

ВЗАИМОСВЯЗЬ АДАПТИВНОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ

С. В. Андриевская

Полоцкий государственный университет (Республика Беларусь)

s.v.andrievskaya@psu.by; ORCID: 0000-0002-3969-4164

В статье раскрывается взаимосвязь адаптивности и эмоционального интеллекта у студентов современного вуза. Адаптивность рассматривается как качество личности, способствующее успешному совладанию с ситуацией. Выявлены взаимосвязи между составляющими компонентами адаптивности: нервно-психической устойчивостью, адаптивными способностями, коммуникативными особенностями, моральной нормативностью и составляющими эмоционального интеллекта у студентов.

Ключевые слова: *адаптивность; совладание; эмоциональный интеллект; студенты.*

INTERRELATION OF ADAPTABILITY AND EMOTIONAL INTELLIGENCE IN STUDENTS

S. V. Andryewskaja

Polotsk, Polotsk State University (Republic of Belarus)

The article reveals the relationship between adaptability and emotional intelligence among students of a modern university. Adaptability is considered as a personality trait that contributes to successful coping with the situation. Interrelations between the constituent components of adaptability were revealed: neuropsychic stability, adaptive abilities, communicative features, moral normativity and components of emotional intelligence among students.

Key words: *adaptability; coping; emotional intelligence; students.*

Введение. Адаптивность может рассматриваться как качество личности, способствующее успешному совладанию в стрессовых и необычных для личности ситуациях. Т. Л. Крюкова дает определение совладающего поведения, согласно которому это поведение, «позволяющее субъекту с помощью осознанных действий способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией» [Крюкова, 2008]. Однако же, совладающее поведение может быть как адаптивным, так и неадаптивным. Адаптивность или неадаптивность стратегии совладания определяется особенностями ситуации и самой личностью [Малиновская, 2016].

Постановка проблемы. Эмоциональный интеллект личности влияет на ее способность адаптироваться к социальным условиям [Андреева, 2012]. В том числе он оказывает влияние на совладание со стрессом. В совладании личности с современными вызовами важное значение играет как нервно-психическая устойчивость личности, так и ее адаптивные способности, что, по мнению некоторых исследователей [Маклаков, Чермянин, 2009], является составными элементами адаптивности личности.

Некоторые современные исследователи вопроса адаптивности у студентов [Ковшилова, 2010; Авдеенко, 2016] полагают, что студенты с высоким

уровнем эмоционального интеллекта хорошо понимают свои эмоции и чувства других людей, могут управлять своей эмоциональной сферой, и поэтому в обществе их поведение более адаптивно. Мы поставили вопрос о проверке данного утверждения на новой выборке в нашем исследовании. Была выдвинута гипотеза о взаимосвязи между адаптивностью и эмоциональным интеллектом у студентов.

Методы и результаты исследования. Выборка исследования составила 45 студентов 1–4 курса Полоцкого государственного университета в возрасте 18–21 год. Было проведено исследование студентов на добровольной основе по следующим методикам: Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина и Методика Н. Холла на определение уровня эмоционального интеллекта. Сбор и первичный анализ эмпирических данных проводился студенткой Е. Ю. Кравчинской.

Получены следующие результаты диагностики степени адаптивности (методика А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина): средние значения по шкале «адаптивные способности» – 67,5; по шкале «нервно-психическая устойчивость» – 41,4; по шкале «коммуникативные особенности» – 15,7; по шкале «моральная нормативность» – 10,2.

По данным методики Н. Холла на определение уровня эмоционального интеллекта наиболее выраженной у студентов оказалась шкала «эмоциональная осведомленность» (среднее – 8,5 баллов), а наименее – шкала «управление эмоциями» (среднее 1,2 баллов). По шкале «самотивация» средние значения – 4,2 балла; по шкале «эмпатия» – 6,8 баллов, по шкале «распознавание эмоций других» среднее значение – 5 баллов.

С помощью ранговой корреляции Спирмена, нами была выявлена взаимосвязь между показателями шкал методик: Многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина и Методики Н. Холла на определение уровня эмоционального интеллекта.

Получены следующие результаты:

Выявлена обратная средняя значимая корреляционная связь между переменными «адаптивные способности» и «управление эмоциями» ($p = 0,01 < 0,05$; $r = -0,54$). Это означает, что при увеличении адаптивных способностей снижается управление эмоциями и наоборот. Это может быть связано с тем, что студенты с низким уровнем адаптивности вынуждены чаще взаимодействовать с людьми, чтобы приспособиться к окружающим условиям, и, следовательно, им нужно лучше понимать других. Студенты же с высокой адаптивностью не нуждаются в постоянном общении, так как могут самостоятельно приспособиться к окружающим их условиям, без помощи посторонних, а следовательно, не задумываются над управлением эмоциями, проявляют их спонтанно.

Выявлена значимая взаимосвязь между переменными «адаптивные способности» и «самотивация» ($p = 0,01$). Взаимосвязь между переменными умеренная ($r = -0,44$), т. е. при повышении адаптивных способностей снижается уровень самотивации. Исследователь В. М. Долгова [Долгова, 2009] считает, что студенту, которому легко адаптироваться, мотивирует окружение и окружающие его обстоятельства. Нам же кажется, что когда студенту без труда дается адаптация, это снижает необходимость мотивировать себя.

Выявлена значимая корреляционная взаимосвязь между переменными «нервно-психическая устойчивость» и «управление эмоциями» ($p = 0,01$; $r = -0,6$). Это означает, что с повышением нервно-психической устойчивости снижается уровень управления эмоциями и наоборот. Вероятно, студенты с высоким уровнем нервно-психической устойчивости не задумываются над тем, как же управлять своими эмоциями.

Выявлена обратная средняя взаимосвязь между переменными «нервно-психическая устойчивость» и «самотивация» ($p = 0,01$, $r = -0,56$). При повышении уровня нервно-психической устойчивости снижается уровень самотивации. Предположительно, это происходит потому, что студент с высоким уровнем нервно-психической устойчивости не нуждается в самотивации, поскольку он и так устойчив и ему незачем себя мотивировать.

Значимая корреляционная взаимосвязь выявлена между переменными «коммуникативные особенности» и «самотивация» ($p = 0,03$). Связь обратная умеренная ($r = -0,32$). При повышении уровня коммуникативных особенностей падает уровень самотивации. Понятие «коммуникативных особенностей», согласно трактовке авторов методики, интегрирует несколько личностных и черт, таких, как например, конфликтность и социальных, например, наличие опыта и потребности общения. Чем больше у студентов коммуникативных особенностей, тем ниже самотивация, что может быть объяснено тем, что при повышении коммуникативных особенностей повышается внешняя мотивация к общению у студентов и падает самотивация, потому что мотивировать самого себя нет необходимости, так как есть внешние мотиваторы.

Выявлена умеренная взаимосвязь между переменными «моральная нормативность» и «управление эмоциями» ($p = 0,01$, $r = 0,4$). При повышении уровня моральной нормативности повышается и уровень управления эмоциями. Предположительно это происходит потому, что социальные нормы диктуют нам, что нельзя ярко выражать свои эмоции, поэтому их нужно контролировать, и это повышает уровень управления эмоциями у индивида.

Выводы. На нашей выборке получены, кажущиеся на первый взгляд, относительно парадоксальные результаты, требующие дальнейшего осмысления: самотивация обратно связана с адаптивными способностями студентов, нервно-психической устойчивостью и коммуникативными особенностями; управление эмоциями обратно связано с адаптивными способностями личности и нервно-психической устойчивостью. В связи с тем, что в методике показатели управления эмоциями и самотивации рядоположены (показатель самотивации отражает наличие внутренней устремленности на управление собственными эмоциями), мы приходим к выводу, что чем более развиты адаптивные способности студента, тем меньше он мотивирован на осознанное управление эмоциями. Управление эмоциями в данном случае переходит на автоматический уровень и не требует с его стороны ярко выраженных прилагаемых усилий.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Авдеенко А. С. Психологическая адаптация студентов вуза // Вестник Совета молодых ученых и специалистов Челябинской области. 2016. Т. 4, № 2 (13). С. 4–8.

2. Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта. СПб. : БХВ-Петербург, 2012. 288 с.

3. Долгова В. М. Адаптация как научно-исследовательский феномен: сущность и содержание // Молодой ученый. 2009. № 9(9). С. 149–152.

4. Ковшилова С. Н. Особенности эмоционального интеллекта студентов // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2010. № 11-1. С. 45–48.

5. Крюкова Т. Л. Человек как субъект совладающего поведения / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М. : Ин-т психологии РАН, 2008. С. 55–65.

6. Маклаков А. Г., Чермянин С. В. Психологическое прогнозирование в экстремальных условиях деятельности // Вестник СПбГУ. Сер. 12. 2009. Вып. 4. С. 142–148.

7. Малиновская Е. Л. Совладающее поведение как предмет исследования психологии личности // Вестник Университета Российской академии образования. 2016. № 2. С. 134–138.

СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ И ПЕРЕЖИВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СТРЕССА СТУДЕНТАМИ СОЦИОНОМИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ЭТАПА ОБУЧЕНИЯ

Т. О. Гребенникова

Московский государственный лингвистический университет
rougetats@gmail.com

В статье рассматриваются специфические для студентов социологических специальностей проявления стрессовой симптоматики в зависимости от этапа обучения. Полученные данные указывают на тенденцию к хронизации этих проявлений и формированию состояний дезадаптации в первые годы обучения.

Ключевые слова: *стресс; высшее образование; хронические синдромы; дезадаптация; социологическая специальность.*

SPECIFIC FEATURES OF PSYCHOLOGICAL STRESS MANIFESTATION AND EXPERIENCE IN SOCIONOMY STUDENTS AT DIFFERENT STAGES OF TRAINING

T. O. Grebennikova

Moscow State Linguistic University

The article covers those features of stress symptoms' manifestation typical of sociology students depending on their stage of training. Data obtained reveals a tendency for these symptoms to get chronic and to the development of maladaptive states from the very onset of studies.

Keywords: *stress; higher education; chronic syndromes; maladaptation; sociology.*