

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2021.27.77.011

Половые особенности тревожных переживаний и эмоционального интеллекта в юношеском возрасте как индикаторы копинг-поведения

Караулова Ольга Борисовна

Детский и семейный психолог,
клинический психолог,
EMDR и ART-терапевт,
101000, Российская Федерация, Москва;
e-mail: karaulova.ob@gmail.com

Аннотация

Данная работа посвящена изучению половых особенностей тревожных переживаний и эмоционального интеллекта в юношеском возрасте как индикаторов копинг-поведения. Автор данной статьи выдвинул предположение, согласно которому копинг-поведение личности в юношеском возрасте различается в зависимости от половых особенностей, при этом в качестве индикаторов копинг-поведения выступают личностная тревожность, эмоциональный интеллект, способность к эмпатии и саморегуляция. Целью исследования является изучение различий копинг-поведения личности в юношеском возрасте в зависимости от половых особенностей. Для достижения поставленной цели исследования использовались такие методы как систематический литературный анализ, анкетирование, тестирование, опрос, сравнительный анализ. В качестве материалов использовались полученные результаты опроса и диагностики представителей выборки, а также актуальные научные источники, посвященные вопросам копинг-поведения. Выполненный анализ позволил оценить роль рассмотренных индикаторов в копинг-поведении при стрессовых ситуациях. Выявлено, что копинг-поведение личности в юношеском возрасте различается в зависимости от половых особенностей. Также были сформированы 5 типов личности на основании рассмотренных индикаторов. Было выявлено, что есть как не зависящие от половых особенностей типы личности, так и зависящие от пола.

Для цитирования в научных исследованиях

Караулова О.Б. Половые особенности тревожных переживаний и эмоционального интеллекта в юношеском возрасте как индикаторы копинг-поведения // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 6А. С. 103-109. DOI: 10.34670/AR.2021.27.77.011

Ключевые слова

Половые особенности, тревожные переживания, личностная тревожность, эмоциональный интеллект, юноши и девушки, копинг-стратегии.

Введение

Современное общество и жизнедеятельность в нем взаимосвязаны со способностью личности эффективно преодолевать возникающие трудности, что представляет собой условие адаптации и сохранения психологического здоровья.

На данный момент отечественные и зарубежные исследователи большое внимание уделяют вопросам изучения личностных характеристик, которые определяют личностное поведение в затруднительных ситуациях [Либина, 2008; Лунева, Манторова, 2017; Carver, Scheier, Weintraub, 2009]. В частности, в исследованиях рассматривается влияние особенностей самооценки, мотивации, ценностных ориентиров, личностных черт и особенностей.

Однако систематический анализ литературных источников показал, что роль эмоциональной сферы в преодолении жизненных трудностей недостаточно рассмотрена и описана на данный момент. Преимущественное количество исследований сосредоточено на изучении влияния «негативной аффективности» и тревожности на поведение индивида в стрессовых условиях, примерами являются исследования Бодрова В.А., а также Брайта Д. и Джонса Ф. [Бодров, 2006; Дементий, 2014; Изотова, Никифоров, 2014; Корнев, 2018].

Ряд современных исследователей, А.С. Петровская, О.В. Лунева и другие в качестве ресурса поведения, преодолевающего стресс, определяют эмоциональный интеллект (далее ЭИ), при этом данный фактор способствует выбору оптимальных копинг-стратегий [Брайт, Джонс, 2013]. В.М. Ялтонский, Н.А. Сирота и другие ключевым фактором и ресурсом для преодоления стресса считают эмпатию [Абульханова-Славская, 2015]. При этом развитие эмоциональной сферы также напрямую связано со способностью саморегуляции личностной активности и функциональных состояний [Сирота, Ялтонский, 2012].

Проведенный систематический анализ литературных источников показал, что саморегуляция, тревожность, способность к эмпатии и эмоциональный интеллект являются компонентами личностной эмоциональной сферы. Предположение автора данной статьи заключается в том, что копинг-поведение личности в юношеском возрасте различается в зависимости от половых особенностей, при этом в качестве индикаторов копинг-поведения выступают личностная тревожность, эмоциональный интеллект, способность к эмпатии и саморегуляция. Целью исследования является изучение различий копинг-поведения личности в юношеском возрасте в зависимости от половых особенностей.

Основная часть

В рамках данного исследования под половыми особенностями подразумевают те особенности, которые обусловлены полом, а не гендером. Необходимо отметить, что согласно определению ВОЗ, на данный момент «пол» и «гендер» являются отличными друг от друга понятиями. Пол человека – это совокупность биологических признаков у людей и животных. Он в первую очередь связан с физическими и физиологическими особенностями, включая набор хромосом, экспрессию генов, уровни и функции гормонов, а также репродуктивную / половую анатомию. Пол обычно делится на женский или мужской.

Гендер – это социально сконструированные роли, поведение, самовыражение и идентичность людей, различающихся по полу. Гендер влияет на то, как люди воспринимают себя и друг друга, как они взаимодействуют, а также на распределение власти и ресурсов в обществе. Гендерная идентичность не является бинарной (девочка / женщина, мальчик /

мужчина) и не статична; гендер существует непрерывно и со временем может меняться. Существуют значительные различия в том, как люди и группы понимают и выражают гендер через выполняемые роли, возлагаемые на них ожидания, отношения с другими и сложные способы институционализации гендера в обществе.

Объект данного исследования – личностное копинг-поведение представителей выборки. *Предмет исследования* – индикаторы личностного копинг-поведения, которые были перечислены выше, личностные копинг-стратегии.

Материалы и методы. Для достижения поставленной цели исследования использовались такие методы как систематический литературный анализ, анкетирование, тестирование, опрос, сравнительный анализ. В качестве материалов использовались полученные результаты опроса и диагностики представителей выборки, а также актуальные научные источники, посвященные вопросам копинг-поведения.

Была составлена выборка студентов вузов города Москва из 193 человек: 49.2% составили девушки (95 человек, чей возраст, в среднем – 22.5 лет), а 50.8% пришлось на юношей (97 человек, чей возраст, в среднем – 22.9 лет).

Личностные копинг-стратегии и индикаторы диагностировались посредством следующих методов:

- «Опросником копинг-стратегий» Ч. Карвера оценивались копинг-стратегии;
- диагностическим методом для оценки эмпатических способностей В.В. Бойко оценивались способности к эмпатии;
- шкалой реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера оценивалась тревожность;
- опросником для диагностики ЭИ Д.В. Люсина изучался ЭИ представителей выборки;
- для оценки ЭИ также использовалась электронная версия теста MSCEIT (тест Join D. Mayer, Peter Salovey, David R. Caruso, адаптация русскоязычной версии: Giunti Psychometrics (Россия), под редакцией Е.А. Сергиенко и И.И. Ветровой);
- диагностическая методика «Стиль саморегуляции» В.И. Морсановой использовалась для оценки саморегуляции.

Результаты исследования

При сравнении выраженности рассматриваемых индикаторов копинг-поведения в двух группах (юношей и девушек) были обнаружены существенные различия.

Среди девушек при анализе структуры ЭИ было обнаружено, что наиболее выраженным является компонент «понимание своих эмоций», а среди юношей – «контроль экспрессии» ($p < 0.01$). При этом среди юношей преобладает внутриличностный интеллект, а среди девушек – эмоциональный ($p < 0.01$). На основании этого следует вывод, что девушки более ориентированы на понимание эмоций партнера в ходе коммуникации, а юноши в процессе межличностных отношений ориентированы на понимание собственных эмоций и их контроль, регуляцию.

На основании выявленных значимых различий в рассматриваемых индикаторах копинг-поведения между группами девушек и юношей, которые представлены в таблице 1., можно сделать вывод, что у девушек высоко развита способность к эмпатии, а также развиты поведенческие стереотипы, которые способствуют эмпатии.

Таблица 1 - Выявленные значимые различия в рассматриваемых индикаторах копинг-поведения между группами девушек и юношей

	Юноши	Девушки	U-критерий Манна-Уитни при $p \leq 0.01$
ЭИ			
Контроль эмоций	42.45	44.91	3289
Понимание чужих эмоций	43.96	40.73	3417
Внутриличностный ЭИ	24.14	25.98	3261
Межличностный ЭИ	10.54	8.61	2870
Способность к эмпатии			
Эмоциональный канал эмпатии	2.45	3.41	2734
Интуитивный канал эмпатии	2.76	3.39	3369
Установки, способствующие эмпатии	2.95	3.76	2990
Общий уровень эмпатии	17.53	20.7	2620
Тревожность			
Личностная тревожность	41.51	44.44	3599 ($p \leq 0.05$)

Из таблицы видно, что у девушек личностная тревожность более выражена. На основании этого можно построить предположение, что девушки обладают характеристиками личностей с повышенным уровнем тревожности: более широкий, по сравнению с юношами, перечень ситуаций оценивается как стрессовые или как прямая угроза для жизнедеятельности, собственной самооценки. Так как широкий перечень ситуаций воспринимаются как стрессовые, это препятствует формированию адаптивного поведения, что нарушает механизмы поведенческой интеграции и отрицательно сказывается на преодолении стрессовых ситуаций.

Относительно выраженности саморегуляции существенные различия между группами не выявлены.

Существенные половые различия обнаружены в выраженности копинг-стратегий. Они оценивались на основании методики «Опросник копинг-стратегий» Ч. Карвера и представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Выявленные значимые различия в копинг-стратегиях между группами девушек и юношей

Копинг-стратегия	Юноши	Девушки	U-критерий Манна-Уитни при $p \leq 0.01$
Поиск поддержки по стороны общества	12.9	11.17	3184
Рост и положительное толкование событий, ситуаций, явлений и др.	13.75	12.05	3606
Фокус на эмоциях и их выражении	11.42	10.23	3058
Отрицание	7.76	9.75	3581
Юмор	10.12	11.56	3419 ($p \leq 0.05$)

В юношеском возрасте способность к эмпатии, ЭИ, личностная тревожность и саморегуляция представляют собой личностные индикаторы копинг-поведения. При этом есть индикаторы копинг-стратегий, которые не характеризуются половой спецификацией. К универсальным можно отнести такие индикаторы «поведенческое отстранение» и «фокус на эмоциях и их выражении».

На основании полученных данных можно говорить о том, что способность к эмпатии, выраженная тревожность личностного типа ведут к тому, что индивид использует стратегию «фокус на эмоциях и их выражении». Если более выражены способность к управлению собственными эмоциями, внутриличностный интеллект и саморегуляционные механизмы, стратегия «Фокус на эмоциях и их выражении» используется существенно реже в ситуациях, когда необходимо преодолевать стрессовые ситуации.

На основании выполненных оценок ЭИ, личностной тревожности, саморегуляции, эмпатии, копинг-стратегий были автором данного исследования построены 5 типов личности. В таблице 3. перечислены данные типы личности, а также распределение девушек и юношей по ним.

Таблица 3 - Типы личности на основании особенностей копинг-стратегий и особенностей ЭИ, саморегуляции, способности к эмпатии, личностной тревожности, половых особенностей

№	Тип личности	Процент от выборки (%)	Доля юношей (%)	Доля девушек (%)
1	Активно преодолевающий стрессовые ситуации, эмоционально компетентный	18	54	46
2	Активно преодолевающий стрессовые ситуации, с плохо выраженной способностью к эмпатии	30	56	44
3	Ориентирован на поддержку со стороны общества, эмпатичный, тревожный	19	29	71
4	Ориентирован на поддержку со стороны общества, эмоционально компетентный	15	65	35
5	Фокус на эмоциях, тревожный	18	34	66

Формирование типов личности выполнялось на основании следующих переменных: способность к эмпатии (F-уровень значимости = 15.7), способность к саморегуляции (F=), тревожность личностного типа (F= 50.1), межличностный ЭИ (F=59.8), регуляция эмоций (F=95.6), распознавание и понимание эмоций (F = 99.6), внутриличностный ЭИ (F = 115.4) (при $p \leq 0.01$).

На основании представленных данных можно сделать вывод, что типами личности без половой специфики являются типы №1 и №2. Для девушек наиболее характерны типы №3 и №5. Для юношей наиболее характерен тип №4.

Заключение

Выполненный анализ позволил оценить роль рассмотренных индикаторов в копинг-поведении при стрессовых ситуациях. Такие индикаторы как развитый ЭИ, низкий уровень тревожности личностного типа, способность к саморегуляции являются элементами копинг-стратегий активного типа в процессе преодоления возникших трудностей. Повышенная тревожность личностного типа, средняя способность к саморегуляции, не развитый ЭИ обуславливают копинг-стратегии помощи поддержки со стороны эмоциональной сферы или общества, при этом фокус смещен на эмоции, задачей которых является сокращение реакций аффекта.

Таким образом, выявлено, что копинг-поведение личности в юношеском возрасте различается в зависимости от половых особенностей. Также были сформированы 5 типов

личности на основании рассмотренных индикаторов. Выявлено, что есть как не зависящие от половых особенностей типы личности, так и зависящие от пола.

Библиография

1. Абульханова-Славская К.А. О путях построения типологии личности // Психологический журнал. 2015. Т. 5. № 5. С. 7-22.
2. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 1: «Coping stress» и теоретические подходы к его изучению // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 1. С. 122-133.
3. Брайт Д., Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК. 2013. 352 с.
4. Дементий Л.И. К проблеме диагностики социального контекста и стратегий копинг-поведения // Журнал прикладной психологии. 2014. № 3. С. 21-25.
5. Изотова Е.И., Никифоров Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика. М.: Академия, 2014. 288 с.
6. Корнев К.И. Личностные детерминанты, стратегии копинга // Психологический журнал. 2018. Т. 8. № 2. С. 53-56.
7. Либина А.В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации. М.: Эксмо, 2008. 400 с.
8. Лунева О.В., Манторова А.В. Социальный и эмоциональный интеллект как копинг-ресурс // Психология совладающего поведения. Кострома, 2017. 426 с.
9. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Копинг-поведение и профилактика психосоциальных расстройств у подростков // Обозрение психиатрии и медицины им. В.М. Бехтерева. 2012. № 1. С. 53-61.
10. Carver C.S., Scheier M.F., Weintraub J.K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach // Journal of Personality and Social Psychology. 2009. V. 56. P. 267-283.

Sexual features of anxiety experiences and emotional intelligence in young age as indicators of coping behavior

Ol'ga B. Karaulova

Child and Family Psychologist,
Clinical Psychologist,
EMDR and ART Therapist,
101000, Moscow, Russian Federation;
e-mail: karaulova.ob@gmail.com

Abstract

This work is devoted to the study of the sexual characteristics of anxious experiences and emotional intelligence in adolescence as indicators of coping behavior. The author of this article put forward the assumption that the coping behavior of a person in adolescence differs depending on gender characteristics, while personal anxiety, emotional intelligence, the ability to empathy and self-regulation act as indicators of coping behavior. The aim of the study is to study the differences in personality coping behavior in adolescence, depending on gender characteristics. To achieve the set goal of the study, methods such as systematic literary analysis, questionnaires, testing, polling, and comparative analysis were used. The materials used were the results of the survey and diagnostics of the representatives of the sample, as well as current scientific sources devoted to the issues of coping behavior. The performed analysis made it possible to assess the role of the considered indicators in coping behavior under stressful situations. It was revealed that the coping behavior of a personality in adolescence differs depending on gender characteristics. Also, 5 personality types were formed on the basis of the considered indicators. It was revealed in the paper that there are both sex-independent personality types and gender-dependent ones.

Ol'ga B. Karaulova

For citation

Karaulova O.B. (2021) Polovye osobennosti trevozhnykh perezhhivaniy i emotsional'nogo intellekta v yunosheskom vozraste kak indikatory koping-povedeniya [Sexual features of anxiety experiences and emotional intelligence in young age as indicators of coping behavior]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 10 (6A), pp. 103-109. DOI: 10.34670/AR.2021.27.77.011

Keywords

Gender characteristics, anxious experiences, personal anxiety, emotional intelligence, boys and girls, coping strategies.

References

1. Abul'khanova-Slavskaya K.A. (2015) O putyakh postroeniya tipologii lichnosti [On the ways of building personality typology]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 5, 5, pp. 7-22.
2. Bodrov V.A. (2006) Problema preodoleniya stressa. Chast' 1: «Coping stress» i teoreticheskie podkhody k ego izucheniyu [The problem of coping with stress. Part 1: "Coping stress" and theoretical approaches to its study]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 27, 1, pp. 122-133.
3. Bright J., Jones F. (2001) *Stress: Myth, Theory, and Research*. Pearson College Div.
4. Carver C.S., Scheier M.F., Weintraub J.K. (2009) Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, pp. 267-283.
5. Dementii L.I. (2014) K probleme diagnostiki sotsial'nogo konteksta i strategii koping-povedeniya [On the problem of diagnosing the social context and strategies of coping behavior]. *Zhurnal prikladnoi psikhologii* [Journal of Applied Psychology], 3, pp. 21-25.
6. Izotova E.I., Nikiforov E.V. (2014) *Emotsional'naya sfera rebenka: Teoriya i praktika* [The emotional sphere of the child: Theory and practice]. Moscow: Akademiya Publ.
7. Kornev K.I. (2018) Lichnostnye determinanty, strategii kopinga [Personal determinants, coping strategies]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 8, 2, pp. 53-56.
8. Libina A.V. (2008) *Sovladayushchii intellekt: chelovek v slozhnoi zhiznennoi situatsii* [Coping intelligence: a person in a difficult life situation]. Moscow: Eksmo Publ.
9. Luneva O.V., Mantorova A.V. (2017) Sotsial'nyi i emotsional'nyi intellekt kak koping-resurs [Social and emotional intelligence as a coping resource]. In: *Psikhologiya sovladayushchego povedeniya* [Psychology of coping behavior]. Kostroma.
10. Sirota N.A., Yaltonskii V.M. (2012) Koping-povedenie i profilaktika psikhosotsial'nykh rasstroistv u podrostkov [Coping behavior and prevention of psychosocial disorders in adolescents]. *Obozrenie psikiatrii i meditsiny im. V.M. Bekhtereva* [Review of Psychiatry and Medicine], 1, pp. 53-61.