

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМООЦІНКИ ТА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

К. С. Ходус

Херсонський державний університет, ekatirinahodus@gmail.com

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор І. С. Попович

Постановка проблеми. Висока динамічність змін сучасного суспільства зумовлює цілу низку вимог до життєдіяльності осіб юнацького віку. Важливими складовими успішного функціонування та адаптування до нових умов є розвинені самооцінка і рівень емоційного інтелекту суб'єкта. Значущість означених психологічних конструктів не обмежується лише впливом на формування психологічних структур особистості, вона також проявляється в успішності параметрів діяльності, яку реалізує особа юнацького віку. Розвинена здатність до розуміння власних емоцій, почуттів, управління емоційним станом, трактування емоцій інших та наявність вміння адекватно оцінювати свої можливості сприяє ефективнішому розв'язанню конфліктних ситуацій, конструктивному міжособистісному спілкуванню та повній реалізації власного потенціалу.

Аналізування останніх досліджень та публікацій. Дослідження феноменів самооцінки та емоційного інтелекту ставало предметом наукових наробітків як українських, так і зарубіжних вчених, серед них О. Бойко, І. Головська, Г. Горун, Ю. Мартинюк, Л. Папітченко, Д. Почепцова, І. Попович, І. Тичина, М. Rosenberg, М. Sorensen (досліджували особливості самооцінки); С. Дерев'янку, Н. Коврига, О. Лящ, І. Матійків, Е. Носенко, Н. Gardner, J. Mayer, Р. Salovey (вивчали параметри емоційного інтелекту).

Концепт самооцінки у психологічній науці переважно розглядають із позиції самостійного оцінювання суб'єктом власних фізичних, комунікативних, моральних, інтелектуальних якостей, можливостей, ставлення з боку представників соціального простору та свого становища у суспільстві [2, с.

327]. Частина дослідників наголошують на тісному взаємозв'язку між самооцінкою й емоційною сферою особистості.

Феномен емоційного інтелекту у розумінні української дослідниці О. Лящ постає інтелектуальною здатністю, яка пов'язана із трактуванням та регуляцією емоційних проявів особистості [1]. Дефініція означеного концепту полягає у вмінні адекватного розпізнавання, розуміння, оцінювання власних емоційних проявів, здатності суб'єкта породжувати почуття, які сприяють процесам мислення, трактування емоцій інших, а також регуляції емоцій та сприяння власному емоційному й інтелектуальному розвитку [3; 5].

Дослідники J. Mayer та P. Salovey при вивченні параметрів емоційного інтелекту дійшли висновку, що особа, у якої розвинений емоційний інтелект, володіє п'ятьма основними здібностями. Важливого значення набуває оперування першою здібністю – усвідомлення суб'єктом власних емоцій – оскільки усі подальші процеси, які пов'язані із емоційною сферою залежать саме від розуміння особистістю причин виникнення переживань. Низку окреслених здібностей доповнюють свідоме управління емоціями, мотивування себе до діяльності, розпізнавання та конструктивне тлумачення емоційних проявів інших людей і вміння підтримувати доброзичливі відносини із представниками соціального простору [4; 6].

Узагальнюємо, феномени самооцінки та емоційного інтелекту є важливими компонентами особистісного розвитку юнаків. Адекватна самооцінка та високий рівень емоційного інтелекту сприяють кращій соціалізації та реалізації діяльності особистістю юнацького віку.

Метою статті є демонстрування результатів емпіричного дослідження психологічних змістових параметрів взаємозв'язку самооцінки та емоційного інтелекту осіб юнацького віку.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні психологічних змістових параметрів взаємозв'язку самооцінки та емоційного інтелекту осіб юнацького віку взяли участь 80 осіб віком 17–20 років. Вибірку складають 44 дівчини та 36 юнаків.

Для реалізації мети нашого дослідження було використано комплекс методик, який містив опитувальники «Тест самооцінки» (M. Sorensen) і «Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту» (В. Зарицька).

Одержані результати досліджуваних за методикою «Тест самооцінки» (M. Sorensen), яка була спрямована на визначення загального рівня самооцінки осіб юнацького віку, представлено у табл. 1 за посередництва описових частотних характеристик середнього значення та середньоквадратичного відхилення.

Таблиця 1

Статистичні показники за методикою «Тест самооцінки» (M. Sorensen)

№	Шкала	Описові частотні характеристики	
		М	SD
1.	Рівень самооцінки	33,25	14,08

Визначені показники є свідченням превалювання у нашій вибірці респондентів із середнім або ж адекватним рівнем самооцінки, який розкривається крізь здатність до адекватного оцінювання юнаками своїх досягнень і невдач, власних характеристик особистості, вмінь та навичок. У випадку невдачі такі особи юнацького віку раціонально аналізують причини неуспіху, а не вдаються до самоприниження. Перейдемо до інтерпретування результатів за опитувальником «Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту» (автор В. Зарицька), які представлено у табл. 2.

Таблиця 2

Статистичні показники за методикою «Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту» (автор В. Зарицька)

№	Шкала	Описові частотні характеристики	
		М	SD
1.	Розуміння особистістю власних емоцій	27,31	12,93
2.	Самоконтроль і саморегуляція емоцій	23,23	15,36
3.	Розуміння особистістю емоцій інших	21,01	11,58
4.	Здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні	21,57	13,56
5.	Загальний рівень розвитку емоційного інтелекту	93,13	45,22

Як бачимо із табл. 2, переважна більшість опитаних осіб юнацького віку демонструє мінімальну межу середнього рівня розвитку як складових, так і загального показника емоційного інтелекту. Означені результати свідчать про помірну здатність юнаків до усвідомлення та розуміння як своїх емоційних проявів, так і емоцій інших, регулювання і контролювання почуттів, емоцій, а також вміння реалізовувати і покращувати окремі аспекти міжособистісного спілкування або діяльності за посередництва власних емоцій.

Основним завданням нашого дослідження є визначення психологічних змістових параметрів взаємозв'язку самооцінки та емоційного інтелекту осіб юнацького віку, для його реалізації нами було здійснено кореляційний аналіз одержаних даних за критерієм Пірсона. Результати кореляційного аналізу відображено у табл. 3.

Таблиця 3

Значущі кореляційні зв'язки між показниками самооцінки та емоційного інтелекту осіб юнацького віку

Параметр	РЕ	СС	РІ	ЗЕ	ЕІ
Рівень самооцінки	0,295**			0,647**	0,258*

Примітка: * – $P < 0,05$; ** – $P < 0,01$; РЕ – розуміння особистістю власних емоцій, СС – самоконтроль і саморегуляція емоцій, РІ – розуміння особистістю емоцій інших, ЗЕ – здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні, ЕІ – загальний рівень розвитку емоційного інтелекту

З'ясовано, що на рівні статистичної значущості $P < 0,01$ показник рівня самооцінки осіб юнацького віку позитивно корелює із такими складовими емоційного інтелекту, як «розуміння особистістю власних емоцій» (0,295) і «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні» (0,647). Тому ми можемо констатувати, що рівень розвитку здатності до адекватного самооцінювання власних можливостей обумовлює і одночасно залежить від вміння до усвідомлення своїх емоційних переживань, розуміння детермінант їх виникнення та розвиненої соціальної навички, яка розкривається через регуляцію власних емоцій, що виникають у процесі міжособистісної взаємодії або виконуваної діяльності.

На рівні статистичної значущості $P < 0,05$ було виявлено достовірний взаємозв'язок між загальним рівнем самооцінки та рівнем емоційного інтелекту (0,258). Окреслений кореляційний зв'язок є підтвердженням гіпотези нашого дослідження, яка була розкрита у темі. Ми трактуємо визначений взаємозв'язок як залежність наявності конструктивної здатності до ідентифікування, використання, розуміння та керування власними емоціями від сформованих основ адекватної самооцінки, що передбачають відповідне реальності самоставлення до різних вимірів власної особистості суб'єктом юнацького віку.

Висновки. Отже, реалізовано емпіричне дослідження психологічних змістових параметрів взаємозв'язку самооцінки та емоційного інтелекту осіб юнацького віку. Визначено, що рівень самооцінки юнаків пов'язаний зі здатністю до розуміння власних емоцій, використання їх у діяльності й спілкуванні та загальним рівнем емоційного інтелекту. Ми пояснюємо окреслені взаємозв'язки необхідністю наявності конструктивної самооцінки для реалізації ідентифікування, регулювання та використання власних емоцій відповідно до поставлених цілей.

Література:

1. Ляц О. П. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці : автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07. Київ, 2020. 46 с.
2. Попович І. С. Самооцінка як критерій соціально-психологічних очікувань. Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України. К.: «ГНОЗИС», 2010. Т. 12, ч. 3. С. 326–333.
3. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York: Basic Books. 1993. 304 p.
4. Mayer J. D., Salovey P. Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*. 1995. V. 4. P. 197–208.
5. Popovych I., Halian I., Pavliuk M., Kononenko A., Hrys A., Tkachuk T. Emotional quotient in the structure of mental burnout of athletes. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022. Vol. 22(2). P. 337–345. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.02043>
6. Popovych I. S. Social expectations in the theories of motivation of personality. *Philosophy. Psychology. Sociology*. 2014. Vol. 4(20). P. 53–63.