

**Связь эмоционального интеллекта и воспроизведения эмоций**

**Гасимов Антон Фаритович**

*Студент*

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет*

*психологии, Москва, Россия*

*E-mail: gasimov\_anton@list.ru*

Феномен эмоционального интеллекта в широком смысле включает в себя способности к опознанию и пониманию эмоций, а также к управлению ими; при этом имеются в виду как свои собственные, так и чужие эмоции [3].

Модель эмоционального интеллекта как когнитивной способности была впервые предложена Дж. Майером и П. Саловеем, которые и ввели в научную литературу термин «эмоциональный интеллект». Модель состоит из четырех ветвей: восприятие, оценка и выражение эмоций; использование эмоций для повышения эффективности мышления; понимание и анализ эмоций, использование знаний об эмоциях; сознательная регуляция эмоций, способствующая эмоциональному и интеллектуальному росту [4]. В 2002 году на основе данной концепции была разработана методика MSCEIT [5].

В «смешанной модели» Д. Гоулмана делается акцент не только на когнитивных способностях, но и на особенностях выработки мотивации и стремления к достижению целей, возможности надеяться и сопереживать. Автор выделяет четыре компонента, относящихся к двум принципиальным группам навыков: личностным (компоненты «самосознание» и «самоконтроль») и социальным (компоненты «социальная чуткость» и «управление отношениями») [1].

Модель Р. Бар-Она включает в понятие эмоционального интеллекта все некогнитивные способности, компетентности и знания, которые позволяют успешно справляться с различными жизненными ситуациями и состоит из пяти сфер: внутриличностная сфера; межличностная сфера; сфера приспособляемости; управление стрессом; общее настроение [6].

Д.В. Люсин определил эмоциональный интеллект как способность к пониманию своих и чужих эмоций (умение распознавать эмоции, умение идентифицировать и вербализировать эмоцию, понимание причин, вызвавших данную эмоцию, и ее последствий в будущем) и к управлению ими (возможность контролировать интенсивность эмоций, умение контролировать экспрессию эмоций; умение произвольно вызывать ту или иную эмоцию в случае необходимости) [2].

Цель исследования - выявить связи между эмоциональным интеллектом субъекта и его способностью воспроизводить эмоции. В работе проверялась гипотеза о том, что эмоциональный интеллект субъекта связан со способностью воспроизводить эмоции. Выборка 30 человек: женщины, в возрасте от 18 до 24 лет, студентки факультета психологии МГУ. Методы - тест MSCEIT v.2.0 (The Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Tests), Опросник «Эмоциональный интеллект» («ЭМИн») Д.В. Люсина и Методическая разработка «Оценка восприятия и воспроизведения эмоций» на базе программного комплекса Noldus FaceReader 4.

Выборка была разделена на две группы: респонденты, которые по результатам теста «ЭМИн» вошли в группы «Высокое значение», и «Очень высокое значение» и респон-

денты, которые по результатам теста «ЭМИн» вошли в группы «Низкое значение» и «Очень низкое значение». Различия между группами определялись с помощью статистического критерия Манна–Уитни. В результате были выявлены следующие значимые различия:

Респонденты значимо различаются по средним значениям уровня эмоциональных экспрессий по критерию внутриличностного эмоционального интеллекта ( $U$  Манна–Уитни = 60,000;  $p = 0,044$ ).

Респонденты значимо различаются по средним значениям уровня эмоциональных экспрессий по критерию управления собственными эмоциями ( $U$  Манна–Уитни = 49,000;  $p = ,012$ ).

Респонденты значимо различаются по средним значениям уровня эмоциональных экспрессий по критерию контроля экспрессии ( $U$  Манна–Уитни = 77,000;  $p = ,027$ ).

Высокий уровень воспроизведения эмоций оказался значимо связан не только с общим значением уровня эмоционального интеллекта, но с его составляющими. В частности, с компонентами, отвечающими за управление своими эмоциями и их экспрессиями. Итак, респонденты с более высоким уровнем эмоционального интеллекта демонстрируют более высокие результаты воспроизведения эмоций и контроля эмоциональных экспрессий.

Для оценки связи между уровнем эмоционального интеллекта по методике «MSCEIT» и воспроизведением эмоций было подсчитано среднее значение и стандартное отклонение по выборке по показателю общего балла эмоционального интеллекта, как наиболее интегративного показателя. Выборка была разделена на две группы: респонденты, чей результат больше или равен среднему значению плюс половина стандартного отклонения, и респонденты, чей результат меньше или равен среднему значению минус половина стандартного отклонения. Для проверки различия между группами был применен статистический критерий Манна–Уитни. В результате были выявлены следующие значимые различия:

Респонденты значимо различаются по средним значениям уровня эмоциональных экспрессий по общему баллу эмоционального интеллекта ( $U$  Манна–Уитни = 66,000;  $p = 0,037$ ) и по критерию сознательного управления эмоциями ( $U$  Манна–Уитни = 98,000;  $p = 0,021$ ).

Эмоциональный интеллект сопряжен со способностью к воспроизведению эмоциональных выражений и вносит вклад в эффективность переговорного процесса. Респонденты с высоким уровнем эмоционального интеллекта демонстрируют более высокие результаты воспроизведения эмоций и контроля эмоциональных экспрессий. Высокий уровень воспроизведения эмоций значимо связан не только с общим значением уровня эмоционального интеллекта, но с составляющими его компонентами, в частности, отвечающими за управление своими эмоциями и их экспрессиями.

### Литература

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. – М.: АСТ: Астрель, 2011.
2. Люсин Д.В., Марютина О.О., Степанова А.С. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ. Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 129 – 140.

3. Робертс Р.Д., Мэттьюс Дж., Зайднер М., Люсин Д.В. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике. Психология. Журнал Высшей школы экономики. Т. 1, № 4, 2004. С. 3 – 26.
4. Mayer J.D., Salovey P. What is emotional intelligence? In P. Salovey & D.J. Sluyter (Eds.) Emotional development and emotional intelligence. New York: Basic Books, 1997.
5. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., & Sitarenios G. (2003). Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3, 97-105.
6. Stein S.J., Book H.E., The EQ Edge: Emotional Intelligence and your success. Stoddart Publishing Co. Limited, 2000.