

УДК 159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.2.9>**О. В. Милославська**кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри прикладної психології
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА МІЖСОБИСТІСНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ У ЮНАКІВ ТА ДІВЧАТ

У статті наведено результати дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної залежності у юнаків та дівчат. Обґрунтовано актуальність дослідження та зазначено, що сучасні дослідження підтверджують значущість емоційного інтелекту у побудованні гармонійних міжособистісних стосунків та окреслюють питання щодо взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної залежності, котра зумовлює специфічне «викривлення» міжособистісних стосунків та здійснює деструктивний вплив на особистість. Підкреслено, що особливої значущості ця проблема набуває у студентському віці. Зазначено, що як психодіагностичний інструментарій було застосовано опитувальник емоційного інтелекту «Емін» Д. Люсіна та тест профілю стосунків, створений групою дослідників на чолі з Р. Борштейном, адаптований О. Макушиною. Для статистичної обробки результатів було застосовано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Вибірку склали 96 осіб. До першої групи увійшло 45 юнаків, до другої – 51 дівчина. Встановлено, що юнаки та дівчата демонструють відмінності у структурі взаємозв'язків між емоційним інтелектом та міжособистісною залежністю. У групі дівчат зафіксовано більшу кількість значущих зв'язків між досліджуваними феноменами, зміст яких свідчить, що з посиленням компонентів емоційного інтелекту відбувається інгібіція деструктивної залежності та дисфункційного відділення. У групі юнаків виявлено меншу кількість таких зв'язків, при цьому удосконалення здатності до розуміння чужих емоцій та до розуміння емоцій загалом супроводжується актуалізацією здорової залежності. Доведено, що зростання емоційного інтелекту у дівчат супроводжується нейтралізацією міжособистісної залежності, тоді як у юнаків спостерігається фасилітація здорової залежності. Окреслено перспективу подальших досліджень, яка полягає у розробленні та апробації програм профілактики та корекції залежності у міжособистісних стосунках у молоді.

Ключові слова: деструктивна залежність, дисфункційне відділення, емоційний інтелект, здорова залежність, міжособистісна залежність.

Постановка проблеми. Під час інноваційних й інформаційних перетворень, що відбуваються в сучасному українському суспільстві, перед освітою постають нові виклики.

Здатність особистості до успішного розвитку безумовно багато в чому пов'язана зі знаннями, уміннями і навичками, ерудицією та здатністю до мислення загалом, тобто з рівнем загального інтелекту. Однак здебільшого високого рівня загального інтелекту виявляється недостатньо для досягнення успіхів у професійній діяльності, гармонізації особистого життя та успішній соціалізації. Останніми роками, підкреслює О.О. Лелюх-Степанчук, у психологічній літературі все частіше використовується термін «емоційний інтелект», яким позначається сукупність здібностей, знань і умінь, пов'язаних з регулюванням емоційної сфери особистості, необхідних для успішної соціалізації та комунікації [1, с. 70].

Отже, емоційний інтелект виступає чинником позитивізації функціонування особистості та успішності людини загалом. Разом з цим проблема взаємозв'язків емоційного інтелекту з психологічними феноменами негативної модальності

залишається недостатньо вивченою, за винятком окремих робіт. Наприклад, О.О. Бантишева у своєму дисертаційному дослідженні [2] вивчала психологічні особливості емоційного інтелекту осіб юнацького віку, схильних до віктимної поведінки.

Особливо актуальною, на наш погляд, є проблема взаємозв'язків емоційного інтелекту та міжособистісної залежності, що потребує детального наукового висвітлення, з огляду на те, що емпіричні дані, отримані в процесі її вивчення, дозволять вдосконалити програми профілактики та корекції залежності у міжособистісних стосунках.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останнім часом як у зарубіжній, так і вітчизняній психології спостерігається зростання інтересу до вивчення емоційного інтелекту як конструкта, що забезпечує можливість будувати міжособистісні взаємини на основі розуміння як власних емоцій і почуттів, так і оточуючих людей [2, с. 28]. В. Фурман вказує, що більшість досліджень доводять, що EI – це один із центральних факторів успіху. Вважається, що розвиток емоційного інтелекту в разі підвищує ефективність особистості в різних

соціальних сферах та її здатність відчувати себе успішною [3, с. 84]. На думку І. Грузинської, емоційний інтелект виступає значущою інтегральною характеристикою особистості, яка реалізується в її здібностях розуміти емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційний підтекст міжособистісних відносин, регулювати емоції таким чином, щоб сприяти за допомогою позитивних емоцій успішній когнітивній пізнавальній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню чи загрожують досягненню індивідуального успіху [4, с. 92]. Емоційний інтелект є тією сполучною ланкою, що допомагає осмислити міжособистісні взаємини на основі розуміння емоцій та почуттів суб'єктів взаємодії, вибудувати лінію поведінки в потрібному річизі, що своєю чергою призводить до максимально комфортного співіснування в соціумі та допомагає домагатися поставлених цілей під час конструктивної взаємодії з іншими людьми [Цит. за 2, с. 30]. На найвищому рівні сформованості емоційного інтелекту вибір характеру поведінки, адекватної ситуації, здійснюється без надмірних зусиль волі, бо він відбиває систему соціальних навичок, сформованих під впливом переконань на рівні свідомості. З одного боку, надситуативний характер дій емоційно розумної людини зумовлює звільнення від безпосередньої зовнішньої детермінації, з іншого – перешкоджає перетворенню людини на раба власних потреб, потягів та миттєвих інтересів. На цьому рівні розвитку емоційного інтелекту неконгруентність зовнішніх та внутрішніх ознак емоційного процесу афективного забарвлення чинників досягається шляхом конгруентності особистості як її інтегративної властивості, яка забезпечує тотожність. <...> емоційний інтелект можна розглядати як одну з форм відображення у зовнішній поведінці суб'єкта його відносної незалежності від характеристики безпосередніх обставин життєдіяльності, у межах яких відбувається емоційне реагування [5, с. 80].

Р. Бар-Он концептуалізує емоційний інтелект як сукупність емоційних і соціальних компетентностей, здібностей і знань, що забезпечують успішну взаємодію з оточуючими людьми, а також подолання різноманітних життєвих ситуацій [Цит. за 6, с. 41]. Він розробив модель, що складається з п'яти тематичних сфер (внутрішньоособистісна сфера, сфера міжособистісних стосунків, сфера адаптивності, сфера управління стресом та сфера загального настрою), кожна з яких вміщує п'ятнадцять компетенцій. Зокрема, до внутрішньоособистісної сфери, серед іншого, Р. Бар-Он відносить незалежність, яку визначає як здатність самостійно приймати рішення і бути емоційно незалежним від інших [Цит. за 6, с. 42].

Л. Дубровіна, посилаючись на дані, отримані І. Андреевою, констатує, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту володіють такими характерис-

тиками: по-перше, вони схильні цінувати свої позитивні властивості і поважати себе за них; по-друге, здатні приймати себе незалежно від своїх достоїнств і недоліків, тобто не страждають від наявності комплексу неповноцінності; по-третє, незалежні і схильні керуватися в житті своїми власними цілями, переконаннями, принципами і установками; по-четверте, виявляють тенденцію до швидкого встановлення глибоких і тісних емоційних контактів з людьми (що особливо важливо для профілактики і корекції адиктивної поведінки); по-п'яте, мають виражене прагнення до придбання знань про навколишній світ, здатні до цілісного сприйняття світу і людей, схильні сприймати природу людини загалом як позитивну; по-шосте, мають здатність жити справжнім – переживати справжній момент життя у всій його повноті. Таким чином, вказує Л. Дубровіна, можна зробити висновок, що розвиток емоційного інтелекту є ефективним засобом психолого-педагогічної корекції та профілактики адиктивної поведінки [7], зокрема міжособистісної залежності [8; 9].

Міжособистісна залежність належить до соціально прийнятних форм нехімічних залежностей, об'єктом якої виступають відносини з іншими людьми [10, с. 60]. Дослідження у цій сфері показали, що міжособистісна залежність, яка зовні практично непомітна, є дуже поширеною і має вкрай негативні наслідки [11, с. 3]. Непомітність міжособистісної залежності робить її особливо небезпечною, оскільки вона негативно впливає на розвиток особистості, побудову сценарію життя, психічне і соматичне здоров'я [12, с. 3]. Я. Гавриленко пропонує розглядати залежність у міжособистісних стосунках як варіативний феномен, що в міжособистісному співбутті проявляється в різноманітних формах (покірність, дидактизм, трикутні стосунки, неусвідомлювані та повторювані паттерни стосунків, що блокують особистісний розвиток) [2, с. 80].

Отже, міжособистісна залежність зумовлює специфічне «викривлення» міжособистісних стосунків та здійснює деструктивний вплив на особистість. З огляду на те, що сучасні дослідження підтверджують значущість емоційного інтелекту у будівництві гармонійних міжособистісних стосунків, виникає питання щодо взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної залежності, яке досі залишається недостатньо висвітленим у психологічній науці. Особливої значущості це питання набуває у студентському віці.

Студентський вік – це час формування індивідуальності, час, коли відбуваються якісні зміни у бік набуття неповторності, винятковості «Я» і свого життєвого шляху [14, с. 44], перешкодою чому може стати міжособистісна залежність.

Мета статті – встановлення взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної залежності у студентів – юнаків та дівчат.

Виклад основного матеріалу. Розгортання дослідження у гендерному ракурсі, на нашу думку, дозволяє більш детально розглянути взаємозв'язки означених психологічних феноменів, котрі, за даними, наведеними у науковій літературі, виявляють гендерну специфіку. Так, наприклад, І. Грузинська виявила, що існують певні гендерні відмінності в розвитку окремих складників емоційного інтелекту: у юнаків краще розвинені уміння розуміти власні емоції, їх виражати, керування ними. Здатність ідентифікувати, використовувати емоції та знання про них краще розвинена у дівчат, що позначається на дещо вищому загальному рівні їх емоційного інтелекту [4, с. 92]. Стосовно міжособистісної залежності, М. Жидко зауважує, що, по-перше, залежність традиційно розглядається як якість, притаманна власне жінкам, по-друге, саме жінки складають основний контингент тих, хто звертається за психологічною допомогою щодо проблем міжособистісних відносин, та, по-третє, проблеми міжособистісних відносин чоловіків довгий час знаходились під соціальним табу і підпадали під інші рубрики [15, с. 1]. Наявність гендерних відмінностей у структурі міжособистісної залежності підтверджують результати, отримані А. Асєєвою [10], Л. Дубровіною [8], М. Огій [16].

Вибірку склали 96 студентів. Першу групу склали 45 юнаків, другу – 51 дівчина.

Для діагностики емоційного інтелекту (EI) було використано опитувальник «ЕІІ», автором якого є Д. Люсін. Відповідно до теоретичної моделі, що лежить в основі опитувальника ЕІІ, у його структурі можна виділити, з одного боку, внутрішньоособистісний і міжособистісний ЕІ (за спрямованістю на свої або чужі емоції), з іншого боку, здатності до розуміння і управління емоціями. Опитувальник складається з 46 тверджень, які розподілені за п'ятьма субшкалами, котрі своєю чергою об'єднуються в чотири шкали більш загального порядку [17, с. 266–267].

Для діагностики міжособистісної залежності було застосовано тест профілю відносин (Relationship Profile Test), створений групою дослідників на чолі з Р. Борштейном. Адаптацію методики представлено О. Макушиною [18, с. 29–31]. Опитувальник вміщує 30 тверджень, що розподілені за трьома шкалами: деструктивна надзалежність, дисфункційне (деструктивне) відділення та здорова залежність [18, с. 30].

Як метод математичної обробки даних було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Отримані результати свідчать про те, що як у групі дівчат, так і у групі юнаків значущі від'ємні взаємозв'язки встановлені між субшкалою ЕІ інтелекту «Розуміння чужих емоцій» та шкалами «Деструктивна залежність» ($r = -0,369$, $p \leq 0,01$ та

$r = -0,322$, $p \leq 0,05$) та «Дисфункційне відділення» ($r = -0,311$, $p \leq 0,05$ та $r = -0,428$, $p \leq 0,01$), яка своєю чергою в обох групах від'ємно корелює на значущому рівні з субшкалою ЕІ «Керування чужими емоціями» ($r = -0,341$, $p \leq 0,05$ та $r = -0,447$, $p \leq 0,01$).

У структурі взаємозв'язків профілю стосунків та субшкал ЕІ були встановлені відмінності у дівчат та юнаків. У групі дівчат шкала «Деструктивна залежність» виявляє значущі від'ємні взаємозв'язки з субшкалами ЕІ «Керування чужими емоціями» ($r = -0,324$, $p \leq 0,05$), «Розуміння власних емоцій» ($r = -0,486$, $p \leq 0,001$), «Контроль експресії» ($r = -0,315$, $p \leq 0,05$). У групі юнаків шкала «Здорова залежність» додатно корелює на значущому рівні з субшкалою ЕІ «Розуміння чужих емоцій» ($r = 0,419$, $p \leq 0,01$).

Як у групі дівчат, так і у групі юнаків значущий від'ємний взаємозв'язок встановлений між шкалою ЕІ «Розуміння емоцій» та шкалою «Дисфункційне відділення» ($r = -0,367$, $p \leq 0,01$ та $r = -0,316$, $p \leq 0,05$), яка, крім того, у групі юнаків від'ємно корелює на значущому рівні зі шкалою «Міжособистісний ЕІ» ($r = -0,372$, $p \leq 0,05$).

Структура взаємозв'язків між профілем стосунків та шкалами ЕІ у дівчат та юнаків також виявляє відмінності. У групі дівчат шкала «Деструктивна залежність» виявляє значущі від'ємні кореляції зі шкалами «Міжособистісний ЕІ» ($r = -0,409$, $p \leq 0,01$) та «Внутрішньоособистісний ЕІ» ($r = -0,316$, $p \leq 0,05$), тоді як у групі юнаків між цим складником профілю стосунків та шкалами ЕІ не встановлено жодного значущого зв'язку. Шкала «Здорова залежність» у групі дівчат виявилась непов'язаною з шкалами ЕІ, тоді як у групі юнаків ця складова профілю стосунків додатно корелює на значущому рівні з такою шкалою ЕІ як «Розуміння емоцій» ($r = 0,339$, $p \leq 0,05$).

Отже, зміст виявлених взаємозв'язків свідчить про те, що як у юнаків, так і у дівчат, зі зростанням здатності до розуміння чужих емоцій меншої вираженості набувають деструктивна залежність та дисфункційне відділення, котре водночас стає менш вираженим разом із посиленням здатності до керування чужими емоціями. В обох групах з посиленням здатності до розуміння емоцій загальною менш вираженими стають ознаки дисфункційного відділення, які у юнаків втрачають вираженість також і зі зростанням міжособистісного ЕІ.

Слід зауважити, що в структурі взаємозв'язків між складниками профілю стосунків та ЕІ встановлені також і інші відмінності між групами дівчат та юнаків. У дівчат посилення здатності до керування чужими емоціями, до розуміння власних емоцій та до контролю експресії, а також міжособистісного та внутрішньоособистісного ЕІ, супроводжується інгібіцією деструктивної залежності, у юнаків разом зі збільшенням здатності до розуміння

чужих емоцій та до розуміння емоцій загалом відбувається актуалізація здорової залежності.

Висновки. На основі кореляційного аналізу доведено, що групи юнаків та дівчат демонструють відмінності у структурі взаємозв'язків між ЕІ та міжособистісною залежністю. Дівчата та юнаки різняться як змістом значущих взаємозв'язків між ЕІ та міжособистісною залежністю, так і кількістю значущих взаємозв'язків різної модальності. У групі дівчат зафіксовано більшу кількість значущих зв'язків між досліджуваними феноменами, зміст яких свідчить, що з посиленням компонентів ЕІ відбувається інгібіція деструктивної залежності та дисфункційного відділення. У групі юнаків виявлено меншу кількість таких зв'язків, при цьому удосконалення здатності до розуміння чужих емоцій та до розуміння емоцій загалом супроводжується актуалізацією здорової залежності. Отже, зростання ЕІ у дівчат супроводжується нейтралізацією міжособистісної залежності, тоді як у юнаків спостерігається фасілітація здорової залежності.

Слід зазначити, що проведене дослідження не дає остаточної відповіді щодо всього спектру взаємозв'язків ЕІ та міжособистісної залежності. Разом з цим отримані емпіричні результати дозволяють окреслити перспективу подальшої роботи, яку ми бачимо у розробці тренінгів, інтерактивних семінарів, практичних занять, що спрямовані на розвиток емоційного інтелекту, на актуалізацію здорової залежності та нейтралізацію її деструктивних компонентів.

Література:

1. Лелюх-Степанчук О.О. Передумови появи феномену емоційного інтелекту в психології. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства*: матеріали III Всеукраїнського наук.-практ. круглого столу (6 березня 2018 року); за заг. ред. О.Г. Льовкіної, Р.А. Калениченка. Ірпінь : УДФС України, 2018. С. 70–72.
2. Бантишева О.О. Психологічні особливості емоційного інтелекту осіб юнацького віку, схильних до віктимної поведінки : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2017. 305 с.
3. Фурман В. Емоційний інтелект як метакомпетенція особистості. *Педагогічна освіта: Теорія і практика*. 2017. № 27. С. 82–85.
4. Грузинська І.М. Теоретичні аспекти проблеми емоційного інтелекту у юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*: зб. наук. праць. 2017. Вип. 5 (50). С. 88–95.
5. Четверик – Бурчак А.Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2015. 187с
6. Казанцева Г.Н. Психологические факторы формирования эмоциональной культуры личности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Стерлитамак, 2014. 210с.
7. Дубровина Л.А. Психолого-педагогическая профилактика и коррекция аддиктивного поведения через развитие эмоционального интеллекта. *Инновации в науке*: сб. ст. по матер. XV междунар. науч.-практ. конф. Новосибирск: СибАК, 2012. URL: <https://sibac.info/conf/innovation/xv/30787> (дата звернення: 14.11.2018).
8. Дубровина Л.А., Городничева А., Григорьева О. Профилактика возникновения межличностной зависимости в старшем подростковом возрасте. *Новый взгляд. Международный научный вестник*: сб. науч. трудов. 2015. Вып.7. С. 102–111.
9. Дубровина Л.А., Домшенко Е.Н., Шелобаева И.Д. Развитие эмоционального интеллекта у подростков как условие профилактики социальных аддикций. *Новый взгляд. Международный научный вестник*: сб. науч. трудов. 2015. Вып. 7. С. 112–121.
10. Асеева А.Д. Социально-психологические аспекты зависимого поведения в межличностных отношениях в юношеском возрасте : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Курск, 2014. 210с.
11. Коцюба Г.О. Психологічні особливості організації узалежненого кохання у жінок : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Харків, 2010. 19с.
12. Фролова Є.В. Психологічні чинники і динаміка формування стосунків міжособистісної залежності у жінок : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Харків, 2008. 21с.
13. Гавриленко Я.А. Особливості комунікації у просторі залежних стосунків. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2013. № 4. С. 73–83.
14. Милославська О.В. Емоційний інтелект як складова комунікативної компетентності студентів : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01. Харків, 2011. 190 с.
15. Жидко М.Є. Особистісні чинники формування відносин подружньої співзалежності у чоловіків : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Харків, 2006. 20с.
16. Огій М. Особливості міжособистісної залежності у юнаків та дівчат. *News of Science and Education*. 2017. Том.1. №4. С. 55–57.
17. Люсин Д.В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные. *Социальный и эмоциональный интеллект: от моделей к измерениям*. Москва : Институт психологии РАН, 2009. С. 264–278.
18. Макушина О.П. Методы психологического изучения девиантного поведения : учебное пособие. Воронеж : Изд-во ВГУ, 2006. 79 с.

Myloslavska O. V. The interrelation of emotional intelligence and interpersonal dependency in boys and girls

The article presents the results of a study of interrelations between emotional intelligence and interpersonal dependency in boys and girls. The relevance of the study is substantiated, and it is stated that modern research confirms the importance of emotional intelligence in the construction of harmonious interpersonal relationships and outlines the issues of the interrelation of emotional intelligence and interpersonal dependency, which causes a specific “distortion” of interpersonal relationships and destructively affects the personality. It is emphasized that this problem becomes especially important in the student age. It was noted that the emotional intelligence questionnaire “Emln” by D. Lusin, and the Relationship Profile Test (R. Borshtein et al.), adapted by O. Makushina, were used as a psychodiagnostic tool. Spearman’s rank correlation coefficient was used for statistical processing of results. The sample consisted of 96 students. The first group included 45 boys, the second – 51 girls. It has been established that boys and girls demonstrate various structures of the relationship between emotional intelligence and interpersonal dependency. In the group of girls, there were a large number of significant interrelations between the phenomena under study, the content of which indicates that the inhibition of destructive dependency and dysfunctional detachment is enhanced by components of emotional intelligence. A smaller number of such relationships were found in the group of boys, while the improvement of the ability to understand others’ emotions and to understand emotions in general was accompanied by the actualization of healthy dependency. It has been proven that the growth of emotional intelligence in girls is accompanied by the neutralization of interpersonal dependency, whereas in boys there is facilitation of healthy dependency. The prospect of further research, which consists in the development and testing of programs of prevention and correction of dependence in interpersonal relationships in youth, is outlined.

Key words: destructive dependency, dysfunctional detachment, emotional intelligence, healthy dependency, interpersonal dependency.