

нейтральные. Неосознаваемый выбор эротических изображений совершается значимо реже, что возможно объяснить фрустрированной сексуальной потребностью и стремлением испытуемых избежать ее актуализации. Посредством кластерного анализа было получено три группы испытуемых, по-разному выбирающих изображения стимульных категорий: 1) преимущественно выбирающие негативные изображения и вытесняющие эротические; 2) преимущественно выбирающие эротические изображения и вытесняющие негативные; 3) в равной мере вытесняющие все типы изображений – контринтуитивные испытуемые.

Daryl J. Bem (2011) Feeling the Future: Experimental Evidence for Anomalous Retroactive Influences on Cognition and Affect *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 407–425.

Bem D. J., Tressoldi P., Rabeyron T., Duggan M. (2014). Feeling the Future: A Meta-analysis of 90 Experiments on the Anomalous Anticipation of Random Future Events [Under Editorial Review]. URL: <http://www.dbem.ws/FF%20Meta-analysis%206.2.pdf>.

## **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК КОПИНГ-РЕСУРС В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ<sup>1</sup>**

*И. И. Ветрова*

Институт психологии РАН (Москва)  
*stranavetra@gmail.com*

**Р**ассматривая копинг-поведение как целенаправленное социальное поведение, позволяющее справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессом) способами, адекватными личностным особенностям и ситуации (Крюкова, 2004), нельзя не отметить эмоциональный компонент – совладают в первую очередь именно с эмоциональным стрессом. Потребность подростка в эмоциональном благополучии побуждает его к развитию своего эмоционального интеллекта, как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими (Люсин, 2004). Отсутствие навыков успешного взаимодействия со своим социальным окружением, неумение интерпретировать чужие эмоции, ослабленный самоконтроль не позволяют человеку быстро

---

1 Работа выполнена при поддержке РГНФ (грант № 13-06-00684а «Континуум осознаваемых и неосознаваемых защитных механизмов в соотношении с контролем поведения»).

и эффективно адаптироваться к возникающим трудностям, затрудняя выбор адекватных ситуации копингов. Гипотезой нашего исследования стало предположение, что эмоциональный интеллект не только связан с копинг-поведением, но и является ресурсом проактивного копинга. Проактивное совладающее поведение в отличие от реактивного (направленного на компенсацию потерь или уменьшение вреда от уже произошедших стрессовых событий) ориентировано в большей степени на будущее и состоит из усилий по формированию и развитию общих ресурсов личности.

В исследовании приняли участие 74 испытуемых в возрасте 14–18 лет (36 юношей и 38 девушек). Были использованы следующие методики: опросник «Эмоциональный интеллект» (SREIT) Н. Шутте с коллегами в переводе А. В. Садовой; опросник «Копинг-тест» Р. Лазаруса и С. Фолкман в адаптации Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтык, М. С. Замышляевой; опросник «Проактивное совладающее поведение» Е. Р. Грингласа, Р. Шварцера и С. Тауберта в адаптации Е. С. Старченковой.

Было выявлено, что наиболее часто используемыми в юношеском возрасте актуальными стратегиями совладания являются стратегии «Самоконтроль» и «Положительная переоценка», а проактивными стратегиями – «Активное преодоление» и «Рефлексивное преодоление». Корреляционный анализ показал непротиворечивую картину связей актуального и проактивного копинга – все связи положительные. Так, самыми связанными стратегиями с проактивным преодолением оказались «Конфронтационный копинг» и «Планирование решения проблемы». Со своей стороны наиболее связанными с актуальным копингом были такие проактивные стратегии, как «Рефлексивное преодоление» и «Поиск эмоциональной поддержки».

При анализе связей с эмоциональным интеллектом было выявлено, что проактивное преодоление имеет больше связей с эмоциональным интеллектом, чем актуальное совладание. 4 стратегии – «Проактивное преодоление», «Рефлексивное преодоление», «Превентивное преодоление» и «Поиск инструментальной поддержки» – имеют положительные корреляции со всеми тремя шкалами опросника «Эмоциональный интеллект». Так же стратегия «Стратегическое планирование» положительно связана с использованием эмоций при решении проблем. Из показателей актуального копинга только «Планирование решения» и «Положительная переоценка» имеют положительные связи опять с использованием эмоций при решении проблем. Можно отметить, что наиболее актуализированным в процессах совладания, как актуальных, так и проактивных является использование эмоций при решении проблем.

На следующем этапе анализа было выделено 3 группы по уровню развития эмоционального интеллекта. При сравнении этих групп было показано, что юноши со средним уровнем эмоционального интеллекта чаще прибегают к проактивному копингу «Проактивное преодоление» и «Превентивное преодоление» по сравнению с группой низкого эмоционального интеллекта. В свою очередь группа высокого эмоционального интеллекта по сравнению с группой среднего эмоционального интеллекта чаще использует такие виды проактивного копинга, как «Проактивное преодоление», «Рефлексивное преодоление» и «Поиск инструментальной поддержки». По шкалам актуального совладающего поведения статистически значимых различий между группами с разным уровнем эмоционального интеллекта не выявлено. То есть можно говорить о прямой связи уровня эмоционального интеллекта и склонности использовать именно проактивный копинг.

В результате корреляционного анализа между показателями разных видов совладающего поведения отдельно в группах с разным уровнем эмоционального интеллекта также были выявлены заметные различия. В группе низкого эмоционального интеллекта связей между показателями копинг-поведения не выявлено, т. е. можно говорить о разобщенной структуре совладающего поведения. В группе среднего эмоционального интеллекта структура совладания более интегрированная – выявлено 17 положительных связей между шкалами актуального и проактивного совладания. В группе же высокого эмоционального интеллекта обнаружено всего 5 связей, 3 из которых отрицательные, то есть можно говорить о компенсаторном взаимодействии актуального и проактивного совладания.

Обобщая результаты можно сделать вывод о связи эмоционального интеллекта и совладающего поведения на более высоком – проактивном уровне. Высокий же уровень эмоционального интеллекта обеспечивает более интегрированную структуру копинга и гибкое использование стратегий совладания в разных ситуациях. В итоге, есть все основания считать эмоциональный интеллект ресурсом совладающего поведения.

Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. Монография. Кострома: Авантитул, 2004.

Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект. Теория, измерение, исследования / Под ред. Д. В. Ушакова, Д. В. Люсина. М: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. С. 29–39.