



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

НИУ ВШЭ, кафедра организационной
психологии

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Исаева О.М., Курагина М.Ф.

Нижний Новгород, 2020



ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

- способность идентифицировать и понимать содержание информации, заключенной в эмоциях, обоснованно использовать ее для содействия мышлению, решению проблем и принятию решений [Mayer, Caruso, Salovey].

Люди с развитым эмоциональным интеллектом могут:

- распознавать и выражать гамму эмоций;
- использовать эмоциональные состояния как мотивационный стимул;
- понимать значение и последствия эмоциональных состояний;
- управлять собственными и чужими эмоциями для достижения целей.



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

- целостное переживание, отражающее успешность функционирования индивида в социальной среде, сопровождающееся благоприятным эмоциональным фоном, функциональным состоянием организма и психики и позитивным самоотношением, доверительным отношением к миру [Бессонова].

Эмоциональное благополучие

- баланс между положительными и отрицательными эмоциями;
- когнитивная оценка жизни согласно личностным стандартам;
- опосредование академических и профессиональных достижений.



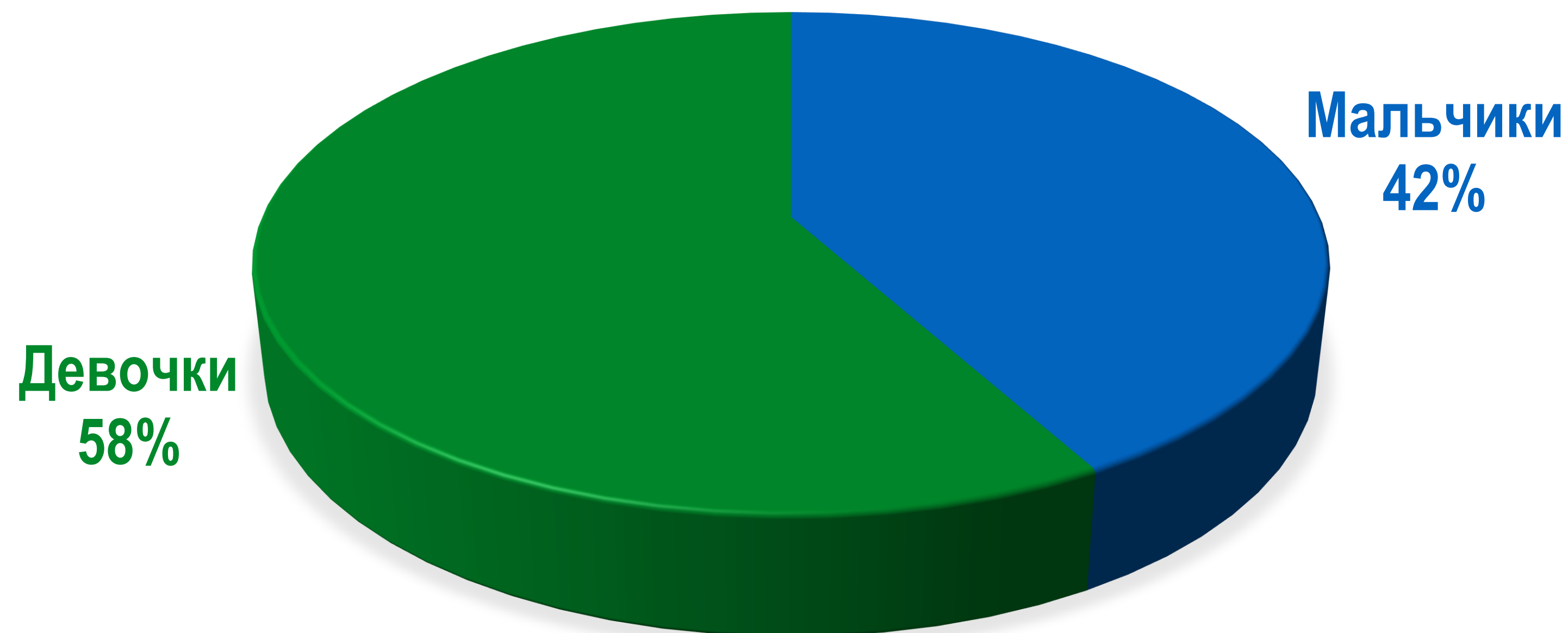
МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТАРШЕКЛАССНИКОВ КАК ОСНОВНОГО КОМПОНЕНТА ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

- **тест эмоционального интеллекта** в подростковой исследовательской версии (MSCEIT–YRV), Дж. Мэйер, П. Сэловей, Д. Карузо; Хлевная Е.А., Сергиенко Е.А., Киселева Т.А.;
- **опросник когнитивной регуляции эмоций**, Н. Гарнефски, В. Крайг;
- **опросник эмпатии**, В.К. Брайант;
- **шкала тревожности**, А.М. Прихожан.

ВЫБОРКА ИССЛЕДОВАНИЯ

- 162 школьника;
- 14 – 18 лет (M=15,19);
- 68 юношей;
- 94 девушек.

ВЫБОРКА ИССЛЕДОВАНИЯ



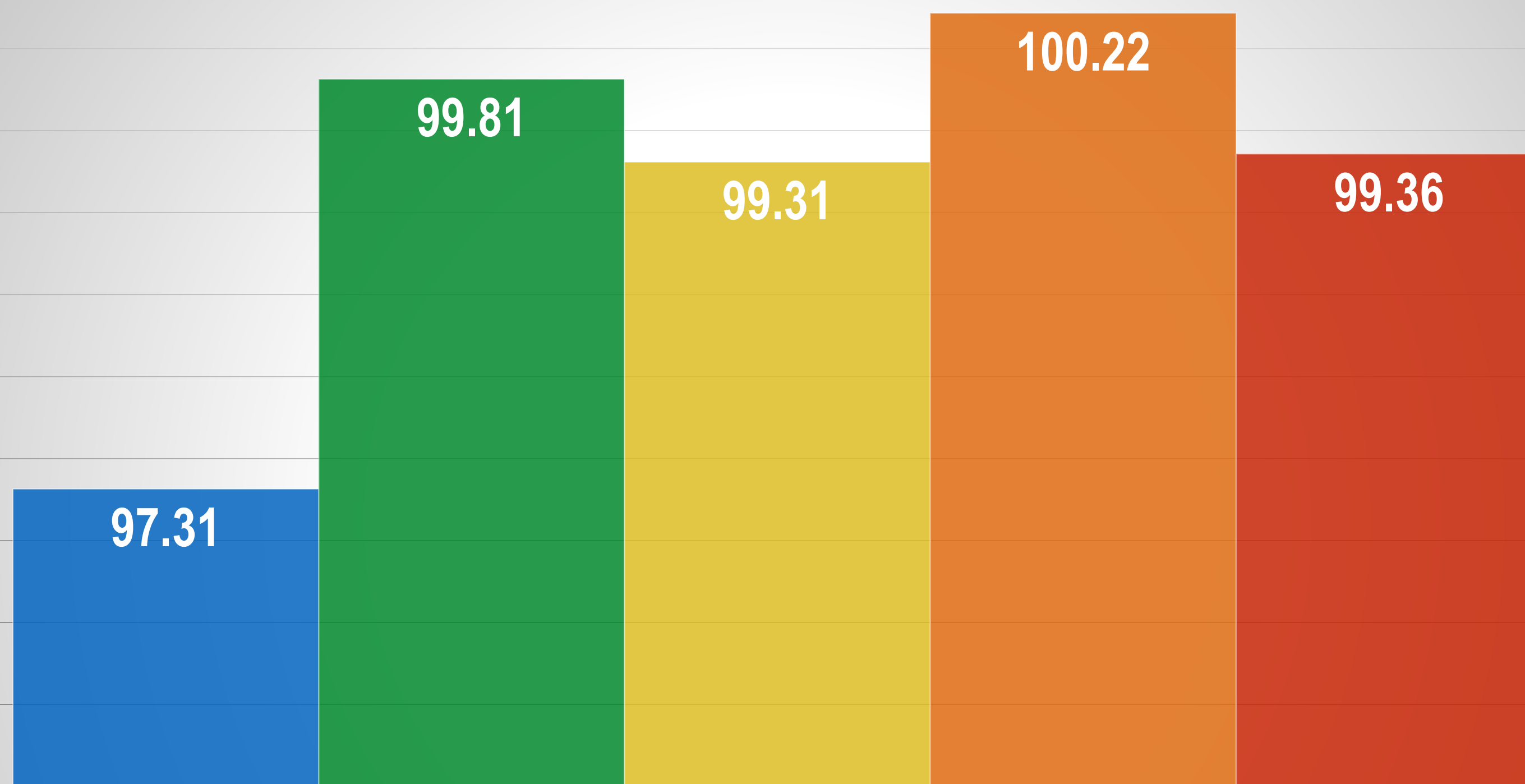


ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

	Минимум	Максимум	Среднее значение	Стандартное отклонение
Идентификация эмоций	60,00	132,00	97,31	15,14
Использование эмоций	63,00	141,00	99,81	14,22
Понимание эмоций	75,00	126,00	99,31	12,07
Управление эмоциями	63,00	140,00	100,22	14,37
Общий эмоциональный интеллект	71,00	137,00	99,36	13,39



Тест Эмоционального Интеллекта



СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ

- Распознавание эмоций
- Понимание эмоций
- Общий эмоциональный интеллект
- Использование эмоций
- Управление эмоциями

Баллы

Качественная оценка

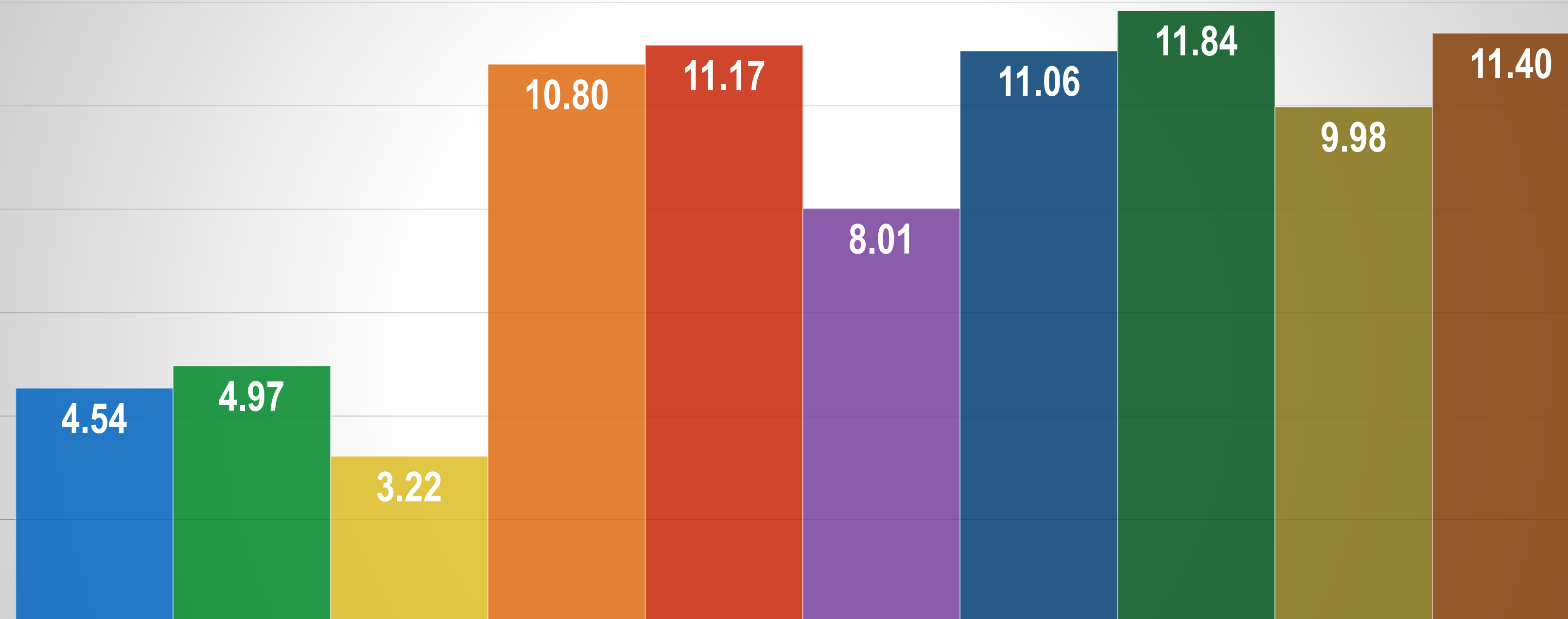
≤ 84	Низкий уровень EI
85-115	Средний уровень EI - «Компетентность» 85-95 – низкие значения уровня «Компетентность» 96-105 – средние значения уровня «Компетентность» 106-115 – высокие значения уровня «Компетентность»
115-129	Высокий уровень EI - «Профессионал»
130 +	Высокий уровень EI - «Эксперт»



КОГНИТИВНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ЭМОЦИЙ

	Минимум	Максимум	Среднее значение	Стандартное отклонение
Самообвинение	1,00	10,00	4,54	2,70
Принятие	1,00	10,00	4,97	2,77
Руминация	1,00	10,00	3,22	2,71
Позитивное мышление	3,00	18,00	10,80	3,09
Фокусирование на планировании	4,00	20,00	11,17	3,30
Позитивная переоценка	4,00	20,00	8,01	2,70
Помещение в перспективу	5,00	20,00	11,06	3,38
Катастрофизация	4,00	20,00	11,84	3,94
Обвинение	4,00	20,00	9,98	3,54
Общий балл	4,00	20,00	11,40	3,61

Когнитивная регуляция эмоций



- Самообвинение
- Руминация
- Фокусирование на планировании
- Помещение в перспективу
- Обвинение
- Принятие
- Позитивное мышление
- Позитивная переоценка
- Катастрофизация
- Общий балл



ЭМПАТИЯ

	Минимум	Максимум	Среднее значение	Стандартное отклонение
Эмпатия	1,00	10,00	5,54	3,32

Шкала эмпатии

Количество баллов	Уровень эмпатийности
<i>19 - 22 баллов - очень высокий уровень эмпатийности</i>	<i>12 - 15 баллов – нормальный уровень эмпатийности</i>
<i>16 - 18 балла – высокая эмпатийность</i>	<i>6 –11 баллов – низкий уровень эмпатийности</i>
	<i>5 баллов и менее – очень низкий уровень</i>



ТРЕВОЖНОСТЬ

	Минимум	Максимум	Среднее значение	Стандартное отклонение
Школьная тревожность	0	39,00	15,70	7,85
Самооценочная тревожность	1,00	39,00	15,07	7,64
Межличностная тревожность	0	35,00	16,00	7,70
Магическая тревожность	0	28,00	8,98	6,74



ВЫВОДЫ

- **Относительное психологическое благополучие старшеклассников.**
- С одной стороны, ситуация обучения в школе, межличностное общение не вызывает неприятных эмоций и ощущения тревоги. Помогает хорошо развитая способность к эмоциональной регуляции.
- С другой стороны, невысокий уровень способности идентифицировать, распознавать эмоциональные состояния и низкий уровень эмпатии говорят об эмоциональном неблагополучии.



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

Исаева О.М. oisaeva@hse.ru; Курагина М.Ф. mkuragina@hse.ru
2020