

*Думчене Аудроне Леоновна*

д-р социол. наук, профессор

*Микиштайте Инга*

студентка

Литовский университет спорта

г. Каунас, Литовская Республика

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ИНТЕЛЛИГЕНЦИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

**Аннотация:** в исследовании применена шкала эмоциональной интеллигенции Шутте (*Schutte Emotional Intelligence Scale*). Опрошено 42 девушки и 44 юноши 15–18 лет, занимающихся спортом. Результаты показали значительные различия в оценках компонентов эмоциональной интеллигенции ( $p < 0,05$ ). У девушек выше оценки по показателям способность использовать положительный эмоциональный опыт и способность понимать и анализировать эмоции. Юноши лучше умеют управлять эмоциями.

**Ключевые слова:** эмоциональная интеллигенция, спортсмен, поведение, юноши, девушки.

Введение. Эмоционально интеллигентные люди могут использовать способность адаптироваться к стратегии и контексту других людей для достижения своих целей [5]. В некоторых исследованиях изучалось влияние эмоциональной интеллигенции на когнитивные процессы, такие как принятие решений и решение проблем [4]. Исследователи [12] показали, что участники с более высоким уровнем эмоциональной интеллигенции решали больше когнитивных задач и справлялись с этим лучше, чем участники с более низким уровнем эмоциональной интеллигенции. эмоциональная интеллигенция также важна в саморегулируемом поведении, которое может включать импульсный контроль. Высокий уровень эмоциональной интеллигенции позволяет управлять эмоциями, связанными с агрессией и безответственным поведением [6; 7]. Эмоциональная интеллигенция представляет собой другую форму интеллекта, и наиболее широко применяемыми теоретическими моделями являются смешанные модели и модель

способностей [8]. Смешанные модели представляют эмоциональную интеллигенцию как совокупность умственных способностей и личностных качеств, таких как оптимизм, мотивация и стрессоустойчивость [8]. Модель способностей определяет эмоциональную интеллигенцию как интеграцию нескольких способностей: способность точно воспринимать, оценивать и выражать эмоции; способность получать и / или генерировать чувства, когда они способствуют мысли; способность понимать эмоции и эмоциональные знания; и способность регулировать эмоции, чтобы способствовать эмоциональному и интеллектуальному росту [9]. Определение эмоциональной интеллигенции как умения, основанного на способностях, позволяет обучать определенным компетенциям, которые могут быть непосредственно применены к специализированной области. Когда эмоциональная интеллигенция представляется как способность, которую можно обучать, изучать и изменять, ее можно использовать для решения специфических аспектов отношений молодых спортсменов, эмоции которых не работают должным образом. По этой причине, обучение эмоциональной интеллигенции должно быть приоритетом в области воспитания юных спортсменов, чтобы улучшить эти отношения в будущем.

Данные [2] показывают отрицательную связь между способностями эмоциональной интеллигенции, особенно управлением эмоциями, и импульсивностью. Установлено [1], что эмоциональные способности может иметь важное значение для тренировки эмоциональной интеллигенции. Эмоциональная интеллигенция значительно варьирует в зависимости от пола. Исследования эмоционального интеллекта показали, что женщины демонстрируют значительно лучшие результаты, чем мужчины [10], но величина эффекта пола существенно варьируется. В других исследованиях сообщалось о небольших различиях относительно пола [3]. В этом исследовании мы пользовались моделью способностей эмоционального интеллекта.

Методы и организация исследования. Для выявления особенностей эмоциональной интеллигенции был проведен опрос молодых спортсменов 15–18 лет, принимающих участие в разных видах спорта. При опросе применялся шкала

эмоциональной интеллигенции Шутте (Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS)) [11]. В шкалу включено 33 утверждения. Каждое утверждение респондент должен оценить в пятибалльной шкале Ликерта (от полностью не согласен до полностью согласен). По шкале оцениваются четыре компонента эмоциональной интеллигенции: способность использовать положительный эмоциональный опыт (оптимизм), способность оценивать и выражать эмоции (социальные навыки), способность понимать и анализировать эмоции (оценка), способность управлять эмоциями (использование). Анкета была разработана, чтобы помочь измерить способность респондентов идентифицировать, понимать, использовать и независимо управлять своими и чужими эмоциями [11]. Респонденты в исследовании принимали участие добровольно. Всего было опрошено 86 юных спортсменов, среди них 42 девушки и 44 юноши. Возраст 15–18 лет. Для исследования было получено согласие родителей.

Результаты. Применение  $t$ -критерия Стьюдента позволило выявить ряд статистически значимых различий в показателях эмоциональной интеллигенции исследуемых юных спортсменов, результаты которых представлены в Таблице 1. Результаты проведенного исследования выявили некоторые различия в оценках эмоциональной интеллигенции между девушками и юношами. У девушек значительно ( $p > 0,05$ ) выше оценки по показателям способность использовать положительный эмоциональный опыт и способность понимать и анализировать эмоции. Юноши лучше умеют управлять эмоциями ( $p < 0,05$ ). По оценкам способности оценивать и выражать эмоции значимых отличий не установлено.

Таблица 1

*Данные по суб-шкалам эмоциональной интеллигенции*

Показатели	Девушки ( $n = 42$ )		Юноши ( $n = 44$ )		$F$	$p$	$t$	$p$
	$M$	$SD$	$M$	$SD$				
Способность использовать положительный эмоциональный опыт	4,29	0,874	4,03	0,398	28,86	<0,05	2,57	<0,05

Способность оценивать и выражать эмоции	4,21	0,624	4,12	0,494	1,00	>0,05	0,89	>0,05
Способность понимать и анализировать эмоции	3,94	0,618	3,547	0,446	1,738	>0,05	2,71	<0,05
Способность управлять эмоциями	4,11	0,567	4,76	0,669	0,312	>0,05	2,68	<0,05

Примечание: *M* – средние; *SD* – стандартные отклонения; *F* – критерий оценки равенства дисперсий; *p* – уровень статистической значимости; *t* – критерий Стьюдента.

Способность оценивать и выражать эмоции практически не отличается ( $p > 0,05$ ). Наше исследование показало, что по двум показателям эмоциональной интеллигенции девушки оценивают себя выше, чем юноши.

Закключение. По двум показателям эмоциональной интеллигенции девушки оценивают себя выше, чем юноши, а юноши только по одному выше девушки.

### ***Список литературы***

1. Cabello R. Implicit theories and ability emotional intelligence / R. Cabello, P. Fernández-Berrocal // Front. Psychol. – 2015. 22:3389.
2. Checa P. The Role of Intelligence Quotient and Emotional Intelligence in Cognitive Control Processes / P. Checa, P. Fernandez-Berrocal // Front. Psychol. – 2015. 6:1853.
3. Fernández-Berrocal P. Gender differences in emotional intelligence: the mediating effect of age / P. Fernández-Berrocal, R. Cabello, R. Castillo [et al.] // Psychol. Behav. – 2012. – Vol 20. – P. 77–89.
4. Fernández-Berrocal P. When to cooperate and when to compete: emotional intelligence in interpersonal decision-making / P. Fernández-Berrocal, N. Extremera, P.N. Lopes [et al.] // J. Res. Pers. – 2014. – Vol 49. – P. 21–24.
5. Ford B.Q. When getting angry is smart: emotional preferences and emotional intelligence / B.Q. Ford, M. Tamir // Emotion. – 2012. – Vol 12. – P. 685–689.

6. García-Sancho E. Relationship between emotional intelligence and aggression: a systematic review / E. García-Sancho, M. Salguero, P. Fernández-Berrocal // *Agress. Violent Behav.* – 2014. – Vol 19. – P. 584–591.
7. Lomas J. Brief report: emotional intelligence, victimisation and bullying in adolescents / J. Lomas, C. Stough, K. Hansen [et al.] // *J. Adolesc.* – 2012. – Vol 35. – P. 207–211.
8. Mayer J.D. Human abilities: emotional intelligence / J.D. Mayer, R.D. Roberts, S.G. Barsade // *Annu. Rev. Psychol.* – 2008. – Vol 59. – P. 507–536.
9. Mayer J.D. «What is emotional intelligence?» in *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* / J.D. Mayer, P. Salovey, eds P. Salovey, D. Sluyter. – New York: Basic Books. 1997. – P. 3–31
10. McIntyre H.H. Gender differences in the nature and linkage of higher-order personality factors to trait and ability emotional intelligence. // *Pers. Individ. Dif.* – 2010. – Vol 48. – P. 617–622.
11. Schutte N.S. Development and validation of a measure of emotional intelligence / N.S. Schutte, J.M. Malouff, L.E. Hall [et al.] // *Pers. Individ. Dif.* – 1998. – Vol 25. – P. 167–177.
12. Schutte N.S. Emotional intelligence and task performance. *Imagin* / N.S. Schutte, E. Schuettpelez, J.M. Malouff // *Cogn. Pers.* – 2001. – Vol. 20. – P. 347–354.