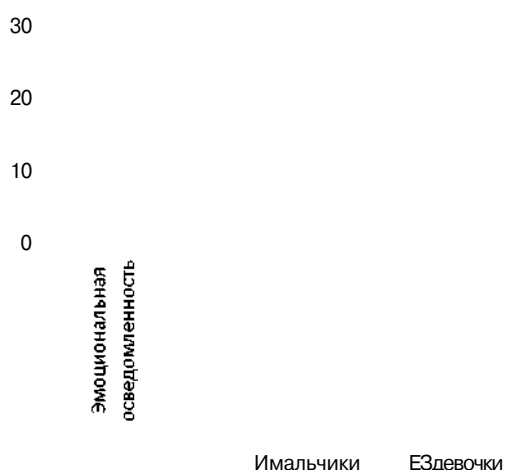


Рис. 1. Различия компонентов эмоционального интеллекта подростков разного пола (критерий Манна–Уитни, средние ранги)

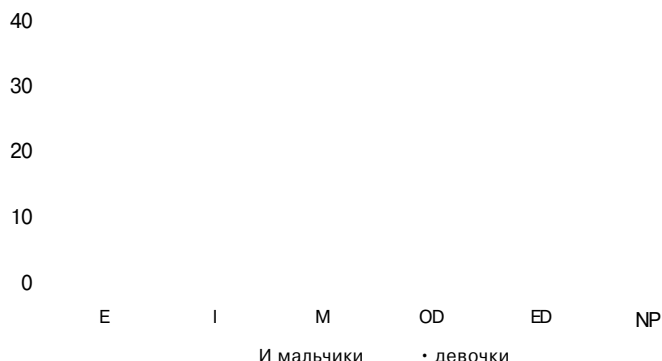


Рис. 2. Различия типов и направленности фрустрационных реакций подростков разного пола (критерий Манна–Уитни, средние ранги): Е – экстрапунитивные реакции; I – интропунитивные реакции; М – импунитивные реакции; OD – препятственно-доминантный тип; ED – самозащитный тип; NP – необходимо-упорствующий тип

По данным рис. 2 можно сделать вывод о том, что выраженность экстрапунитивной, интропунитивной и импунитивной направленности фрустрационных реакций у подростков разного пола практически одинакова, статистический анализ не показал наличия значимых половых различий направленности фрустрационных реакций.

Препятственно-доминантный тип фрустрационных реакций преобладает у мальчиков, самозащитный и необходимо-упорствующий типы – у девочек. Статистический анализ показал наличие значимых различий показателей препятственно-доминантного типа ($p = 0,0001$), самозащитного типа ($p = 0,007$), необходимо-упорствующего типа ($p = 0,009$) фрустрационных реакций подростков разного пола.

Расчет коэффициента ранговой корреляции Ч. Спирмена для установления взаимосвязи эмоционального интеллекта и фрустрационных реакций показал наличие значимых корреляционных связей между переменными (рис. 3).

По данным рис. 3 можно сделать следующие выводы:

- выявлена значимая положительная корреляционная связь уровня эмоционального интеллекта и импунитивной

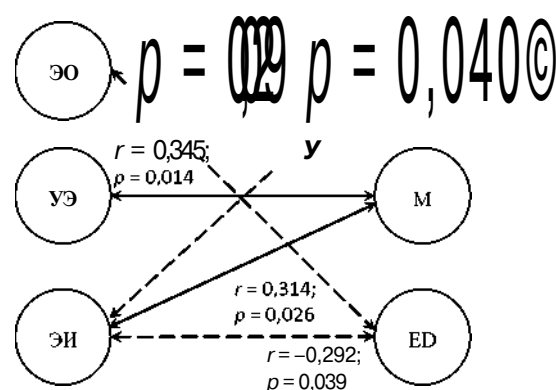


Рис. 3. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и фрустрационных реакций подростков: ЭО – эмоциональная осведомленность; УЭ – управление своими эмоциями; ЭИ – уровень эмоционального интеллекта; Е – экстрапунитивная направленность; М – импунитивная направленность; ED – самозащитный тип

тивной реакции подростков на фрустрацию ($r = 0,314$ при $p = 0,026$). Очевидно, подростки, демонстрирующие в ситуациях фрустрации отказ от внешних и внутренних обвинений с целью «ухода» от фрустрирующего фактора (препятствия), обладают высоким уровнем эмоционального интеллекта;

- выявлена значимая положительная корреляционная связь показателей управления своими эмоциями и

импунитивной направленности реакции подростков на фрустрацию ($r = 0,345$ при $p = 0,014$). Очевидно, для подростков с преобладающей эмоциональной гибкостью, способностью произвольно управлять своими эмоциями характерна импунитивная направленность на реакцию, когда фрустрирующая ситуация рассматривается как нечто незначительное или неизбежное, преодолимое со временем, обвинение окружающих или самого себя отсутствует;

- выявлена значимая отрицательная корреляционная связь показателей эмоциональной осведомленности и самозащитного типа реакции на препятствие ($r = -0,310$ при $p = 0,029$). Для подростков с высоким уровнем эмоциональной осведомленности самозащитный тип реакции на фрустрацию (под которым подразумевается уклонение от упрека, направленное на защиту своего Я) наименее выражен;
- выявлена значимая отрицательная корреляционная связь уровня эмоционального интеллекта и экстрапунитивной фрустрационной реакции ($r = -0,291$ при $p = 0,040$). Возможно, данные результаты связаны с тем, что для подростков с высоким уровнем эмоционального интеллекта нехарактерны внешне-обвинительные реакции в ситуациях фрустрации, они не направляют реакцию на окружение, не осуждают внешнюю причины фрустрации, не требуют разрешения ситуации от другого лица;
- выявлена значимая отрицательная корреляционная связь уровня эмоционального интеллекта и самозащитного типа реакции на фрустрацию ($r = -0,292$ при $p = 0,039$). Очевидно, данные результаты связаны

с тем, что порицание кого-либо, защита своего Я в ситуации фрустрации нехарактерны для подростков с высоким уровнем эмоционального интеллекта.

Проведенное эмпирическое исследование корреляционной связи изучаемых переменных позволяет сделать выводы о том, что существует взаимосвязь некоторых компонентов эмоционального интеллекта, типов и направленности фрустрационных реакций подростков.

Теоретическая и практическая значимость работы состоит в расширении научных представлений по проблеме исследования. Данные, полученные в исследовании, позволяют решать практические задачи по оптимизации эмоционального и интеллектуального развития в подростковом возрасте. Полученные результаты можно использовать в консультативном, развивающем, профилактическом направлениях деятельности практического психолога в образовании, для разработки учебных дисциплин «Возрастная психология», «Психология подросткового и юношеского возраста», а также спецкурсов в профессиональной подготовке студентов педвуза.

Литература

1. Александрова А.А., Гудкова Т.В. Гендерный аспект в изучении эмоционального интеллекта у подростков // Молодой ученый. 2013. № 5. С. 617–622.
2. Барыльник С.Н. Феномен подростковой тревожности и его взаимосвязь с эмоциональным интеллектом с учетом гендерных особенностей // Молодой ученый. 2016. № 6. С. 683–686.
3. Безгодова С.А., Вершинина Е.А. Взаимосвязь детско-родительских отношений с эмоциональным интеллектом подростка // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. СПб.: Сивит, 2015. С. 25–32.
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М.; Владимир: ВКТ, 2009.
5. Давыдова Ю.В. Гендерный аспект изучения эмоционального интеллекта подростков // Вестник Российского университета дружбы

- народов. Сер. Психология и педагогика. 2010. № 4. С. 113–118.
6. Жулина Г.Н., Марченко В.А. Особенности эмоционального интеллекта подростков // Фундаментальные проблемы науки: сб. статей Международной науч.-практ. конф. Тюмень, 2016. С. 190–193.
 7. Жулина Г.Н., Барсукова О.В., Жолудева С.В. Особенности коммуникативной компетентности подростков с разным типом тревожности // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. 2016. № 2. С. 77–85.
 8. Забродина Л.А., Хасьянова А.А. Взаимосвязь компонентов жизнестойкости подростков с их эмоциональным интеллектом // Инновационные технологии в науке и образовании. 2015. № 1. С. 215–217.
 9. Обухова Ю.В. Особенности инициативности студентов биомедицинских профессий с разной выраженностью эмоционального интеллекта // Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация. Ростов н/Д: Изд-во ЮФУ, 2016. С. 233–240.
 10. Azarova, E.A. et al., 2015. Submissions of a teacher of modern Russian pupils. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6 (6, S7): 18–25.
 11. Barsukova, O.V., N.N. Mozgovaya and E.P. Krishchenko, 2015. The students' representations of ambition, personal space and trust. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6 (6): 290–298.
- References**
1. Alexandrova, A.A. and T.V. Gudkov, 2013. Gender aspect in studying emotional intelligence of teenagers. *Young Scientist*, 5: 617–622. (rus)
 2. Barylnik, S.N., 2016. Phenomenon of teenage uneasiness and its interrelation with emotional intelligence and gender features. *Young Scientist*, 6: 683–686. (rus)
 3. Bezgodova, S.A. and E.A. Vershinina, 2015. Connection of children-parental relations with emotional intelligence of a teenager. In: *Modern problems of family psychology: phenomena, methods, concepts* (pp. 25–32). St. Petersburg: published by Svvt. (rus)
 4. Goleman, D., 2009. *Emotional intelligence*. Moscow; Vladimir: published by VKT. (rus)
 5. Davydova, Yu.V., 2010. Gender aspect of studying emotional intelligence of teenagers. *Bulletin of Russian Peoples' Friendship University. Series Psychology and Pedagogy*, 4: 113–118. (rus)
 6. Zhulina, G.N. and V.A. Marchenko, 2016. Features of emotional intelligence of teenagers. In: *Fundamental problems of science: Proceedings of International Research Conference* (pp. 190–193). Tyumen. (rus)
 7. Zhulina, G.N., O.V. Barsukova and S.V. Zholudev, 2016. Some features of communicative competence of teenagers with different type of anxiety. *News-Bulletin of Southern Federal University. Pedagogical Sciences*, 2: 77–85. (rus)
 8. Zabrodina, L.A. and A.A. Khasyanova, 2015. Interconnection of components of teenage resilience with their emotional intelligence. *Innovative technologies in science and education*, 1: 215–217. (rus)
 9. Obukhova, Yu.V., 2016. Features of initiative of students of biomedicine professions with different levels of emotional intelligence. In: *Personality in culture and education: psychological support, development and socialization* (pp. 233–240). Rostov-on-Don: published by SFedU. (rus)
 10. Azarova, E.A. et al., 2015. Submissions of a teacher of modern Russian pupils. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6 (6, S7): 18–25.
 11. Barsukova, O.V., N.N. Mozgovaya and E.P. Krishchenko, 2015. The students' representations of ambition, personal space and trust. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6 (6): 290–298.