

М. С. Зиренко

Россия, Москва, МГУ имени М. В. Ломоносова

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПРЕДВОСХИЩЕНИЕ КАК ПРОЦЕСС, ОТРАЖАЮЩИЙ ЕДИНСТВО ИНТЕЛЛЕКТА И АФФЕКТА

Исследование выполнено при поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, Грант № 19-29-07069.

Идея единства аффекта и интеллекта в предвосхищении будущего может быть раскрыта через понятие эмоционального прогнозирования как включающего когнитивные схемы будущих событий и их эмоциональную оценку. Апробированная на российской выборке методика на аффективное прогнозирование показала высокую внутреннюю валидность. Понимание эмоций как шкала эмоционального интеллекта и имплицитные теории контролируемых эмоций связаны с принятием более полной картины будущего как включающего негативные события, а шкалы управления эмоциями связаны с предвосхищением положительных событий.

Развитие идеи единства интеллекта и аффекта, как она была обоснована Л. С. Выготским в положении о взаимопереходах между внутренними планами мотивационно-смысловой регуляции мышления и «чистой» мысли, состоялось в школе О.К. Тихомирова. Понятие образа мира как амодального глубинного образования, направляющего – со стороны системы индивидуально представленных значений – активность субъекта в построении образа (перцептивного и мыслительного), сформулированное в концепции А. Н. Леонтьева, стало важным компонентом понимания того, как личность справляется с динамикой неопределенности [5]. Антиципация, предвосхищения, прогнозирование – те процессы, которые опосредствуют регуляцию действий и принятия решений человеком. И среди этих процессов наименее изученным является эмоциональное (или широко понятое – аффективное) предвосхищение (ЭП).

Прогнозирование будущего осуществляется посредством прогностической активности человека и включает, согласно концепции множественной многоуровневой регуляции принятия решений [1; 2], становление динамических регулятивных систем (ДРС) как иерархий свойств,

опосредствующих преодолению человеком неопределенности. И в этих ДРС «здесь и сейчас» представлены как интеллектуальные, так и эмоционально-личностные компоненты.

В современных зарубежных исследованиях эмоциональные предвосхищения рассматриваются как антиципации и оценки своих эмоций, которые ожидаются от событий в будущем, что включено в прогнозирование этих событий. Исследования показывают, что люди значительно ошибаются в том, сколько положительных или отрицательных эмоций они получат, если в их жизни произойдет некоторое событие; и эти искаженные ожидания влияют на принятие решений в настоящем [10]. Снижение прогнозов для позитивных событий связано с развитием фантазий об избегании опыта и ответственности в будущем [7].

Параллельно этим исследованиям, причем не пересекаясь с ними, идут исследования эмоционального интеллекта (ЭИ). Это понятие не включает конструкт прогнозирования, но предполагает не только идентификацию, но и понимание своих и чужих эмоций, что явно включает предположения о них субъекта. Вопрос о соотношении ЭИ и ЭП пока остается открытым; в некотором степени он представлен в понимании эмоциональной креативности (ЭК) [3]. Остается отметить, что для диагностики ЭИ, ЭП и ЭК используются разные опросники, что косвенно свидетельствует о различии полагаемых за этими конструктами процессов.

Исследовательской задачей является включение процессов эмоционального прогнозирования в понимание принятий решений, а значит необходимость разработки инструментария, выделяющего соответствующие процессы.

Прогнозирование будущих событий осуществляется посредством мышления, основанного на схеме Я (self-schematic thinking) и схем будущих событий (future-event schema), содержащих убеждения о том, каким будет будущее – сам человек в будущем и мир в будущем [6].

Целью данного исследования стала апробация на русский язык опросника на аффективное прогнозирование «События будущего», а также установление связей показателей аффективного прогнозирования с эмоциональным интеллектом и имплицитными теориями эмоций.

Метод. *Участники исследования:* 446 человек в возрасте от 17 до 50 лет ($M = 25.1$, $SD = 7.7$), 83% женщин. Участники заполняли перечисленные ниже методики в случайном порядке предъявления, частично в очном формате (до пандемии, частично – онлайн).

Методики: Методика на аффективное прогнозирование «События будущего» (адаптация оригинальной методики из [8]). Методика состоит из описаний 34 положительных и отрицательных событий. Испытуемым необходимо ответить, может ли это событие произойти с ними в будущем, или нет, и указать, насколько они уверены в этом.

1. Опросник на эмоциональный интеллект ЭмИн состоит из 46 пунктов и включает шкалы внутри- и межличностного ЭИ, шкалы понимания и управления эмоциями (своими и чужими), а также контроль экспрессии [4].

2. Шкала имплицитных теорий эмоций (адаптация оригинальной методики из: [9]) включает 4 пункта, оценивающих степень, в которой эмоции рассматриваются как поддающиеся контролю.

Результаты.

1. *Внутренняя согласованность опросника «События будущего».* Показана высокая внутренняя согласованность опросника в отношении ответов «да/нет» ($\alpha = .84$) и в отношении рейтингов уверенности ($\alpha = .89$).

2. *Прогнозирование положительных и отрицательных событий.*

Таблица 1 – Количество прогнозируемых положительных и отрицательных событий

Показатель	Среднее	SD	t	p
N положительных событий, которые произойдут	13.37	2.35	53.01	.001
N положительных событий, которые НЕ произойдут	1.63	2.36		
N отрицательных событий, которые произойдут	10.66	4.57	7.87	.000
N отрицательных событий, которые НЕ произойдут	7.75	4.49		
N положительных событий, которые произойдут	13.37	2.36	11.88	.000
N отрицательных событий, которые произойдут	10.50	4.54		
N положительных событий, которые НЕ произойдут	1.69	2.41	-24.52	.000
N отрицательных событий, которые НЕ произойдут	7.75	4.49		

Из положительных событий количество тех, которые произойдут, значительно больше тех, что не произойдут (см. Таблицу 1). Из отрицательных событий количество тех, которые произойдут, так же значительно больше тех, что не произойдут.

При этом количество положительных событий, которые произойдут, больше количества отрицательных событий, которые произойдут. И количество положительных событий, которые не произойдут, меньше, чем количество отрицательных событий, которые не произойдут.

3. *Связи аффективного прогнозирования с эмоциональным интеллектом и имплицитными теориями интеллекта.*

Были посчитаны частные корреляции показателей эмоционального интеллекта и имплицитных теорий интеллекта с показателями методики на эмоциональное прогнозирование (с поправкой на пол и возраст).

1. Понимание своих эмоций отрицательно связано с предсказываемым количеством положительных событий ($r = -.25, p < .05$).

2. Управление эмоциями других людей, а также общий межличностный ЭИ отрицательно связаны с предсказываемым количеством отрицательных событий ($r = -.26, p < .05$ и $r = -.25, p < .05$, соответственно).

3. Управление эмоциями (своими и чужими) положительно связано с уверенностью в том, что в будущем произойдут положительные события ($r = .31, p < .05$).

4. ИТ контролируемых эмоций положительно связана с уверенностью в том, что произойдут отрицательные события ($r = .24, p < .05$).

Обсуждение результатов. Методика на аффективное прогнозирование показала высокую внутреннюю валидность при апробации на русскоязычной выборке.

На выборке апробации получено преобладание предвосхищения положительных событий в будущем.

Большее понимание своих эмоций связано с меньшим количеством предсказываемых положительных событий, что, возможно, объясняется тем, что чем больше люди разбираются в мире собственных эмоций, тем больший спектр эмоциональных состояний им доступен для переживания, а значит, таким же разнообразным с точки зрения эмоций они прогнозируют и будущее – включающее в том числе и негативные события. Подобное объяснение возможно и для результата о том, что рассмотрение собственных эмоций как поддающихся контролю связано с более высокой уверенностью в том, что будущее содержит негативные события. Вероятно, люди, разделяющие ИТ контролируемых эмоций, в большей степени принимают жизненный опыт во всей его полноте и так же его прогнозируют. Не отрицают и не избегают ожиданий негативных событий, поскольку знают, что смогут совладать с собственными эмоциями, когда столкнутся с жизненными трудностями.

Следующий результат свидетельствует о том, что чем больше развиты способности к управлению эмоциями других, тем меньше предсказываемое число отрицательных событий. Возможная интерпретация заключается в том, что в опроснике «События будущего» более половины пунктов с отрицательными событиями включают контекст отношений с другими людьми («Быть отвергнутым значимым человеком», «Быть неспособным довериться кому-либо», и др.), следовательно, чем больше у человека развиты способности к управлению эмоциями других людей, тем меньшее количество указанных негативных событий он предвосхищает. То же объяснение возможно и для следующего результата – о положительной связи шкалы управления эмоциями – своими и чужими – с уверенностью в том, что в будущем произойдут положительные события.

Таким образом, методика на аффективное прогнозирование показала высокую валидность. Более высокие показатели понимания эмоций как шкалы эмоционального интеллекта и имплицитных теорий эмоций связаны с принятием более полной картины будущего как включающего негативные

события, в то время как шкалы управления эмоциями связаны с предвосхищением положительных событий.

Список использованных источников и литературы

- 1 Корнилова, Т. В. Психология выбора как мыслительное и личностное опосредствование преодоления неопределенности / Т. В. Корнилова // Психологический журнал. – 2016. – Т. 37, № 3. – С. 113–124.
- 2 Корнилова, Т. В. Психология неопределенности: единство интеллектуально-личностной регуляции решений и выборов / Т. В. Корнилова // Психологический журнал. – 2013. – Т. 34, № 3. – С. 89–100.
- 3 Крюкова, Е. А. Эмоциональный интеллект: черта или способность (к результатам русскоязычной адаптации опросника «черты эмоционального интеллекта») / Е. А. Крюкова, М. А. Шестова, Т. В. Корнилова // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен : матер. конф. – М. : Институт психологии РАН, 2020. – С. 1694–1700.
- 4 Люсин, Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные / Д. В. Люсин // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям. – М. : Институт психологии РАН, 2009. – С. 264–278.
- 5 Смирнов, С. Д. Образ мира в динамическом контроле неопределенности / С. Д. Смирнов, М. А. Чумакова, Т. В. Корнилова // Вопросы психологии. – 2016. – № 4. – С. 3–13.
- 6 Andersen, S. M. Future-event schemas and certainty about the future: Automaticity in depressives' future-event predictions / S. M. Andersen, L. A. Spielman, J. A. Bargh // Journal of personality and social psychology. – 1992. – Vol. 63(5). – P. 711–723.
- 7 MaRRoQuín, B. Escaping the future: Affective forecasting in escapist fantasy and attempted suicide / B. MaRRoQuín, S. Nolen-Hoeksema, R. Miranda // Journal of Social and Clinical Psychology. – 2013. – Vol. 32 (4). – P. 446–463.
- 8 Miranda, R. Depression, generalized anxiety disorder, and certainty in pessimistic predictions about the future / R. Miranda, D. S. Mennin // Cognitive therapy and research. – 2007. – Vol. 31(1). – P. 71–82.
- 9 Tamir, M. Implicit theories of emotion: Affective and social outcomes across a major life transition/ M. Tamir, O. P. John, S. Srivastava, J. J. Gross // Journal of personality and social psychology. – 2007. – Vol. 92(4). – P. 731–740.
- 10 Wilson, T. D. Affective forecasting: Knowing what to want/ T. D. Wilson, D. T. Gilbert // Current directions in psychological science. – 2005. – Vol. 14 (3). – P. 131–134.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ