

**ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
АПН УКРАЇНИ**

ДЕРЕВ'ЯНКО СВІТЛАНА ПЕТРІВНА

УДК: 159.923.33

**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ
АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО СТУДЕНТСЬКОГО СЕРЕДОВИЩА**

19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи

Автореферат
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Київ – 2009

Дисертацією є рукопис

Робота виконана в Чернігівському державному педагогічному університеті імені Т.Г.Шевченка.

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
Скок Микола Андрійович,
декан психолого-педагогічного факультету
Чернігівського державного педагогічного
університету імені Т.Г.Шевченка

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Казміренко В'ячеслав Петрович,
завідувач лабораторії фундаментальних
і прикладних проблем спілкування
Інституту соціальної та політичної
психології АПН України

кандидат психологічних наук, професор
Винославська Олена Василівна,
завідувач кафедри психології та педагогіки
Національного технічного університету
України «КПІ»

Захист відбудеться «17» вересня 2009 р. о 14 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.457.01 в Інституті соціальної та політичної психології АПН України за адресою: 04070, м. Київ, вул. Андріївська,15.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Інституту соціальної та політичної психології АПН України за адресою: 04070, м. Київ, вул. Андріївська,15.

Автореферат розісланий «12» серпня 2009 р.

Вчений секретар спеціалізованої вченої ради,
кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник

І.В.Жадан

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність проблеми. Зростання невизначеності і мінливості сучасного світу загострює проблему гармонійного співвіднесення внутрішнього (емоційне здоров'я) і зовнішнього (сприятливий комунікативний статус) благополуччя. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває дослідження ролі емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості, зокрема вивчення здатності до розуміння та управління емоціями.

Дослідження впливу емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості до умов студентського життя ґрунтується на загальних положеннях про адаптацію та адаптивні характеристики особистості (Г.О.Балл, Ф.Б.Березін, О.А.Донченко, О.Г.Злобіна, О.М.Кокун, Н.Г.Колизаєва, Л.А.Лепіхова, О.Г.Мороз, А.А.Налчаджян, С.Т.Посохова, О.О.Реан, Т.М.Титаренко, А.В.Фурман та ін.). Основними напрямками дослідження адаптації студентів до організаційного середовища ВНЗ є вивчення механізмів та детермінант адаптації першокурсників (Ю.О.Бохонкова, Л.В.Литвинова, В.А.Скрипник, Н.В.Хазратова, В.С.Штифурак та ін.), психосоціальних чинників адаптації молоді людини до навчання у вузі та майбутньої професії (В.І.Гордієнко, В.М.Духневич, І.В.Жадан, В.П.Казміренко, О.Р.Малхазов, Л.А.Найдьонова, П.Д.Фролов), особистісних та соціально-психологічних особливостей адаптації студентів (Л.М.Балабанова, О.В.Винославська, В.А.Семиченко, І.М.Соколова, Л.В.Скрипко, О.Р.Ткачишина та ін.). Низка робіт присвячена вивченню емоційного фактору у структурі адаптаційного процесу (Т.В.Землякова, С.М.Максимець, О.В.Кузнєцова); окремі проблеми емоційної адаптації в соціально-психологічному просторі ВНЗ розглянуто у зв'язку з розвитком адаптаційного потенціалу та корекцією дезадаптивних проявів студентів (Н.Є.Герасімова, Н.В.Хазратова).

Роль емоційного фактору в процесі адаптації особистості оцінюється вченими неоднозначно: з одного боку відзначається деструктивний (дезорганізуючий) вплив емоцій (П.Жане, Є.Клапаред, Л.Фестінгер, Г.А.Фортунатов, Д.О.Хебб та ін.), з іншого – розкрито їх конструктивне та адаптивне значення (П.К.Анохін, Л.С.Виготський, Р.А.Плутчик, Т.Рібо, С.Л.Рубінштейн та ін.). З часом, більш продуктивною виявилася друга позиція, зорієнтована на інтеграцію емоцій та когнітивно-перцептивних функцій. Гармонійне поєднання емоційного та

раціонального було втілено у понятті «емоційний інтелект» (Дж.Д.Майер, П.С.Саловей).

Введення поняття емоційного інтелекту у психологічний тезаурус сприяло інтенсивному зростанню кількості досліджень, спрямованих на операціоналізацію емоційно-інтелектуального конструкту (І.М.Андрєєва, О.І.Власова, Г.Г.Гарскова, Д.Карузо, Д.В.Люсін, Дж.Д.Майер, Е.Л.Носенко, Р.Робертс, П.С.Саловей), дослідження адаптивних функцій та адаптаційного потенціалу емоційного інтелекту (І.Ф.Аршава, Р.Бар-Он, М.А.Брекетт, Н.В.Коврига, Т.М.Кумскова, В.В.Овсянникова, Г.В.Юсупова), виявлення зв'язку між складовими емоційного інтелекту та лідерськими, управлінськими якостями (Д.Д.Гастелло, Д.Гоулман, В.М.Єрмаков, А.В.Мітлош, А.С.Петровська), розвиток емоційного інтелекту та його складових (М.О.Манойлова, М.А.Нгуен, О.М.Приймаченко, К.Саарні). Однією з перспективних областей дослідження емоційного інтелекту є сфера освіти (Е.Аронсон, М.О.Манойлова).

Аналіз літературних джерел показав, що попри велику кількість психологічних досліджень з проблеми адаптації, недостатньо вивченою є роль емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації студентів. Зокрема, не з'ясовано зв'язок між рівнем здатності до розуміння та управління емоціями та адаптивністю у стресогенних умовах студентського життя, адаптованістю студентів на внутрішньоособистісному рівні (психологічне благополуччя) та соціально-психологічному рівні (сприятливий статус у групі). Бракує також методологічно обґрунтованої програми цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту, як ефективного способу оптимізації соціально-психологічної адаптації особистості до стосунків у навчальній групі. Вищезазначені факти й зумовили вибір теми дослідження «Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища».

Зв'язок роботи з науковими програмами і планами. Дисертаційне дослідження виконано в рамках комплексної науково-дослідної програми кафедри психології психолого-педагогічного факультету Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка "Вивчення соціально-психологічних особливостей молоді".

Тему дисертаційного дослідження затверджено на засіданні Вченої ради Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка (протокол № 5 від 28 грудня 2005 р.) та узгоджено Радою з координації наукових

досліджень в галузі педагогіки та психології в Україні (протокол № 9 від 25 листопада 2008 р.).

Мета дослідження: виявлення особливостей впливу емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості до студентського середовища.

Гіпотези дослідження:

1. Рівень емоційного інтелекту обумовлює процесуальні (вибір способів адаптивної поведінки) та результативні (форми адаптованості) характеристики соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища;
2. Особливості впливу емоційного інтелекту проявляються в таких сферах соціально-психологічної адаптації особистості, як когнітивна (сфера уявлень про себе і про інших), емоційна (сфера емоційного самопочуття), поведінкова (сфера комунікативної поведінки);
3. Розвиток емоційного інтелекту спеціально організованими засобами сприятиме процесу соціально-психологічної адаптації особистості до новоствореної навчальної групи.

Відповідно до поставленої мети й висунутих гіпотез було визначено такі основні **завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз змісту понять соціально-психологічної адаптації та емоційного інтелекту, визначити роль емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості.

2. Дослідити зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та характеристиками соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища.

3. Визначити особливості впливу емоційного інтелекту на показники соціально-психологічної адаптації особистості;

4. Розробити і апробувати програму розвитку емоційного інтелекту як способу оптимізації соціально-психологічної адаптації особистості до новоствореної навчальної групи.

Об'єкт дослідження: соціально-психологічна адаптація студентів.

Предмет дослідження: вплив емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості до студентського середовища.

Методи дослідження:

1. Методи теоретичного дослідження (аналіз, абстрагування, систематизація) застосовувалися для узагальнення теоретико-методологічних засад дослідження, визначення авторської позиції щодо ролі емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості.

2. Організаційні методи (порівняльний, лонгітюдний) та інтерпретаційні методи (структурний) забезпечували зіставлення різних вибірок досліджуваних, вивчення динаміки показників соціально-психологічної адаптації, інтерпретацію матеріалів дослідження у характеристиках систем та зв'язку між ними.
3. Експериментальні методи: констатуючий експеримент (обґрунтування зв'язку між емоційним інтелектом та соціально-психологічною адаптацією), формуючий експеримент (розвиток емоційного інтелекту як спосіб оптимізації соціально-психологічної адаптації).
4. Емпіричні методи – психодіагностичні (опитувальник ЕМІн Д.Люсіна; методика диференціальної діагностики депресивних станів В.Зунге; методика дослідження рівня соціальної фрустрованості Вассермана – Бойко; опитувальник Ways of Coping Questionnaire (WOCQ) Р.Лазаруса, С.Фолкман в адаптації С.Хаїрової; методика діагностики соціально-психологічної адаптованості К.Роджерса та Р.Даймонд; методика кольорових метафор І.Соломіна), метод соціометрії – впроваджувалися під час дослідження рівня емоційного інтелекту, процесуальних та результативних характеристик соціально-психологічної адаптації особистості.
5. Методи математичної обробки даних та графічна презентація результатів із використанням комп'ютерного пакету статистичних програм SPSS (версія 11.0). Методи математичної статистики (основні – процентильна статистика, кластерний аналіз, дисперсійний аналіз; допоміжні – факторний аналіз, кростабуляції (критерій χ -квадрат), метод простої лінійної регресії, порівняння даних за t-критерієм Стьюдента для залежних і незалежних вибірок) застосовувалися для систематизації та групування ознак вищезазначених досліджуваних об'єктів, встановлення зв'язку між експериментальними змінними.

Організація і експериментальна база дослідження: загальне експериментальне дослідження було проведено протягом 2006-2008 рр. на базі двох навчальних закладів: Чернігівського державного педагогічного університету та Чернігівської філії Європейського університету фінансів, інформаційних систем, менеджменту і бізнесу. Дослідженням було охоплено 411 студентів (із них 161 чоловічої та 250 жіночої статі) 1-5-х курсів гуманітарних та економічних спеціальностей віком від 17 до 24 років, що склали окремі вибірки дослідження, сформовані за курсом навчання та вирівняні засобом рандомізації за основними параметрами репрезентативності (віком, статтю, професійною спрямованістю).

Наукова новизна роботи полягає у поглибленні наукових уявлень про емоційний аспект соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища; встановлено зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та особливостями соціально-психологічної адаптації студентів; визначено сфери впливу емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості; розроблено і апробовано програму розвитку емоційного інтелекту як способу оптимізації соціально-психологічної адаптації особистості до новоствореної навчальної групи.

Практичне значення дослідження полягає в розробці та апробації циклу тренінгових занять, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту та оптимізацію соціально-психологічної адаптації особистості до стосунків у навчальній групі. Матеріали про феноменологію емоційного інтелекту можуть бути використані фахівцями при підготовці навчальних посібників та науково-методичних рекомендацій з проблем формування емоційної культури молоді, у процесі викладання певних розділів соціальної психології особистості, соціальної педагогічної психології.

Апробація результатів дослідження. Основні наукові та практичні результати дослідження представлялися на Всеукраїнській науково-практичній конференції «Духовність у становленні та розвитку громадянськості особистості» (Херсон, 2006р.); Всеукраїнській науково-практичній конференції «Актуальні проблеми соціалізації особистості в сучасних умовах» (Чернігів, 2006р.); Міжнародній науково-практичній конференції «Гене́за буття особистості» (Київ, 2006р.); Міжнародній науково-практичній конференції «Соціалізація особистості в умовах системних змін: теоретичні і прикладні проблеми» (Київ, 2007р.); Міжнародній науковій конференції «Психологія особистості: теорія, досвід, практика» (Одеса, 2007р.); Міжнародній науково-практичній конференції «Проблеми духовності в психології розвитку особистості» (Ніжин, 2008р.).

Результати дисертаційного дослідження також представлялися за кордоном: на Міжнародній науково-практичній конференції «Психология и современное общество: взаимодействие как путь взаиморазвития» (Санкт-Петербург, 2007, 2008 рр.); Міжнародній науковій конференції «Психология в современном информационном пространстве» (Смоленськ, 2007р.); Міжнародній науковій конференції «Гендер и проблемы коммуникативного поведения» (Полоцьк, 2007р.).

Публікації. Основні результати дисертаційного дослідження висвітлено у 14 публікаціях, 6 із яких — у фахових наукових виданнях.

Структура дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Робота виконана на 327 сторінках тексту. Основний зміст дисертації викладено на 175 сторінках. Робота містить 56 таблиць (30 сторінок), 31 рисунок (15 сторінок), 12 додатків (120 сторінок). Бібліографія включає 252 праці українських і зарубіжних авторів (з них 18 іноземними мовами).

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність теми, визначено об'єкт, предмет, мету і завдання дослідження, ступінь розробленості проблеми, гіпотези, розкрито наукову новизну, теоретичне й практичне значення роботи.

У першому розділі – “Роль та місце емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості” – проаналізовано основні підходи до розуміння змісту соціально-психологічної адаптації, розглянуто динамічний та статичний аспекти соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища. Визначено зміст поняття та напрями дослідження емоційного інтелекту. Розкрито роль емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості.

Основні підходи до розкриття змісту соціально-психологічної адаптації пов'язані з різними аспектами взаємодії структурних компонентів системи «соціальне середовище – особистість»: впливом середовища на особистість (Т.В.Алексєєва, О.Г.Мороз, А.А.Надчаджян, С.І.Розум та ін.), реалізацією адаптаційного потенціалу особистості у змінливому середовищі (С.Т.Посохова, О.О.Реан, Т.М.Титаренко, А.В.Фурман, В.М.Ямницький та ін.). З позицій першого підходу, людина *реагує* на зовнішні впливи соціального середовища та пристосовується до нього у відповідності до існуючих норм та вимог, з позицій другого – людина *обирає* засоби пристосування відповідно до власних здібностей та потенціалу.

Спираючись на роботи В.П.Казміренко, С.Т.Посохової, К.Роджерса, А.В.Фурмана, Н.В.Хазратової, соціально-психологічну адаптацію у ВНЗ було визначено як процес і результат пристосування молодої людини до організаційного середовища навчального закладу завдяки актуалізації інтелектуального та особистісного потенціалу. Організаційний простір ВНЗ включає чотири ортогональні сфери: людина і нове навчальне середовище (людина – регламентація),

людина і нове соціально-психологічне середовище (людина – людина, людина – група), людина і новий інформаційний, когнітивний і дидактичний простір (людина – інформація, людина – знання), людина і нова система соціальних цінностей і відповідальності (людина – професіоналізм). Саме в системі «людина і нове соціально-психологічне середовище» необхідно враховувати емоційно-ціннісні аспекти адаптації, пов'язані з визначенням студента як суб'єкта переживання, що у процесі адаптації своєрідно сприймає та переживає впливи зовнішнього середовища, реагує відповідно до власного емоційно-інтелектуального потенціалу.

Характеристики соціально-психологічної адаптації до студентського середовища виявляються на процесуальному (суб'єктному) та результативному (особистісному) рівнях. З позицій зазначеного підходу, *процесуальні показники* соціально-психологічної адаптації репрезентовано в адаптивних стратегіях подолання стресових ситуацій, пов'язаних з процесом міжособистісної взаємодії, *результативні показники* – в характеристиках соціально-психологічної адаптованості, що виявляються у гармонійності поєднання внутрішнього (емоційне, психологічне благополуччя) та зовнішнього (сприятливий статус у групі) компонентів. Основними *параметрами соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища* визначено: 1) готовність та пристосування до організації особистого життя в студентському середовищі (навички поведінки в соціально-груповому середовищі, система уявлень про себе та про інших); 2) включеність в інтеграційні процеси студентської групи та стосунків з оточенням (статусна визначеність, система внутрішньогрупових виборів); 3) ідентифікація зі студентськими традиціями, нормами та ритуалами поведінки (рівень і форма ідентифікації себе з студентською групою і спільнотою, система цінностей і ставлень до себе, інших, видів діяльності).

Важливим чинником соціально-психологічної адаптації особистості є здатність до розуміння та управління емоціями, що втілено у понятті «емоційний інтелект». Систематизація теоретичних напрацювань О.І.Власової, М.Зайднера, Д.В.Люсіна, Е.Л.Носенко, Р.Робертса дає підстави охарактеризувати емоційний інтелект як складний психологічний феномен, що змістовно включає як когнітивні, так і ментальні характеристики. Структурно емоційний інтелект складається із внутрішньоособистісного (спрямованого на власні емоції) та міжособистісного (спрямованого на емоції інших людей) компонентів.

На основі узагальнення праць, присвячених теоретичному та експериментальному вивченню емоційного інтелекту (І.М.Андрєєва, І.Ф.Аршава, Р.Бар-Он, О.І.Власова, Е.Л.Носенко та ін.) було виокремлено основні сфери впливу емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості: когнітивну (уявлення про себе, інших, якість життя), емоційну (емоційне самопочуття), поведінкову (статусно-рольові позиції). З позиції автора роль емоційного інтелекту в адаптації до соціально-психологічного середовища виявляється в усвідомленні особистістю емоційних переживань, пов'язаних із процесом міжособистісної взаємодії. Це сприяє здійсненню комунікативного вибору суб'єкта: орієнтацію на внутрішню (емоційна компетентність, глибина взаємин) або зовнішню (атрактивність, популярність серед інших) сторону спілкування.

У **другому розділі** – “Сфери та особливості впливу емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості до студентського середовища” – викладено процедуру організації констатуючого етапу дослідження, обґрунтовано комплекс застосованих методів і діагностичних методик, наведено та проінтерпретовано результати дослідження. Проаналізовано характеристики соціально-психологічної адаптації студентів в залежності від рівня емоційного інтелекту. Визначено сфери впливу емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості до студентського середовища.

На констатуючому етапі дослідження було проведено ряд послідовних дослідницьких процедур, спрямованих на досягнення поставлених завдань:

1) *Вивчення рівня і структури емоційного інтелекту студентів.* В якості дослідницького інструментарію було використано опитувальник ЕМІн Д.Люсіна. У дослідженні взяли участь 411 осіб – студентів I-V курсів гуманітарних та економічних спеціальностей. Обробка результатів проводилася з використанням кластерного аналізу (методом К-середніх) та факторного аналізу.

2) *Встановлення зв'язку між рівнем емоційного інтелекту та характеристиками адаптивної поведінки студентів в стресових ситуаціях міжособистісної взаємодії.* В якості дослідницького інструментарію було використано анкету «Емоційне самопочуття студентів в процесі адаптації», методику диференціальної діагностики депресивних станів В.Зунге, методику дослідження рівня соціальної фрустрованості Вассермана-Бойко, опитувальник вибору стратегій адаптивної поведінки Р.Лазаруса, С.Фолкман. Вибірка склала 200 осіб – студентів I-V курсів гуманітарних спеціальностей. Отримані емпіричні дані

підлягали первинній (методом процентильної статистики) та вторинній (засобом факторного аналізу) кількісній обробці.

3) *Встановлення зв'язку між рівнем емоційного інтелекту та формами адаптованості студентів.* В дослідницькій процедурі було використано методіку діагностики соціально-психологічної адаптованості К.Роджерса і Р.Даймонд, методіку кольорових метафор І.Соломіна, метод соціометрії. Вибірка склала 150 осіб – студентів I-V курсів гуманітарних факультетів. Отримані емпіричні дані підлягали первинній (процентильна статистика) та вторинній (метод кростабуляції) кількісній обробці.

4) *Для вивчення особливостей впливу емоційного інтелекту на показники соціально-психологічної адаптації студентів* було проаналізовано вплив емоційного інтелекту на динамічні показники емоційного самопочуття студентів (за даними проведення методіки В.Зунге і методіки Вассермана-Бойко), отримані шляхом реалізації лонгітюдного плану (n=200), а також на показники узгодженості уявлень про себе і про інших (за даними проведення методіки К.Роджерса і Р.Даймонд) і на показники внутрішньогрупової взаємодії (за даними проведення соціометрії), отримані шляхом діагностичного зрізу (n=150). В якості методів обробки даних було використано дисперсійний аналіз, метод простої лінійної регресії.

5) *Виявлення особливостей комунікативної поведінки студентів залежно від рівня емоційного інтелекту.* В якості дослідницького інструментарію було використано метод соціометрії, що застосовувався шляхом повторних діагностичних зрізів. У дослідженні взяли участь 177 осіб – студентів I-го та II-го курсів гуманітарних спеціальностей. Обробка результатів проводилася шляхом вираховування t-критерію Стьюдента для залежних вибірок.

Результати дослідницької процедури 1. Кластерний аналіз даних, отриманих за опитувальником EmIn, дозволив виділити три основні кластери: з усієї кількості опитаних студентів (n=411) – 113 досліджуваних увійшли до кластерної групи з високим рівнем емоційного інтелекту, 202 досліджуваних – до кластерної групи з середнім та 96 досліджуваних – до кластерної групи з низьким рівнем прояву емоційного інтелекту.

Аналіз показників емоційного інтелекту досліджуваних по кожній з кластерних груп показав, що найменш вираженим у студентів є раціональний компонент емоційного інтелекту – здатність до розуміння власних емоцій, емоцій інших людей.

Виявлено *гендерні відмінності* у рівнях прояву внутрішньоособистісного регулятивного компоненту емоційного інтелекту: більш високий рівень здатності до

управління власними емоціями та контролю експресії виявлено у юнаків ($p < 0,01$). Отримані дані відповідають гендерним уявленням про експресивність жінок та емоційну стриманість чоловіків (Є.П.Ільїн).

Результати дослідницьких процедур 2 і 3. Встановлено, що рівень емоційного інтелекту обумовлює характеристики соціально-психологічної адаптації студентів, проаналізовані на процесуальному та результативному рівнях.

На *процесуальному рівні* (показники емоційного самопочуття, вибір копінг-стратегій) у студентів виявлено відмінні способи подолання дискомфортних емоційних станів в залежності від рівня емоційного інтелекту: високий рівень емоційного інтелекту характеризується усвідомленістю, середній рівень емоційного інтелекту – характеризується варіативністю подолання та нейтралізацією, низький рівень емоційного інтелекту – витісненням фрустраційних, депресивних переживань в процесі адаптації особистості. Отже, роль емоційного інтелекту виявляється у здійсненні вибору між прийняттям (усвідомленням) і уникненням (витісненням) емоційних переживань, що супроводжують стресові ситуації міжособистісної взаємодії. Саме усвідомлення неприємних переживань сприяє їх більш ефективному подоланню, оскільки дає можливість попередити їх повторне виникнення. Ігнорування дискомфортних переживань, пов'язане з їх витісненням, призводить до накопичення негативних емоцій, що може провокувати прояв кризових станів у стресогенні періоди життя.

На *результативному рівні* соціально-психологічної адаптації (система уявлень, система цінностей та ставлень, система комунікативних внутрішньогрупових виборів) виявлено зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та показниками адаптованості студентів (рис. 1). Зв'язок встановлено засобами кростабуляції та застосування критерію χ -квадрат ($p < 0,01$).

Згідно отриманих даних високий рівень емоційного інтелекту характеризується гармонійним поєднанням внутрішнього і зовнішнього компонентів адаптованості (конгруентність уявлень, сприятливий статус), середній та низький рівні емоційного інтелекту – переважанням зовнішнього компоненту адаптованості над внутрішнім (сприятливі статусні позиції у групі, але недостатня конгруентність уявлень). Отже, у досліджуваних з високим рівнем емоційного інтелекту переважає особистісна адаптованість, у досліджуваних з низьким рівнем емоційного інтелекту – соціальна.

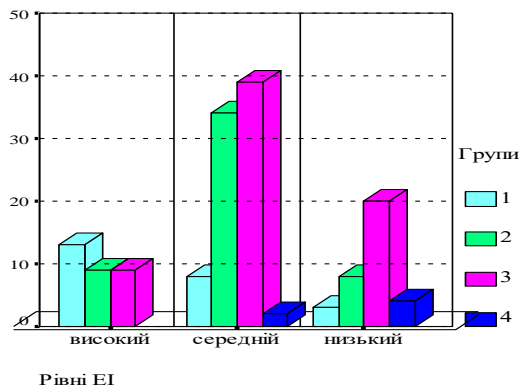


Рис. 1. Зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та показниками соціально-психологічної адаптованості студентів

Умовні позначення: 1 – високий рівень особистісної конгруентності, сприятливий соціометричний статус; 2 – високий рівень особистісної конгруентності, несприятливий соціометричний статус; 3 – низький рівень особистісної конгруентності, сприятливий соціометричний статус; 4 – низький рівень особистісної конгруентності, несприятливий соціометричний статус.

Отримані дані свідчать про те, що рівень емоційного інтелекту обумовлює різну спрямованість адаптаційної активності: розвинена здатність особистості до розуміння та управління емоціями сприяє узгодженості уявлень та улаштованості внутрішнього світу, недостатній рівень цієї здатності змушує знаходити розрядку емоцій в процесі активної міжособистісної взаємодії, у побудові «зовнішнього світу» взаємин.

Результати дослідницької процедури 4. Емпірично підтверджено, що основними сферами соціально-психологічної адаптації особистості, на які впливає емоційний інтелект, є сфера уявлень про себе і інших, сфера емоційного самопочуття, сфера комунікативної поведінки. В процесі адаптації особистості емоційний інтелект виконує рефлексивну (усвідомлення емоцій) та регулятивну (управління емоційними станами) роль.

У сфері внутрішньоособистісних уявлень встановлено ефект впливу рівня емоційного інтелекту ($p < 0,01$) на ступінь узгодженості уявлень про себе та про інших. Виявлено також опосередкований вплив складових емоційного інтелекту на показники конгруентності уявлень: у студентів з високим соціометричним статусом узгодженість системи уявлень обумовлена здатністю до розуміння емоцій – більш значимою є рефлексія емоційних переживань ($R_2 = 0,601$; $p < 0,01$), тоді як у студентів з низьким соціометричним статусом – здатністю до управління емоціями, тобто більш важливими є контроль та регулювання переживань.

У сфері емоційного самопочуття емоційний інтелект виконує регулятивну роль – за результатами повторних вимірювань, здійснених протягом року, було встановлено ефект впливу рівня емоційного інтелекту на показники депресивності ($p < 0,01$) та соціальної фрустрованості ($p < 0,01$). У стресогенні періоди студентського життя (період входження до новоствореної групи, перша сесія, «екватор» навчання, випускний період) досліджувані з високим рівнем емоційного інтелекту характеризуються більшою комфортністю емоційних станів.

У сфері комунікативної поведінки встановлено ефект впливу рівня раціональної складової внутрішньоособистісного емоційного інтелекту – здатності до розуміння власних емоцій, – на величину комунікативного статусу ($p < 0,01$) і об'єм комунікативної взаємодії ($p < 0,01$). Отже, усвідомлення власних емоційних переживань пов'язане зі зниженням популярності у групі та зменшенням обсягу комунікативних контактів. Разом з тим, ці дані можуть свідчити про вибірковість кола спілкування та осмисленість комунікативної поведінки осіб з високим рівнем здатності до розуміння власних емоцій.

Результати дослідницької процедури 5. Встановлено, що у сфері комунікативної поведінки рівень емоційного інтелекту обумовлює статусне положення в групі – студенти з високим рівнем здатності до розуміння та управління емоціями займають більш стабільні статусні позиції та характеризуються більш сталою системою внутрішньогрупових взаємних виборів ($p < 0,05$).

Встановлено також, що на етапі первинної соціально-психологічної адаптації рівень емоційного інтелекту обумовлює характеристики *включеності в інтеграційні процеси студентської групи та стосунків з оточенням* – ступінь задоволеності внутрішньогруповими стосунками, сталість системи взаємовиборів у студентів-першокурсників. Це актуалізує потребу у розробці спеціальних засобів, спрямованих на оптимізацію соціально-психологічної адаптації особистості до стосунків у навчальній групі.

У **третьому розділі** – “Активізація розвитку емоційного інтелекту як спосіб оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації студентів” – обґрунтовано методи експериментального дослідження, визначено мету та завдання експерименту. Розкрито зміст програми сприяння розвитку емоційного інтелекту як способу оптимізації соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників до навчальної групи. Представлено результати апробації програми та інтерпретацію отриманих даних.

З метою оптимізації соціально-психологічної адаптації студентів-першокурсників було розроблено програму сприяння розвитку емоційного інтелекту, спрямовану на *активізацію включеності особистості в інтеграційні процеси студентської групи та стосунків з оточенням*.

Програма складається з двох частин: 1) спецкурсу, спрямованого на розвиток когнітивної сфери і стимулювання мотиваційної сфери учасників експерименту; 2) соціально-психологічного тренінгу, що передбачає комплексний вплив на когнітивну (оцінка), емоційну (переживання) та поведінкову (комунікативна поведінка) сфери особистості.

Тренінгова програма ґрунтується на даних констатуючого етапу дослідження зв'язку між рівнем емоційного інтелекту і характеристиками соціально-психологічної адаптації, та включає два основних блоки:

1. «Розвиток внутрішньоособистісного емоційного інтелекту», спрямований на усвідомлення особливостей власних емоційних станів; формування позитивного образу «Я», розвиток афіліативності; оволодіння засобами соціально-прийняттого виходу емоцій та набуття навичок поведінки у соціально-груповому середовищі;

2. «Розвиток міжособистісного емоційного інтелекту», спрямований на усвідомлення емоційних проявів інших, розвиток емпатії; усвідомлення значення експресії у процесі внутрішньогрупової взаємодії, досягнення статусної визначеності; розвиток навичок емоційного спілкування, інтегрованість у студентське оточення.

В якості методичного інструментарію розвитку емоційного інтелекту було обрано базові методи соціально-психологічного тренінгу (групова дискусія, рольова гра) та засоби арттерапії (танцювальна терапія, музикотерапія та ін.).

Результати впровадження розвивальної програми було проаналізовано за наступними критеріями: 1) об'єктивним (кількісні зміни експериментальних показників); 2) суб'єктивно-оціночним (оцінка учасниками експерименту інформативної насиченості програми та можливості застосування набутих навичок і вмінь).

За об'єктивним критерієм було виявлено позитивну динаміку показників емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації в експериментальній групі: підвищення рівня складових внутрішньоособистісного та міжособистісного емоційного інтелекту ($p < 0,05$), зниження рівня соціальної фрустрованості

взаєминами з одногрупниками ($p < 0,05$), більш сприятливий комунікативний статус та переважання взаємності виборів у групі.

За суб'єктивно-оціночним критерієм у переважній більшості учасників експерименту спостерігаються позитивні зміни у сфері інтеграції до внутрішньогрупових стосунків та взаємин – підвищення інтересу до емоційних переживань інших членів групи, зниження байдужого ставлення до емоційних станів інших, підвищення здатності до розуміння та ефективного управління власними емоційними станами.

Аналіз феноменології емоційного інтелекту в процесі соціально-психологічного тренінгу показав позитивну динаміку внутрішньоособистісних перетворень (усвідомлення емоційних переживань сприяє усвідомленню комунікативного вибору). Виявлені в ході корекційно-розвивальної роботи «тренінгові ефекти» (зближення, емоційного знесилення, післядії) підтверджують роль емоційного інтелекту в рефлексії емоційних переживань, пов'язаних з процесом внутрішньогрупової взаємодії, та специфіку застосування арт-терапевтичних технік в інтеграції емоційних й інтелектуальних процесів.

ВИСНОВКИ

1. На підставі теоретико-методологічних узагальнень та експериментальних даних дослідження ролі емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості виявлено позитивний характер впливу здатності до розуміння та управління емоціями на здійснення комунікативного вибору студента – суб'єкта переживання емоцій в процесі адаптації до соціально-психологічного простору ВНЗ.

2. Соціально-психологічна адаптація у ВНЗ – процес і результат пристосування молодої людини до організаційного середовища навчального закладу завдяки актуалізації інтелектуального та особистісного потенціалу. Адаптація особистості до студентського середовища відбувається в системі «людина і нове соціально-психологічне середовище» (людина – людина, людина – група). Основні параметри соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища (готовність та пристосування до організації особистого життя в студентському середовищі, включеність в інтеграційні процеси студентської групи та стосунків, ідентифікація зі студентськими нормами та ритуалами поведінки)

виявляються на процесуальному (суб'єктному) та результативному (особистісному) рівнях.

3. Емоційний інтелект є чинником соціально-психологічної адаптації особистості та являє собою двохкомпонентний конструкт, який складається з *внутрішньоособистісного* (здатність до розуміння та управління власними емоціями) та *міжособистісного* (здатність до розуміння та управління емоціями інших) компонентів. Роль емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації виявляється в усвідомленні емоційних переживань, що супроводжують процес міжособистісної взаємодії.

4. За результатами емпіричного дослідження показників емоційного інтелекту студентів гуманітарних спеціальностей встановлено, що найменш вираженою у досліджуваних є здатність до розуміння емоцій.

Виявлено *гендерні відмінності* у рівні прояву внутрішньоособистісного компоненту емоційного інтелекту: більш високий рівень здатності до управління власними емоціями та контролю експресії є характерним для юнаків.

5. Досліджено зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та характеристиками соціально-психологічної адаптації студентів. На *процесуальному рівні* характеристики соціально-психологічної адаптації студентів виявляються у способах подолання дискомфортних емоційних станів: високий рівень сформованості емоційного інтелекту пов'язаний з прийняттям та усвідомленістю, низький рівень емоційного інтелекту – з уникненням та витісненням фрустраційних, депресивних переживань, які супроводжують стресові ситуації міжособистісної взаємодії. На *результативному рівні* характеристики соціально-психологічної адаптації студентів виявляються у співвіднесенні внутрішнього (особистісна конгруентність) і зовнішнього (соціометричний статус) компонентів адаптованості: високий рівень емоційного інтелекту характеризується гармонійним поєднанням особистісної адаптованості й сприятливих статусних позицій у групі, середній та низький рівні емоційного інтелекту – переважанням адаптованості до внутрішньогрупових стосунків над особистісною конгруентністю.

6. Особливості впливу емоційного інтелекту проявляються у когнітивній (уявлення про себе та про інших), емоційній (емоційне самопочуття), поведінковій (комунікативна поведінка) сферах соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища. У *сфері внутрішньоособистісних (суб'єктивних) уявлень* рівень емоційного інтелекту впливає на ступінь узгодженості уявлень про себе і про інших: студенти з високим рівнем емоційного інтелекту характеризуються більш

конгруентною системою уявлень, ніж студенти з середнім та низьким рівнями емоційного інтелекту. У сфері емоційного самопочуття емоційний інтелект виконує регулятивну роль – в стресогенні періоди навчання студенти з високим рівнем емоційного інтелекту характеризуються більш вираженою комфортністю емоційних станів. У сфері комунікативної поведінки вплив емоційного інтелекту є неоднозначним: з одного боку, встановлено, що високий рівень здатності до розуміння власних емоцій пов'язаний зі зниженням популярності у студентській групі, і поряд із тим, отримано дані, що підвищення загального рівня емоційного інтелекту сприяє стабільності статусних позицій особистості у групі, стійкості системи взаємних виборів.

7. За результатами впровадження та апробації розвивальної програми, було підтверджено вплив емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію особистості. У ході постекспериментального вимірювання було встановлено, що підвищення рівня здатності до розуміння та управління емоціями спеціально-організованими засобами (інформаційно-діагностичні заняття, соціально-психологічний тренінг) сприяє оптимізації соціально-психологічної адаптації студентів – *включеності в інтеграційні процеси групи та стосунків з оточенням* (зниженню рівня соціальної фрустрованості взаєминами з одногрупниками, стабільності показників комунікативного статусу та взаємовиборів у групі).

Для практичного застосування, доцільним є поглиблений аналіз динамічних аспектів внутрішньогрупового розподілу статусно-рольових позицій засобами лонгитюдного та порівняльного методів. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні зв'язку між складовими емоційного інтелекту та стабільністю статусу особистості у групі, у системі комунікативних, інтерактивних і перцептивних впливів.

Список опублікованих автором праць за темою дисертації:

1. Взаємодія емоцій і перцептивно-когнітивних функцій в процесі соціально-психологічної адаптації особистості // Проблеми загальної та педагогічної психології : [зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / наук. ред. Максименко С.Д.] – К.: «ГНОЗІС», 2006. – Т. VIII. – Вип. 7. – С. 148-156.

2. Здібності у структурі емоційного інтелекту // Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / [зб. наук. праць / наук. ред.

Максименко С.Д.]. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2007. – Вип. 35. – С. 581-588.

3. Потенціальні можливості складових емоційного інтелекту // Наука і освіта. – Одеса, 2007. – № 8-9. – С. 45-48.

4. Соціалізація складових емоційного інтелекту // Проблеми загальної та педагогічної психології : [зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / наук. ред. Максименко С.Д.]. – К.: «ГНОЗІС», 2007. – Т. IX. – Ч. 1. – С. 112-118.

5. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах // Соціальна психологія. – К., 2008. – № 1 (27). – С. 96-104.

6. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психологический журнал. – Минск, 2008. – №2 (18). – С. 79-84.

7. Складові емоційного інтелекту та їх значення в процесі соціально-психологічної адаптації студентів // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. Серія: Психологічні науки : [зб. наук. праць у 2-х т.]. – Чернігів: ЧДПУ, 2006. – Вип. 41. – Т. 1. – С. 86-89.

8. Адаптивные характеристики эмоционального интеллекта // Психология и современное общество: взаимодействие как путь взаиморазвития : материалы междунар. науч.-практ. конф., 13-14 апр. 2007 г. / Санкт-Петербургский институт управления и права. – СПб.: СПбИУиП, 2007. – Ч. 1. – С. 103-105.

9. Гендерная дифференциация эмоционального интеллекта // Гендер и проблемы коммуникативного поведения: сб. материалов междунар. науч. конф., 1-2 ноябр. 2007 г. / Полоцкий гос. ун-т. – Полоцк: ПГУ, 2007. – С. 270-273.

10. Роль эмоционального интеллекта в процессе социально-психологической адаптации студентов // Инновационные образовательные технологии. – Минск, 2007. – №1 (9). – С. 92-95.

11. Эмоциональный интеллект: проблемы категориальности // Психология в современном информационном пространстве : материалы междунар. науч. конф., 23-24 ноябр. 2007 г. / Смоленский гос. ун-т. – Смоленск: Изд-во СмолГУ, 2007. – Ч. 1. – С. 108-112.

12. Роль емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. Серія: Психологічні науки : [зб. наук. праць у 2-х т.]. – Чернігів: ЧДПУ, 2008. – Вип. 59 – Т. 1. – С. 94-98.

13. Феномен эмоционального интеллекта: роль в адаптации // Психология XXI века : междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых, 24-26 апр. 2007 г. : тезисы докл. / науч. ред. Н.В. Гришина. – СПб.: Издательство С.-Петербургского университета, 2008. – С. 238-240.

14. Развитие эмоционального интеллекта как способ оптимизации социально-психологической адаптации // Психология – наука будущего: междунар. конф. молодых ученых, 30-31 окт. 2008 г. : тезисы докл. / науч. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко, А.С. Обухов. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. – С. 125-128.

АНОТАЦІЇ

Дерев'янюк С.П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. – Інститут соціальної та політичної психології АПН України. – Київ, 2009.

Дисертаційна робота присвячена дослідженню ролі емоційного інтелекту в соціально-психологічній адаптації особистості до студентського середовища.

У роботі представлені результати дослідження особливостей емоційного інтелекту студентів гуманітарних спеціальностей. Виявлено, що найменш вираженою у досліджуваних є здатність до розуміння власних емоцій. Показано зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та характеристиками соціально-психологічної адаптації особистості – процесуальними (уникнення або прийняття дискомфортних емоційних станів у стресових ситуаціях міжособистісної взаємодії), результативними (співвіднесення особистісної конгруентності та соціометричного статусу).

Запропоновано авторську програму розвитку емоційного інтелекту студентів-першокурсників, результати апробації якої свідчать про доцільність її використання з метою оптимізації соціально-психологічної адаптації особистості до стосунків у навчальній групі.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптація особистості, емоційний інтелект, студентське середовище, розвиток емоційного інтелекту.

Деревянко С.П. Эмоциональный интеллект как фактор социально-психологической адаптации личности к студенческой среде. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.05 – социальная психология; психология социальной работы. – Институт социальной и политической психологии АПН Украины. – Киев, 2009.

В диссертации анализируется проблема роли эмоционального интеллекта в социально-психологической адаптации личности к студенческой среде.

В работе представлены результаты исследования особенностей эмоционального интеллекта студентов гуманитарных специальностей. Показано, что наименее выраженной у испытуемых является способность к пониманию собственных эмоций. Гендерные различия эмоционального интеллекта у лиц юношеского возраста наблюдаются в связи с уровнем проявления внутриличностного компонента эмоционального интеллекта: для юношей характерен более высокий уровень способностей к управлению собственными эмоциями и контролю экспрессии.

Установлена связь между уровнем эмоционального интеллекта и характеристиками социально-психологической адаптации личности к студенческой среде, которые проявляются на процессуальном и результативном уровнях. На процессуальном уровне различными являются способы преодоления дискомфортных эмоциональных состояний: высокий уровень эмоционального интеллекта связан с осознанием, средний уровень эмоционального интеллекта – с вариативностью совладания и нейтрализацией, низкий уровень – с вытеснением фрустрационных, депрессивных переживаний. На результативном уровне связь между уровнем эмоционального интеллекта и характеристиками социально-психологической адаптации проявляется в соотношении внутреннего (личностная конгруэнтность) и внешнего (социометрический статус) компонентов адаптированности: высокий уровень эмоционального интеллекта характеризуется гармонией внутреннего и внешнего (конгруэнтностью представлений о себе и других, благоприятным социометрическим статусом), средний и низкий уровни эмоционального интеллекта – преобладанием внешнего над внутренним (благоприятным социометрическим статусом, но недостаточной конгруэнтностью представлений).

Уточнены сферы влияния эмоционального интеллекта на социально-психологическую адаптацию личности к студенческой среде: когнитивная (согласованность системы субъективных представлений), эмоциональная

(эмоциональное самочувствие в стрессогенные периоды), поведенческая (стабильность коммуникативного статуса и взаимности выборов). Установлено опосредствованное влияние составляющих эмоционального интеллекта на сферу представлений: у студентов с благоприятным социометрическим статусом согласованность представлений о себе и других обусловлена способностью к пониманию эмоций (более значимой является рефлексия эмоциональных переживаний), у студентов с неблагоприятным социометрическим статусом – способностью к управлению эмоциями (более значим контроль переживаний).

Как один из способов оптимизации социально-психологической адаптации студентов-первокурсников к отношениям в учебной группе, была разработана программа содействия развитию эмоционального интеллекта. Анализ результатов исследования показателей социально-психологической адаптации в постэкспериментальный период подтвердил эффективность предложенной программы (зафиксировано снижение уровня социальной фрустрированности отношениями с одногруппниками, стабильность показателей коммуникативного статуса и взаимовыборов в группе). Полученные результаты засвидетельствовали роль эмоционального интеллекта в социально-психологической адаптации личности – рефлексия эмоциональных переживаний, осознание коммуникативного выбора.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация личности, эмоциональный интеллект, студенческая среда, развитие эмоционального интеллекта.

Derevyanko S.P. Emotional Intelligence as a factor of the Social-Psychological Adaptation Personality to the Student Ambience. - Manuscript.

Dissertation for Candidate degree in psychological sciences. Specialization 19.00.05 – social psychology; psychology of the social work. – Institute of Social and Political Psychology, Academy of Pedagogical sciences of Ukraine. – Kyiv, 2009.

The dissertation work is analyzing the role of emotional intelligence in the personality social-psychological adaptation to the student ambience.

The results of the research of the features of emotional intelligence of the students of humanitarian specialties are represented in this work. It was found out that the least marked was the ability of these students to understand emotions. It was stated the relation between the level of emotional intelligence and characteristics of the personality social-psychological adaptation – processual (avoidance or acceptance of uncomfortable

emotional states in stressful situations of interpersonal interaction), and resultative (correlation of interpersonal congruence and sociometric status).

The author-program of the development of the first-year student's emotional intelligence is suggested. The results of application of this program attest the expediency of using it with the purpose of optimization the personality social-psychological adaptation of the personality to the relationships in the educational group.

Key-words: social-psychological adaptation personality, emotional intelligence, student ambience, development of the emotional intelligence.