

## ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ПЕРФЕКЦИОНИЗМА У СТУДЕНТОВ

*Аннотация.* В статье представлен фрагмент эмпирического исследования проблемы различий эмоционального интеллекта и перфекционизма личности у студентов 1-го курса ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет». Эмоциональный интеллект рассматривается как сложное интегративное образование и заключается в способности человека принимать решения на основе отражения и осмысления эмоций и оказывает влияние на личностное развитие и на успешность межличностных взаимодействий. Перфекционизм отражает настойчивое стремление личности к совершенствованию и идеализации себя. В качестве диагностического инструментария были использованы методики «Уровень эмоционального интеллекта» С. А. Беляева, А. И. Янович, М. И. Мазурова и «Многомерная шкала перфекционизма» П. Л. Хьюитта, Г. Л. Флетта в адаптации И. И. Грачевой. Период юности, с одной стороны, характеризуется потребностью личности в эффективном общении за счет «понимания» эмоций своих и окружающих людей и умения «подстраиваться» под их эмоциональное состояние, а с другой – наличием стремления к самосовершенствованию, склонности к самооцениванию, обозначению высоких стандартов собственного поведения. Авторы склонны полагать, что полученные данные могут лечь в основу углубленной индивидуальной работы и позволяют спроектировать адаптационную стратегию студентов на начальном этапе включения их в профессиональное психологическое сообщество.

*Ключевые слова:* интеллект, эмоциональный интеллект, перфекционизм.

### Введение в проблему

Современная практика обучения в высшей школе ориентирует на приоритет глубокого изучения личности студента, что становится своего рода залогом реформирования и гуманизации образования в вузе, способствует успешному вхождению обучающихся в профессиональную деятельность [3; 4]. Личность современного студента, его индивидуальность определяются многими показателями, среди которых мы выделяем эмоциональный интеллект, перфекционизм и активность.

Как справедливо отмечает отечественный психолог А. А. Волочков, «потенциал активности выражает соотношение желания и возможностей быть субъектом образовательных взаимодействий; регуляция активности – соотношение импульсивной, эмоциональной и произвольной его регуляции; реализация такой активности – соотношение исполнительских и творческих аспектов непосредственно наблюдаемой динамики

учебной деятельности, а результат воплощает в себе итог движения и залог его постоянного возобновления, являясь, по сути, новым потенциалом активности» [2, с. 59].

Согласимся с М. А. Холодной, утверждавшей, что работа интеллекта – это гарантия личной свободы человека и самодостаточности его индивидуальной судьбы. Поскольку, чем в большей мере человек использует свой интеллект в анализе и оценке происходящего, тем в меньшей мере он податлив по отношению к любым попыткам манипулирования им извне [9]. Эмоциональный интеллект, как важная часть «работы интеллекта», рассматривается как сложное интегративное образование и заключается в способности человека принимать решения на основе отражения и осмысления эмоций, что оказывает влияние на личностное развитие и на успешность межличностных взаимодействий [7, с. 157]. Перфекционизм отражает настойчивое стремление личности

к совершенствованию и идеализации себя. Таким образом, феноменальность личности современного студента имеет потенциально значимые аспекты для исследовательской деятельности.

Период юности характеризуется, с одной стороны, – потребностью личности в эффективном общении за счет понимания эмоций окружающих и умения «подстраиваться» под их эмоциональное состояние, а с другой – наличием стремления к самосовершенствованию, склонности к самооцениванию, обозначению высоких стандартов собственного поведения. Юноши и девушки продолжают открывать через постоянные рефлексии свою ускользающую, как

и в отрочестве, сущность. Они остаются легкоранимыми: ироничный взгляд, меткое слово другого человека могут разом обезоружить и сбить с них так часто демонстрируемый апломб. Лишь к концу юношеского возраста молодые люди начинают овладевать защитными механизмами, которые не только позволяют им внешне защищать себя от стороннего вторжения, но и укрепляют их внутренне. Рефлексия помогает предугадать возможное поведение другого и подготовить встречные действия, которые отодвинут безапелляционное вторжение; занять такую внутреннюю позицию, которая может защитить больше, чем физическая сила [9].

### Методика и организация исследования

В данной статье представлен фрагмент эмпирического исследования проблемы различий эмоционального интеллекта и перфекционизма личности в период юности. Общая выборка испытуемых составила 58 человек в возрасте 17–18 лет – студентов педагогического вуза. Период юности мы рассматриваем согласно периодизации В. С. Мухиной в возрастных границах от 15–16 до 21–25 лет [9].

В исследовании использовался следующий диагностический инструментарий, включающий две диагностические методики.

1. «Уровень эмоционального интеллекта» (С. А. Беляев, А. И. Янович, М. И. Мазуров) включает в себя шкалы: «Личностный эмоциональный интеллект», «Межличностный (коммуникативный) эмоциональный интеллект», а также суммирующую шкалу – «Общий уровень эмоционального интеллекта». Под эмоциональным интеллектом понимается способность человека принимать ре-

шения на основе отражения и осмысления эмоций, что оказывает влияние на личностное развитие и на успешность его межличностных взаимодействий. В основе методики заложено изучение реакций человека на «эмоциональную реальность», проведенное с помощью полиграфа [1].

2. «Многомерная шкала перфекционизма» Р. L. Hewitt, G. L. Flett в адаптации И. И. Грачевой [5] позволяет измерить уровень перфекционизма и определить характер соотношения его составляющих у испытуемых. Перфекционизм рассматривается как стремление быть совершенным, безупречным во всем. Методика описывает три составляющих перфекционизма:

- 1) перфекционизм, ориентированный на себя (ПОС);
- 2) перфекционизм, ориентированный на других (ПОД);
- 3) социально предписанный перфекционизм (СПП).

### Результаты исследования и их обсуждение

Доминирующим уровнем эмоционального интеллекта (личностного и коммуникативного), как показали результаты исследования, является средний, что характеризует личность как обладающую высокой самооценкой и высоким уровнем самоконтроля. Такие личности демонстрируют психологическое благополучие, позитивное отноше-

ние к себе, произвольное осуществление деятельности и общения на базе определенных волевых усилий. Личность с таким уровнем эмоционального интеллекта хорошо понимает других и успешно управляет своими эмоциями, однако может делать это еще лучше.

Анализ центральной тенденции распределения исследуемых признаков в ЭГ

( $N = 58$ ) показал, что у испытуемых преобладает межличностный (коммуникативный) эмоциональный интеллект (среднее значение ( $M$ ) = 70) над личностным ( $M = 65$ ).

Эмоциональный интеллект проявляется в способности чувствовать, понимать и принимать во внимание чувства и мысли других людей нередко вместе со склонностью к препирательству и обмену упреками. Может иметь место агрессивность, часто злопаметность, безжалостность. Такие личности не боятся единоборства с более сильными оппонентами, облеченными властью (например, со старостой группы), а потерпев поражение, не отчаиваются и не унывают, поскольку в неудачах черпают силы для нового противостояния. В группе общительны, стремятся быть в центре внимания. Дружелюбны, обладают уверенной манерой держаться в обществе. Часто жаждут признания, бывают хвастливы, но обходительны в близком кругу. В то же время способны становиться на антиобщественные позиции, не задумываясь, могут вести себя оскорбительным для окружающих образом и глат в своих интересах. Обладают средней способностью точно оценивать непосредственную, эмоционально насыщенную ситуацию, склонны к излишней твердости и упрямству в межличностных взаимоотношениях, что создает вектор общей активности личности. Также испытуемые обладают низким порогом переносимости разочарования, часто реагируют импульсивно, при возникновении эмоционально травмирующей ситуации у них проявляется взрывное и непредсказуемое поведение [6; 7].

Студентам со средним уровнем эмоционального интеллекта необходимо работать над проявлением своих эмоций, а именно: обращать внимание на их физические симптомы и на свое настроение, искать причину – «первоисток», стимулировать себя на адекватную реакцию по отношению к себе, что должно составлять их активность.

При высоком уровне перфекционизма, ориентированного на себя, человеку свойственно предъявлять чрезвычайно высокие требования к самому себе; при высоком уровне перфекционизма, ориентированного на других – чрезвычайно высокие требования к окружающим. В то же время при высоком уровне социально предписанного перфек-

ционизма индивид расценивает требования, предъявляемые к нему окружающими, как завышенные и нереалистичные [5].

Общий средний уровень соотношения составляющих перфекционизма характерен для «здорового большинства» испытуемых, набравших суммарный балл в этих пределах, что относится к условной «норме» [5], преобладающим является перфекционизм, ориентированный на себя, когда предъявляются чрезвычайно высокие требования к себе ( $M = 63$ ).

Полученные данные позволяют заключить, что большинству испытуемых в группе, ориентированных на себя (28 из 58 человек), свойственно предъявлять чрезвычайно высокие требования к себе, они имеют высокие личные стандарты, внутреннюю мотивацию самосовершенствования, склонны сосредотачиваться на цели, ставить перед собой труднодостижимые цели и готовы прикладывать усилия, чтобы добиться их. Также можно отметить, что они самокритичны, у них развита самодисциплина, самоконтроль, имеется склонность к рефлексии. Выраженность этой составляющей перфекционизма может переходить в склонности к чрезмерному самоисследованию и самообвинению, что осложняет и нередко делает невозможным принятие собственных недостатков и неудач.

Перфекционизм, ориентированный на других (20 из 58 человек), предполагает наличие высоких стандартов, требовательность по отношению к окружающим, проявляется в некоторой нетерпимости к мнению других членов группы, в нежелании прощать какие-либо промахи или ошибки, несовершенство.

Социально предписанный перфекционизм как убежденность личности в том, что другие люди имеют относительно него чрезвычайно высокие ожидания, которым очень трудно, если вообще возможно, соответствовать – свойственен 10 из 58 человек. Они убеждены в том, что им во что бы то ни стало необходимо соответствовать стандартам, установленным, по их мнению, для них окружающими (однокурсниками, преподавателями, членами семьи и др.), чтобы получить одобрение и избежать негативной оценки их личности.

У испытуемых ЭГ с выраженным средним

уровнем перфекционизма ( $M = 175$ ) сильно развиты представления о значимости определенных внешних и внутренних условий актуальной деятельности, они способны в большей мере оценивать обстоятельства, способствующие достижению цели, и в су-

ществующей ситуации, и, возможно, в будущем. В то же время развитие такой черты личности, как перфекционизм в дальнейшем может привести в «зону риска», к развитию дезадаптации и невротических симптомов [8].

### Заключение

Проведенное нами исследование позволило выделить ряд эмпирических характеристик эмоционального интеллекта и перфекционизма, что может лечь в основу углубленной индивидуальной работы,

позволить спроектировать адаптационную стратегию студентов на начальном этапе включения их в профессиональное психологическое сообщество.

### Библиографический список

1. *Беляев С. А., Янович А. И., Мазуров М. И.* Разработка и стандартизация методики «Уровень эмоционального интеллекта» // Психологический журнал. – 2009. – № 2 (22). – С. 9–17.
2. *Волочков А. А.* Психологическое здоровье и активность студента // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. – 2014. – № 1. – С. 57–68.
3. *Галюк Н. А.* Изучение индивидуальности современного студента – основа гуманизации образования в вузе // Теория и практика гуманизации педагогического процесса: материалы педагогических чтений. Сборник научных трудов / под ред. О. А. Лапиной, Н. Н. Пядушкиной. – Иркутск: Изд-во ИГПУ, 2006. – Вып. 7. – С. 36–49.
4. *Галюк Н. А., Иванов Д. В.* Человек как субъект воспитания: теоретический и прикладной аспекты // Журнал прикладной психологии. – 2006. – № 6-3. – С. 84–93.
5. *Грачева И. И.* Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта // Психологический журнал. – 2006. – № 6, Т. 27. – С. 73–81.
6. *Гудкова Т. В., Александрова А. А.* Особенности эмоционального интеллекта у студентов, обучающихся в вузе // Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии: материалы V международного заочного научно-практического конференции. – М.: Международный центр науки и образования, 2012. – Часть II (24 сентября 2012 г.). – С. 76–84.
7. *Гудкова Т. В., Александрова А. А.* Особенности эмоционального интеллекта подростков в условиях раздельного и смешанного обучения // Сибирский педагогический журнал. – 2014. – № 6. – С. 156–162.
8. *Маркова С. В.* Исследование уровня выраженности перфекционизма у подростков с девиантным поведением [Электронный ресурс] // Психология и право. – 2012. – № 3. – URL: <http://psyjournals.ru/psyandlaw/2012/n3/54180.shtml> (дата обращения: 31.08.2016).
9. *Мухина В. С.* Возрастная психология. Феноменология развития. – 10-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
10. *Холодная М. А.* Психология интеллекта. Парадоксы исследования. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Питер, 2002. – 272 с.

Поступила в редакцию 25.09.2016

### *Aleksandrova Alla Alekseevna*

*Senior lecturer of the Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, [alla\\_1981@mail.ru](mailto:alla_1981@mail.ru), Novosibirsk*

## FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND PERFECTIONISM STUDENTS

*Abstract.* This article is a fragment of an empirical study of the problem of differences of emotional intelligence and personality makeovers during adolescence. Adolescence period is characterized by the needs of the individual in effective communication due to the “understanding” of their emotions and the people around them and the ability to “adjust” under their emotional state, and on the other –

the existence of the desire for self-improvement, propensity for self-assessment, the designation of the high standards of their own behavior.

*Keywords:* intelligence, emotional intelligence, perfectionism.

### References

1. Belyaev, S. A., Yanovich, A. I., Mazurov, M. I., 2009. Razrabotka i standartizatsiya metodiki "Uroven' jemocional'nogo intellekta" [Development and standardization of methods of "emotional intelligence"]. *Psixologicheskij zhurnal* [Psychological journal], 2 (22), pp. 9–17 (in Russ.).
2. Volochkov, A. A., 2014. *Psixologicheskoe zdorov'e i aktivnost' studenta* [Psychological health and student activity]. *Vestnik Permskogo gosudarstvennogo gumanitarno-pedagogicheskogo universiteta. Ser. № 1. Psixologicheskie i pedagogicheskie nauki* [Bulletin of Perm State Humanitarian Pedagogical University. Ser. Number 1. Psychological and pedagogical sciences], 1, pp. 57–68 (in Russ.).
3. Galyuk, N. A., 2006. *Izuchenie individual'nosti sovremennogo studenta – osnova gumanizatsii obrazovaniya v vuze* [The study of personality of the modern student – the basis of the humanization of education in the university]. *Teoriya i praktika gumanizatsii pedagogicheskogo processa* [Theory and practice of humanization of educational process]. Irkutsk: ISPU Publ., Vol. 7, pp. 36–49 (in Russ.).
4. Galyuk, N. A., Ivanov, D. V., 2006. *Chelovek kak sub'ekt vospitaniya: teoreticheskij i prikladnoj aspekty* [Man as the subject of education: theoretical and applied aspects]. *Zhurnal prikladnoj psixologii* [Journal of Applied Psychology], 6-3, pp. 84–93 (in Russ.).
5. Gracheva, I. I., 2006. *Adaptatsiya metodiki "Mnogomernaya shkala perfekcionizma"* P. X'yuitta i G. Fletta [Adapting techniques "Multidimensional Perfectionism Scale" by P. Hewitt and G. Flett]. *Psixologicheskij zhurnal* [Psychological journal], 6, T. 27, pp. 73–81 (in Russ.).
6. Gudkova, T. V., Alexandrova, A. A., 2012. *Osobennosti e'mocional'nogo intellekta u studentov, obuchayushhixsya v vuze* [Features of emotional intelligence of the students enrolled in the university]. *Nauchnaya diskussiya: voprosy pedagogiki i psixologii* [Scientific discussion: questions of pedagogy and psychology]. Moscow: Mezhdunarodnyj centr nauki i obrazovaniya Publ., pp. 76–84 (in Russ.).
7. Gudkova, T. V., Alexandrova, A. A., 2014. *Osobennosti e'mocional'nogo intellekta podrostkov v usloviyax razdel'nogo i smeshannogo obucheniya* [Features of emotional intelligence of adolescents in a separate and blended learning]. *Sibirskij pedagogicheskij zhurnal* [Siberian Pedagogical Journal], 6, pp. 156–162 (in Russ.).
8. Markova, S. V., 2012. *Issledovanie urovnya vyrazhennosti perfekcionizma u podrostkov s deviantnym povedeniem* [Perfectionism severity level study in adolescents with deviant behavior]. *Psihologiya i pravo* [Psychology and Law] [online]. Available at: <http://psyjournals.ru/psyandlaw/2012/n3/54180.shtml> (Accessed 31 August 2016) (in Russ.).
9. Mukhina, B. C., 2006. *Vozrastnaya psixologiya. Fenomenologiya razvitiya* [Age-related psychology. Phenomenology development]. Moscow: Academia Publ., 608 p (in Russ.).
10. Holodnaya, M. A., 2002. *Psixologiya intellekta. Paradoksy issledovaniya* [Psikhologiya of intelligence. Research paradoxes]. Saint Petersburg: Piter Publ., 272 p. (in Russ.).

*Submitted 25.09.2016*