

Самые популярные техники выполнения татуировок: акварель, минимализм, реализм, до-творк, лайнворк, олд скул, надписи.

Стилей татуировок на самом деле гораздо больше, однако многие из них уже не такие модные, как раньше. К ним можно отнести: блэкворк, нюу скул, трайбл, биомеханика, стимпанк, чикано, готика, этно, ориентал, хендпоук, леттеринг.

Таким образом, исследование показывает, что отношение к татуировке молодежи XXI века, сильно изменилось и показывает, что татуировка не несет функции защиты или же принадлежности к своему племени, народу, однако, помогает репрезентации, поддержания собственного имиджа, выделения своей индивидуальности среди «серой массы», служит средством украшения своего тела. Возможно, это показатель того то, что большинство молодежи сейчас не уверены в себе, и пытаются хоть каким-то образом выделиться из толпы, и быть не похожими на других.

1. Бюлер Ш. Что такое пубертатный период // Психология подростка: хрестоматия / сост. Ю. И. Фролов. – Москва: Российское педагогическое агентство, 1997. – С. 9-19.

2. Быховская И.М. «Человек телесный» в социокультурном контексте раннесоветской эпохи: аксиология и социальные практики // Вестник РГГУ. Серия «Литературоведение. Языкознание. Культурология». – 2019. – № 8. – С. 65–82.

3. Карабанова С.Ф., Мельникова Л.А. От маски к имиджу, – Владивосток: Дальнаука, 2009. – 164 с.:

4. Ерохина, Н.Н. Молодежные субкультуры: семиотический аспект // Проблемы государства, права, культуры и образования в современном мире. – Тамбов, 2014. – С. 105-109.

5. Бодрийяр Ж. Общество потребления: его мифы и структуры / Жан Бодрийяр; [пер. с фр., послесл. и примеч. Е. А. Самарской]. – Москва: Республика: Культурная революция, 2006. – 268 с.

6. Краусс Р. Подлинность авангарда и другие модернистские мифы. – Москва: Художественный журнал, 2018. – 318 с.

7. Маховер К. Проективный рисунок человека: [методика клинической диагностики личности]. – Москва: Смысл, 2000. – 158 с.

8. Колесова, Д. Панки // Смена: Литературно-художественный иллюстрированный журнал. – 2014. – № 3. – С. 137-140.

Рубрика: Психологические исследования ресурсов современного человека

УДК 159.9.072

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ПОДГОТОВКИ

М.Е. Шурхаленко
бакалавр

*Владивостокский государственный университет экономики и сервиса
Владивосток, Россия*

В статье рассмотрена идея о связи копинг-стратегий и эмоционального интеллекта, на которую указывают разные авторы. Эмпирическое исследование показало, что эти связи специфичны у студентов разных направлений подготовки. Отмечен более низкий уровень эмоционального интеллекта у студентов технических и инженерных направлений подготовки, что приводит к использованию менее эффективных стратегий преодоления стресса. Данные могут быть использованы в целях построения психологической работы со студентами.

Ключевые слова: *эмоциональный интеллект, стрессогенные ситуации, копинг-стратегии, студенты, направления подготовки.*

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND COPING STRATEGIES OF STUDENTS OF DIFFERENT PROFESSIONAL TRAINING AREAS

The article considers the idea of the connection of coping strategies and emotional intelligence, which are indicated by different authors. An empirical study showed that these connections are spe-

cific among students of different training areas. There is a lower level of emotional intelligence among students of technical and engineering training areas, which leads to the use of less effective coping strategies. Data can be used to build psychological work with students.

Keywords: *emotional intelligence, stressful situations, coping strategies, students, professional training areas.*

В процессе обучения в вузе студенты часто сталкиваются со множеством стрессогенных ситуаций, связанных не только с самим обучением, но и с другими, второстепенными факторами, которые оказывают неблагоприятное влияние на успешность учебной деятельности и, в целом, на эмоциональное состояние студентов. Копинг-стратегии являются тем механизмом, который помогает людям в преодолении стрессовых ситуаций, Некоторые авторы отмечают, что студенты разных направлений подготовки используют различные стратегии совладающего поведения, что обуславливается его содержанием [7]. В то же время для эффективного использования различных стратегий совладающего поведения большую значимость имеет эмоциональный интеллект. Существует ряд исследований, установивших положительную взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и использованием более адаптивных стратегий в борьбе со стрессом [6]. Таким образом, можно отметить, что использование адаптивных копинг-стратегий необходимо студентам любого направления подготовки для того, чтобы успешно овладеть необходимыми профессиональными навыками. В данной работе реализована возможность проследить взаимосвязь между копинг-стратегиями и эмоциональным интеллектом у студентов разных направлений подготовки, с целью прогнозирования их адаптивного потенциала. Полученные результаты могут стать основой для создания психологических программ помощи студентам в преодолении стрессогенных ситуаций.

Студенческая жизнь наполнена множеством волнительных событий, мероприятий, новых видов деятельности. Большую часть времени студенты проводят в университете, а нагрузка, по сравнению со школой, увеличивается. Для значительной части студентов эти события могут оказаться стрессовыми. Именно использование копинг-стратегий помогает людям преодолевать стрессовые ситуации.

Понятие «копинг-стратегии» подразумевает под собой реакцию личности на возникшую стрессовую ситуацию, которая затем ведет к определенным действиям, направленным на разрешение стрессовой ситуации [2].

Главная задача копинг-стратегий заключается в том, чтобы обеспечивать и поддерживать благополучное состояние человека, а также его физическое и психическое здоровье. Многие отечественные ученые, такие как – Е.И. Рассказова, И.Б. Лебедев, В.А. Бодров и другие – определяли копинг-поведение как действия, способные повышать стрессоустойчивость личности. Существует огромное количество различных копинг-стратегий, более 400. Было выявлено, что лучше всего со стрессом справляются те люди, которые используют разные стратегии совладающего поведения в зависимости от особенностей той или иной проблемной ситуации [8].

Эмоциональный интеллект является тем фактором, который положительно коррелирует с эффективностью использования человеком копинг-стратегий. Единого подхода к пониманию данного понятия в психологической науке не существует. Основы данного понятия заложили такие исследователи, как – Р. Бар-Он, В.Л. Пейн, Дж. Мейер, П. Сэловей [5]. Современными учеными выделяются два направления к определению понятия эмоционального интеллекта – смешанные модели и модели способностей.

К смешанным моделям эмоционального интеллекта относятся модели зарубежных авторов Д. Гоулмена, Р. Бар-Она, Дж. Мэйера и П. Сэловея. Д. Гоулмен и Р. Бар-Он обозначили эмоциональный интеллект как личностный конструкт, в рамках которого ключевую роль играет комплекс персональных черт индивида [1].

В отечественной психологии модель эмоционального интеллекта, предложенную Д.В. Люсиным, также относят к смешанным моделям. Д.В. Люсин выявил, что уровень развития эмоционального интеллекта у человека обуславливается несколькими факторами – когнитивными способностями личности, запасом и качеством представления человека об эмоциях, а также особенностями эмоциональности личности [1].

Модель эмоционального интеллекта Дж. Мэйера и П. Сэловея относят к моделям способностей. Авторы вкладывали в понятие эмоционального интеллекта следующие компоненты: а) способность к идентификации эмоций, их выражению и регуляции; б) способность к примене-

нию эмоциональных знаний в мышлении и деятельности человека; в) способность к контролю эмоций [2].

В современной же науке эмоциональный интеллект рассматривается как совокупность личностных черт, дающих возможность осознавать свое эмоциональное состояние и эмоции окружающих, и на основе этого успешно взаимодействовать с другими людьми [5].

В процессе обучения в вузе эмоциональный интеллект у студентов часто претерпевает изменения в степени его развития. Это связано с тем, что в данный период времени студенту необходимо адаптироваться к новым условиям, а эмоциональный интеллект, по данным ряда исследований, тесно связан с показателями адаптивных способностей и является одним из условий для эффективной адаптации к обучению в вузе [3].

Таким образом, и копинг-стратегии, и эмоциональный интеллект играют важную роль в процессе адаптации студентов к учебному процессу, а также в решении возникающих в процессе обучения проблем. Ряд современных исследований доказывает, что у студентов вуза уровень развития эмоционального интеллекта имеет положительную корреляцию с использованием копинг-стратегий [2, 4].

Целью нашего исследования являлось выявление и описание взаимосвязи копинг-стратегий и эмоционального интеллекта у студентов разных направлений подготовки. Объектом исследования выступили личностные характеристики студентов. Предметом: эмоциональный интеллект и копинг-стратегии.

Методы исследования: «Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями» Л.И. Вассермана, «Опросник эмоционального интеллекта» Д.В. Люсина.

В исследовании приняли участие 27 студентов гуманитарных направлений и 25 студентов технических и инженерных направлений подготовки.

По результатам исследований было выявлено, что среди студентов гуманитарных направлений подготовки большая часть студентов имеет низкий (11 человек) и средний (9 человек) уровень развития эмоционального интеллекта, очень низкий уровень представлены у 5 человек, высокий – у одного и очень высокий – также у одного человека. Среди студентов технических и инженерных направлений подготовки большинство студентов показали очень низкий уровень развития эмоционального интеллекта (11 человек), низкий уровень представлен у 7 человек, средний – у 6 и высокий – у одного человека.

Для исследования взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и копинг-стратегиями у студентов гуманитарных и технических направлений подготовки был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. У студентов гуманитарных направлений была выявлена отрицательная корреляционная связь между шкалами эмоционального интеллекта – внутриличностный ЭИ, понимание эмоций и управление эмоциями – и копинг-стратегией «положительная переоценка». Следовательно, можно предположить, что чем чаще студент понимает собственные и чужие эмоции, а также чем сильнее способность к управлению ими, тем реже он совершает попытки переосмыслить проблемную ситуацию в положительную сторону. Также отрицательная корреляция была выявлена между шкалой ЭИ «межличностный ЭИ» и копинг-стратегией «конфронтация». Это может означать, что чем сильнее выражена у студента способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими, тем реже он пытается изменить стрессовую ситуацию или отреагировать негативные эмоции путем сопротивления. Положительная корреляция была выявлена между общим уровнем эмоционального интеллекта и копинг-стратегией «самоконтроль». Можно предположить, что в случае стрессовой ситуации студенты с высоким уровнем ЭИ чаще преодолевают негативные переживания путем целенаправленного подавления или сдерживания эмоций, а также высоким контролем своего поведения.

У студентов технических и инженерных направлений была выявлена положительная корреляционная связь между шкалами эмоционального интеллекта – межличностный ЭИ, понимание эмоций и управление эмоциями – и копинг-стратегией «планирование решения проблемы». Из этого следует, что чем сильнее выражена у студента способность к пониманию своих эмоций и эмоций других людей, а также к управлению ими, тем чаще предполагаются попытки решения проблемы путем целенаправленного анализа ситуации, а также планирования и выработки стратегии преодоления этой проблемы. Положительная корреляция также была выявлена между шкалой ЭИ «межличностный ЭИ» и копинг-стратегией «положительная переоценка». Следовательно, можно предположить, что чем сильнее у студента выражена способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими, тем чаще он совершает попытки переос-

мыслить проблемную ситуацию в положительную сторону. Отрицательная корреляция была выявлена между шкалой ЭИ «внутриличностный ЭИ» и копинг-стратегиями «конфронтация» и «принятие ответственности». Это может означать, что чем сильнее у студента выражена способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими, тем реже он прибегает к противостоянию в стрессовой ситуации и признанию себя ответственным за решение данной проблемы.

Таким образом, в группах студентов разных направлений подготовки были выявлены различающиеся взаимосвязи между показателями эмоционального интеллекта и используемыми копинг-стратегиями. Можно отметить, что студенты гуманитарных направлений подготовки в целом продемонстрировали более высокие показатели эмоционального интеллекта, чем студенты технических и инженерных направлений. Студенты гуманитарных направлений чаще в стрессовой ситуации анализируют собственные эмоции, чем ситуацию и возможные выходы из неё, то есть предпочитают справляться за счет собственных ресурсов. Так же они лучше понимают эмоции других людей, что способствует снижению их конфликтного потенциала. За счет высокого эмоционального интеллекта им лучше удастся контролировать себя в стрессовой ситуации. Можно сказать, что действительно этим студентам при более высоких показателях эмоционального интеллекта присущи и более адаптивные копинг-стратегии.

Для студентов технических и инженерных направлений подготовки характерно при высоком межличностном эмоциональном интеллекте и понимании своих эмоций планировать решение проблем, при сниженном внутриличностном интеллекте эти студенты склонны к конфронтации и снятию ответственности с себя.

В заключении можно отметить, что на основе полученных результатов при психологическом сопровождении формирования стрессоустойчивости у студентов различных направлений нужно учитывать не только выраженный у них тип копингов, но и наличный уровень эмоционального интеллекта, включая в программы упражнения и на его развитие.

-
1. Анохина А. С., Токарева О. А. Психофизиологические основы эмоционального интеллекта // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – №58-2. – С. 311-314.
 2. Кириллова Е. П. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и копинг-поведения у студентов-будущих психологов // Форум молодёжной науки. – 2020. – №2. – С. 70-79.
 3. Кленова М. А. Динамика развития эмоционального интеллекта у студентов вуза // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2018. – Т. 7, вып. 2 (26). – С. 176-182.
 4. Леонтьева Е. С., Сараева Е. В. Взаимосвязь копинг-стратегий и эмоционального интеллекта у студентов технических специальностей // Форум молодёжной науки. – 2020. – №2. – С. 94-102.
 5. Пономарёва Е. Ю. Сущностная характеристика природы эмоционального интеллекта // Гуманитарные науки. – 2019. – №3 (47). – С. 102-106.
 6. Сергиенко Е.А., Хлевная Е.А., Киселева Т.С., Никитина А.А., Осипенко Е.И. Роль эмоционального интеллекта в совладании со сложными жизненными ситуациями // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – Т. 26, № 4. – С. 120-128.
 7. Соловьева К.С., Бобровская Е.Ф., Боброва Ю.В., Кривощёков С.Г. Особенности совладания со стрессом в процессе учебной деятельности студентов вузов психологической и непсихологической специальностей // Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования. – 2019. – №2. – С. 118-125.
 8. Човдырова Г. С., Пяткина О. А. Копинг-стратегии личности при адаптации к стрессу // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2021. – Т. 26, № 1(84). – С. 41–47.