

Н. Г. Новак, канд. психол. наук, доцент, **А. И. Шаец**

УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИРРАЦИОНАЛЬНЫХ УБЕЖДЕНИЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

В статье иррациональные убеждения понимаются как иррациональные установки, которым принадлежит негативная роль в социальной адаптации молодых людей. Представлены результаты исследования взаимосвязи иррациональных убеждений и эмоционального интеллекта юношей и девушек.

Ключевые слова: иррациональные убеждения, эмоциональный интеллект, юноши, девушки, личность, юношеский возраст.

Важность обращения к вопросу об иррациональных установках в юношеском возрасте связана с тем, что иррациональные убеждения с позиций рационально-эмотивного подхода приводят к отрицательным эмоциям (депрессия, тревожность, гнев, чувство вины), препятствуют постановке цели и ее достижению, ведут к непродуктивным формам поведения (откладывание, избегание, саморазрушающее поведение). Иррациональным установкам принадлежит негативная роль в социальной адаптации молодых людей. От характера установок и убеждений, преобладающих в юношеском возрасте, во многом зависит успешность функционирования юношей и девушек, адаптации к проблемам окружающего мира.

В отечественных и зарубежных исследованиях показана роль эмоционального интеллекта в адаптации к новым социальным условиям, в совладании со стрессом (Р. Бар-Он, Е. В. Ерохина, Т. С. Киселева, Т. А. Панкова), в межличностном взаимодействии, межличностных отношениях (Р. Бар-Он, М. Мейер), в управленческой деятельности (О. В. Белоконь, Т. С. Киселева, А. К. Кравцова, А. С. Петровская). На сегодняшний день разработан целый ряд моделей эмоционального интеллекта (Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Н. В. Коврига, Д. В. Люсин, М. А. Манойлова, Дж. Мэйер, Э. Л. Носенко, П. Сэловей и др.), проведены исследования его влияния на успешность в отдельных видах деятельности (С. П. Деревянко, И. Е. Егоров, А. С. Петровская и др.), определена структура эмоционального интеллекта (И. Н. Андреева, Т. П. Березовская, О. И. Власова, Н. В. Коврига, Д. В. Люсин, М. А. Мануйлова, Э. Л. Носенко, И. В. Плужников, В. Д. Шадриков и др.). Однако в психолого-педагогической литературе отсутствуют исследования, направленные на изучение взаимосвязи иррациональных убеждений и эмоционального интеллекта в юношеском возрасте, что обусловило выбор темы нашего исследования. В нашем

исследовании эмоциональный интеллект определяется как вид социального интеллекта, направленный на анализ эмоциональной информации, и обеспечивающий успешное понимание эмоций и управление ими.

Эмоциональному интеллекту отводится существенная роль в развитии личности. Эмоциональный интеллект определяет понимание эмоций, испытываемых другими людьми, по их вербальному и невербальному поведению, позволяет дифференцировать проявления чувств людей, способствует умению определять источник и причину возникновения эмоции, ее назначение и возможные последствия развития, степень ее полезности в конкретной ситуации, в соответствии с этим при необходимости найти способ регуляции эмоции.

Высокоразвитый эмоциональный интеллект (прежде всего, внутриличностный) выступает как фактор самоактуализации в творческой деятельности, связанной с общением и взаимодействием с другими людьми. В сфере эмоциональных переживаний эмоциональный интеллект играет регулирующую роль, способствуя повышению уровня психологического комфорта, в то время как в сфере межличностных отношений эмоциональный интеллект играет стимулирующую роль, побуждая к безусловному принятию себя и других.

В исследовании с целью изучения взаимосвязи иррациональных убеждений и эмоционального интеллекта в юношеском возрасте приняли участие 100 человек, из них 52 юноши и 48 девушек. Возраст испытуемых – 17 - 20 года. Исследование проходило на базе УО «Гомельский государственный профессионально-технический колледж бытового обслуживания» и УО «Гомельский государственный профессионально-технический колледж электротехники».

Методики исследования: методика диагностики иррациональных установок (А. Эллис); опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» (Д. В. Люсин).

В результате корреляционного анализа установлено, что в группе лиц юношеского возраста выявлены следующие взаимосвязи: положительная связь по показателям между шкалами «Долженствование в отношении других» и «Межличностный интеллект», положительная связь по показателям между шкалами «Оценочная установка» и «Понимание чужих эмоций». Данные взаимосвязи свидетельствуют о том, что лица юношеского возраста, предъявляющие адекватные требования к другим, обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; лица юношеского возраста, оценивающие не отдельные черты или поступки людей, а личность в целом, обладают способностью понимать эмоциональное состояние другого человека на основе внешних проявлений эмоций и/или интуитивно; проявлять чуткость к внутренним состояниям других людей.

Нами были подсчитаны корреляционные связи в группе юношей и в группе девушек. Выявлены корреляционные связи по следующим параметрам: положительная связь по показателям между шкалами «Катастрофизация» и «Управление своими эмоциями» ($r=0,49$; $p\leq 0,05$)

означает, что юноши, оценивающие каждое неблагоприятное событие как событие, которое можно преодолеть, обладают развитой способностью и потребностью управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные; отрицательная связь по показателям между шкалами *«Долженствование в отношении себя»* и *«Внутриличностный эмоциональный интеллект»* ($r=-0,45$; $p\leq 0,05$) означает, что юноши, предъявляющие чрезмерно высокие требования к себе, не обладают способностью к пониманию собственных эмоций и управлению ими; отрицательная связь по показателям между шкалами *«Долженствование в отношении других»* и *«Управление чужими эмоциями»* ($r=-0,41$; $p\leq 0,05$) означает, что юноши, предъявляющие чрезмерно высокие требования к другим, не обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; положительная связь по показателям между шкалами *«Долженствование в отношении других»* и *«Межличностный интеллект»* ($r=0,43$; $p\leq 0,05$) означает, что юноши, предъявляющие адекватные требования к другим, обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; положительная связь по показателям между шкалами *«Оценочная установка»* и *«Понимание чужих эмоций»* ($r=0,42$; $p\leq 0,05$) означает, что юноши, оценивающие не отдельные черты или поступки людей, а личность в целом, обладают способностью понимать эмоциональное состояние другого на основе внешних проявлений эмоций и/или интуитивно; проявлять чуткость к внутренним состояниям других людей; отрицательная связь по показателям между шкалами *«Фрустрационная толерантность личности»* и *«Контроль экспрессии»* ($r=-0,46$; $p\leq 0,05$) означает, что юноши, обладающие низкой степенью переносимости различных фрустраций, слабой стрессоустойчивостью, не способны контролировать внешние проявления своих эмоций; отрицательная связь по показателям между шкалами *«Рациональность мышления»* и *«Понимание своих эмоций»* ($r=-0,44$; $p\leq 0,05$) означает, что юноши, обладающие рациональным мышлением, не способны к осознанию своих эмоций: их распознаванию и идентификации, пониманию причин, способности к вербальному описанию.

Таким образом, в результате корреляционного анализа выявленные взаимосвязи свидетельствуют о том, что юноши, оценивающие каждое неблагоприятное событие как событие, которое можно преодолеть, обладают развитой способностью и потребностью управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные; юноши, предъявляющие чрезмерно высокие требования к себе, не обладают способностью к пониманию собственных эмоций и управлению ими; юноши, предъявляющие чрезмерно высокие требования к другим, не обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; юноши, предъявляющие адекватные требования к другим, обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; юноши, оценивающие не отдельные черты или

поступки людей, а личность в целом, обладают способностью понимать эмоциональное состояние другого на основе внешних проявлений эмоций и/или интуитивно; проявлять чуткость к внутренним состояниям других людей; юноши, обладающие низкой степенью переносимости различных фрустраций, слабой стрессоустойчивостью, не способны контролировать внешние проявления своих эмоций; юноши, обладающие рациональным мышлением, не способны к осознанию своих эмоций: их распознаванию и идентификации, пониманию причин, способности к вербальному описанию.

Можно заключить, что выявлены корреляционные связи по следующим параметрам: отрицательная связь по показателям между шкалами *«Катастрофизация»* и *«Управление своими эмоциями»* ($r=-0,39$; $p\leq 0,05$) означает, что девушки, оценивающие каждое неблагоприятное событие как ужасное и невыносимое, не обладают способностью и потребностью управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные; положительная связь по показателям между шкалами *«Долженствование в отношении себя»* и *«Внутриличностный эмоциональный интеллект»* ($r=0,44$; $p\leq 0,05$) означает, что девушки, предъявляющие адекватные требования к себе, обладают способностью к пониманию собственных эмоций и управлению ими; положительная связь по показателям между шкалами *«Долженствование в отношении других»* и *«Управление чужими эмоциями»* ($r=0,47$; $p\leq 0,05$) означает, что девушки, предъявляющие чрезмерно высокие требования к другим, обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; положительная связь по показателям между шкалами *«Долженствование в отношении других»* и *«Межличностный эмоциональный интеллект»* ($r=0,41$; $p\leq 0,05$) означает, что девушки, предъявляющие адекватные требования к другим, обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; положительная связь по показателям между шкалами *«Оценочная установка»* и *«Понимание чужих эмоций»* ($r=0,48$; $p\leq 0,05$) означает, что девушки, оценивающие не отдельные черты или поступки людей, а личность в целом, обладают способностью понимать эмоциональное состояние другого на основе внешних проявлений эмоций и/или интуитивно; проявлять чуткость к внутренним состояниям других людей; положительная связь по показателям между шкалами *«Фрустрационная толерантность личности»* и *«Контроль экспрессии»* ($r=0,51$; $p\leq 0,05$) означает, что девушки, обладающие высокой степенью переносимости различных фрустраций, стрессоустойчивостью, способны контролировать внешние проявления своих эмоций; положительная связь по показателям между шкалами *«Рациональность мышления»* и *«Понимание своих эмоций»* ($r=0,45$; $p\leq 0,05$) означает, что девушки, не обладающие рациональным мышлением, способны к осознанию своих эмоций: их распознаванию и идентификации, пониманию причин, способности к вербальному описанию.

Таким образом, в результате корреляционного анализа выявленные взаимосвязи свидетельствуют о том, что девушки, оценивающие каждое

неблагоприятное событие как ужасное и невыносимое, не обладают способностью и потребностью управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные; девушки, предъявляющие адекватные требования к себе, обладают способностью к пониманию собственных эмоций и управлению ими; девушки, предъявляющие чрезмерно высокие требования к другим, обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; девушки, предъявляющие адекватные требования к другим, обладают способностью вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций; девушки, оценивающие не отдельные черты или поступки людей, а личность в целом, обладают способностью понимать эмоциональное состояние другого на основе внешних проявлений эмоций и/или интуитивно; проявлять чуткость к внутренним состояниям других людей; девушки, обладающие высокой степенью переносимости различных фрустраций, стрессоустойчивостью, способны контролировать внешние проявления своих эмоций; девушки, не обладающие рациональным мышлением, способны к осознанию своих эмоций: их распознаванию и идентификации, пониманию причин, способности к вербальному описанию.

Список использованных источников

- 1 Карпович, Т. Н. Социальный интеллект и пути его развития у учащихся юношеского возраста // Психологія. – 2002. – № 3. – С. 78–86.
- 2 Овчинникова, Н. Ф. Эмоциональный интеллект молодежи / Н. Ф. Овчинникова // Человеческий фактор. Социальный психолог. – 2016. – № 1. – С. 178–181.

УДК 159.923.2:159.954-057.874:159.928.236:784.96

А. Н. Певнева, канд. психол. наук
УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА МУЗЫКАЛЬНО ОДАРЕННЫХ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ АНСАМБЛЕВОГО МУЗИЦИРОВАНИЯ

В статье обосновывается использование ансамблевого музицирования для развития творческого потенциала музыкально одаренных детей младшего школьного возраста. Обосновывается актуальность проблемы и проведения экспериментального исследования, описываются и анализируются полученные данные, предлагаются рекомендации к практическому использованию полученных результатов.

Ключевые слова: творческий потенциал, одаренный ребенок, младший школьник, ансамблевое музицирование.