

СОЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ЛИЧНОСТИ.

Сорокоумова С.Н., Дмитриева А.В.

В статье определены понятия социального интеллекта и копинг-стратегий личности. На основании системного обзора исследований, посвященных анализу определений и характеристик социального интеллекта и целей совладающего поведения, авторами определяются общие взаимосвязи понятий. В данной статье представлено экспериментальное изучение взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий личности студентов. Проанализирован уровень социального интеллекта и копинг-стратегии: разрешение проблем, поиск социальной поддержки, избегание проблем. Экспериментальные материалы не подтвердили прямую взаимосвязь между уровнем социального интеллекта и выбором копинг-стратегии. Выдвигается гипотеза, что степень развития отдельных способностей, образующих структуру социального интеллекта, создает определенную почву для выбора более гибких, активных, т.е. наиболее эффективных форм совладающего поведения, повышающих адаптивные возможности субъекта.

Ключевые слова: социальный интеллект, совладающее поведение, копинг-стратегии личности, адаптация, стресс, саморегуляция

SOCIAL INTELLIGENCE AND PERSONALITY COPING STRATEGIES

Sorokoumova S. N., Dmitrieva A.V.

The article defines the concepts of social intelligence and personality coping strategies. Based on a systematic review of studies devoted to the analysis of the definitions and characteristics of social intelligence and the goals of coping behavior, the authors determine the general interconnections of concepts. This article presents an experimental study of the relationship of between social intelligence and coping strategies of the personality of the students. The level of social intelligence and coping strategies are analyzed: problem solving, search for social support, problem avoidance. The experimental materials did not confirm the direct relationship between the level of social intelligence and the choice of coping strategy. The hypothesis is put forward that the degree of development of individual abilities that form the structure of social intelligence creates a certain ground for choosing more flexible, active, i.e. the most effective forms of coping behavior that which increase the adaptive capabilities of the subject.

Keywords: social intelligence, coping behavior, personality coping strategies, interpersonal interaction, adaptation, stress, self-regulation.

Введение

В различные периоды развития психологии как науки существовало разное понимание термина «социальный интеллект». Наиболее популярным было определение Ф. Вернона, которое включало в себя способность ладить с другими людьми, обладание навыками, позволяющими вести себя свободно и непринужденно в социуме, знание социальных вопросов и проблем, чувствительность к стимулам, исходящим от других людей, умение понять настроения незнакомых людей и их личностные характеристики. Объединив взгляды различных психологических школ, Д. Векслер определил социальный интеллект как степень приспособленности к существованию в обществе.

Жизнь современного человека связана с динамичными, неопределенными и зачастую противоречивыми условиями социума, среди которых необходимо отметить ежедневные

интенсивные и высокоскоростные коммуникации, конфликты в различных сферах, выраженный дефицит времени. Человек вынужден справляться с различными стрессовыми перегрузками: от привычных до хронических стрессов в профессиональной сфере и других областях личностно-социальной среды.

Сохранение эмоционального равновесия зависит от эффективности процессов совладания. [4] В свою очередь эмоциональное равновесие характеризует эмоциональную устойчивость личности, которая выступает одним из центральных компонентов коммуникативной культуры. [10]

Целью данной статьи является выявление взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий личности.

Материалы и методы

При написании данной статьи использовались труды отечественных и зарубежных исследователей в области психологии и социологии. Методология исследования включает библиографический метод, системный анализ, компаративный анализ, психодиагностический метод, социологический метод, методы математико-статистической обработки и корреляционного анализа полученных информационных данных, интерпретационный метод.

Исследование уровня социального интеллекта и копинг-стратегий личности осуществлялось с помощью тестовой методики «Социальный интеллект» Дж. Гилфорда и тестовой методики «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана.

Результаты исследования

Существуют различные подходы к определению понятия и содержания такого феномена, как социальный интеллект. В частности В.Н. Куницыной было сформулировано содержательное определение социального интеллекта как глобальной способности, возникающей на базе комплекса интеллектуальных, личностных, коммуникативных и поведенческих черт, включая уровень энергетической обеспеченности процессов саморегуляции; эти черты обуславливают прогнозирование развития межличностных ситуаций, интерпретацию информации и поведения, готовность к социальному взаимодействию и принятию решений. [1]

Согласно концепции А.И. Савенкова, структура СИ описывается тремя группами критериев. К *когнитивным критериям* Савенков относит социальные знания, социальную память, социальную интуицию и социальное прогнозирование; к *эмоциональным* – социальную выразительность, сопереживание и способность к саморегуляции; к *поведенческим* – социальное восприятие, социальное взаимодействие и социальную адаптацию. [6]

Социальный интеллект включает в себя шесть способностей:

- передавать внутренние ментальные состояния через поведенческие акты;
- создавать узнаваемые категории поведенческих актов;
- совершать действие, которое отражает поведенческие действия другого человека;
- сохранять последовательность взаимодействия с другим его участником;
- изменять поведенческие действия или их последовательность;
- предугадывать возможные варианты исхода социальных ситуаций. [3].

В данной статье мы предлагаем понимать СИ как сложную общую способность, включающую в себя группы специальных способностей и подструктур и направленную на обеспечение адаптивного поведения личности в межличностном взаимодействии. [2]

В ходе различных исследований (Г. Айзенк, С. Бери, Х. Гарднер, Дж. Гилфорд, А.А. Бодалев, В.Н. Дружинин, В.Н. Куницына и др.) было установлено, что уровень развития социального интеллекта в большей степени связан с успешной социализацией личности, чем уровень развития общего интеллекта, который отражает степень умственных способностей. [6]

С точки зрения психологии стресса ключевой задачей копинг-стратегии является разрешение, снятие стрессового воздействия, снятия психофизиологического напряжения, нейтрализация кризисной ситуации.

Процессы совладания направлены на активное взаимодействие и изменение ситуации и удовлетворение значимых потребностей. Это особый вид социального поведения, позволяющий субъекту с помощью осознанных действий и способов, подходящих под личностные особенности и особенности ситуации, справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией. [8]

Копинг-стратегии являются сложным конструктивным механизмом, они применяются осознанно, помогают человеку установить желаемое равновесие с окружающей средой, активно приспособиться к новым условиям, стабилизируют состояние человека в стрессовой ситуации. Полученный опыт совладания человек может использовать в дальнейшей жизни.

В случае копинг-поведения каждый стрессовый эпизод можно представить как определенную последовательность актов:

1. восприятие изменения ситуации;
2. эмоции как результат оценки воспринятого;
3. мысли о событии;
4. копинг-реакции.

Итогом этой цепочки является формирование приспособление.

Можно заметить, что последовательность актов копинг-поведения задействует все шесть способностей социального интеллекта.

Лазарус и Фолкман выделили восемь стратегий совладания, две из которых относятся к группе проблемно-ориентированных (конфронтативный копинг, плановое решение проблемы), а другие шесть – к эмоционально-ориентированному совладанию (дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, избегание, положительная переоценка). [9]

Эффективность различных форм совладающего поведения оценивается большинством авторов следующим образом:

1. Наиболее эффективные формы совладания – реальное преобразование ситуации или ее субъективная переоценка.
2. Достаточно эффективными являются эмоционально-экспрессивные копинг-стратегии (выражение чувств, поиск эмоциональной поддержки).
3. Наименее эффективны такие формы совладающего поведения, как избегание, самообвинение, занижение своих возможностей и т. д. [5]

Эффективное совладающее поведение описывается как повышающее адаптивные возможности субъекта, реалистическое, гибкое, активное, большей частью осознанное, содержащее произвольный выбор. [4]

Психологические ресурсы личности, способствующие совладанию со стрессовой ситуацией, представляют собой определенные знания, способности и умения, позволяющие эффективно справляться с требованиями среды, анализировать и понимать ситуацию, прогнозировать собственное поведение (а также нести за него ответственность) и поведение окружающих, что входит в зону компетенции социального интеллекта.

В экспериментальном исследовании приняли участие 64 человека в возрасте 17-23 лет – студенты ВУЗов Москвы, из них 32 юноши и 32 девушки.

В исследовании были изучены параметры социального интеллекта, стратегии поведения в конфликте и копинг-стратегии.

В таблице 1 представлено процентное распределение выборки по уровням выраженности социального интеллекта.

Таблица 1

Выраженность параметров социального интеллекта в выборке, %

Уровень показателя	Композитная оценка
Низкие способности	0
Способности ниже среднего	1,6
Средние способности	50,0
Способности выше среднего	48,4
Высокие способности	0,0

Итого	100,0
-------	-------

В целом социальный интеллект в данной выборке выражен на среднем (50% респондентов) и средневысоком (48,4% респондентов) уровнях. У 1,6% респондентов целостный показатель социального интеллекта выражен на уровне ниже среднего. Низкие и высокие значения композитной оценки социального интеллекта в выборке не наблюдаются.

В таблице 2 и на рисунке 1 представлено процентное распределение выборки по уровням выраженности копинг-стратегий.

Таблица 2

Выраженность копинг-стратегий в выборке, %

Уровень показателя	Разрешение проблем	Поиск социальной поддержки	Избегание проблем
Очень низкий	1,6	7,8	17,2
Низкий	18,8	25,0	73,4
Средний	65,6	56,3	7,8
Высокий	14,1	10,9	1,6
Итого	100,0	100,0	100,0

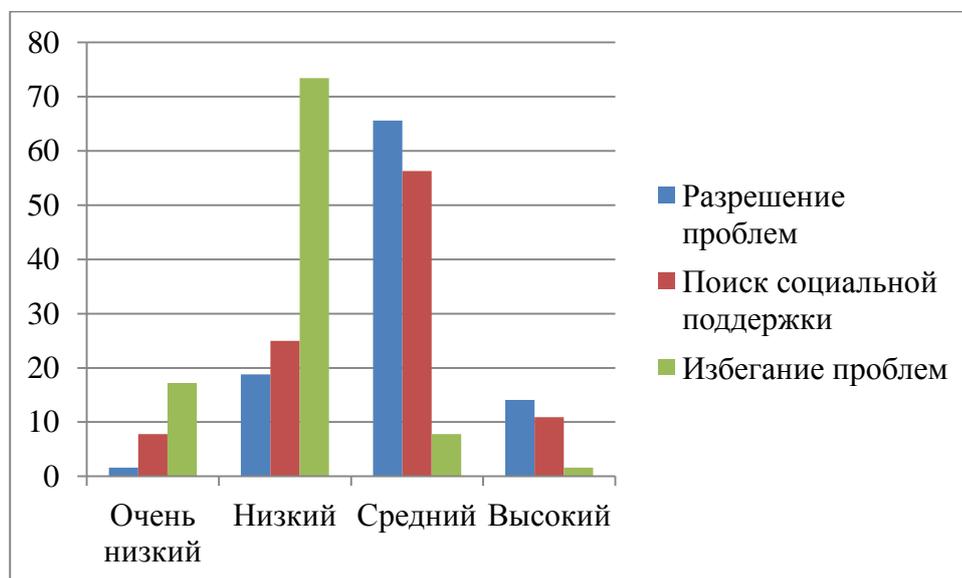


Рис. 1. Уровни выраженности копинг-стратегий в выборке, %

Для большей части респондентов характерна средняя выраженность стратегии разрешения проблем (65,6% респондентов); высокие значения чаще всего встречаются также по этой шкале (14,1% респондентов). Очень низкий уровень выраженности этой стратегии характерен для 1,6% респондентов, низкий уровень – для 18,8% респондентов. Стратегия поиска социальной поддержки выражена преимущественно на среднем (56,3% респондентов)

и низким (25% респондентов) уровнях. У 7,8% респондентов данная стратегия представлена очень низкими значениями, у 10,9% респондентов – высокими. Стратегия избегания проблем в стрессовых ситуациях представлена на низком (73,4% респондентов) и очень низком (17,2% респондентов) уровнях. У 7,8% участников выраженность этой стратегии находится на среднем уровне, у 1,6% респондентов – на высоком. Таким образом, можно сказать, что стратегия разрешения проблем является наиболее предпочитаемой в данной выборке.

В таблице 3 представлены результаты сравнительного анализа показателей копинг-стратегий у юношей и девушек с разным уровнем композитной оценки социального интеллекта (средненизкий уровень СИ – 31 человек, средневысокий уровень СИ – 32 человек).

Таблица 3

Средние показатели копинг-стратегий у респондентов с разным уровнем композитной оценки социального интеллекта

Стратегии	Методика Гилфорда, композитная оценка СИ	Среднее	Стд. отклонение	Стат. знач. отл.
Разрешение проблем	Средненизкий уровень СИ	24,75	4,52	0,438
	Средневысокий уровень СИ	25,61	4,25	
Поиск соц. поддержки	Средненизкий уровень СИ	22,22	5,40	0,472
	Средневысокий уровень СИ	21,16	6,18	
Избегание проблем	Средненизкий уровень СИ	18,72	3,85	0,779
	Средневысокий уровень СИ	18,97	3,09	

Наконец, при сравнении групп респондентов со средненизким и средневысоким уровнем общего показателя социального интеллекта (или его композитной оценки) было выявлено, что показатели копинг-стратегий разрешения проблем и поиска социальной поддержки представлены на среднем (умеренном) уровне выраженности, а показатели копинг-стратегии избегания проблем – на низком. При этом статистически значимые различия в указанных показателях между группами обнаружены не были, то есть все представители данной выборки, вне зависимости от общего уровня социального интеллекта, в схожей степени ориентируются на различные копинг-стратегии.

Таким образом, можно отметить следующее: статистически значимые различия в показателях выраженности копинг-стратегий у участников исследования с разным уровнем композитной оценки социального интеллекта обнаружены не были. Среди копинг-стратегий средневысокий и высокий уровни социального интеллекта были связаны с направленностью на активное разрешение проблемной ситуации. Необходимо также отметить, что указанные стратегии считаются наиболее конструктивными и продуктивными в своих классификациях.

Соответственно, можно сказать, что развитый социальный интеллект (по крайней мере, отдельные его аспекты) создает определенную почву для реализации этих стратегий.

Обсуждение и заключения

Социальный интеллект как средство познания социальной действительности, способствует регуляции поведения человека в обществе, позволяет интерпретировать информацию, понимать и прогнозировать действия и поступки людей, обеспечивает адаптацию к различным социальным ролям, помогает справляться с ежедневными проблемами, преодолевать трудные жизненные ситуации.

К специальным способностям и подструктурам социального интеллекта можно отнести социальную адаптацию, социальную перцепцию, социальную память, социальное прогнозирование, социальную выразительность (эмоциональную) и др.

Социальный интеллект – продукт социализации, индивидуации и интериоризации накопленных в культуре знаний, ценностей и идеалов. По мере своего развития социальный интеллект приобретает системообразующую функцию, способствует генерации новых склонностей, формированию особенностей совладающего поведения и мышления в целом.

Исследования показывают, что развитый социальный интеллект в большей степени является предиктором успешной социализацией личности.

Совладающее поведение является социально-психологическим механизмом снятия психофизиологического напряжения, возникшего в результате стрессорной ситуации, способом восстановления равновесия организма. Стили и стратегии совладающего поведения являются элементами сознательного поведения, с помощью которых человек справляется с жизненными трудностями.

Личностные психологические ресурсы являются энергетическим, информационным, поведенческим потенциалом для формирования эффективных стратегий совладания. Развитие отдельных способностей, образующих структуру социального интеллекта, создает определенную почву для формирования подобных ресурсов, а также способов саморегуляции, что способствует усложнению и повышению эффективности системы совладающего поведения.

Список использованных источников

1. Куницына В.Н. Межличностное общение: учебник для вузов / В.Н. Куницына, Н.В. Казаринова, В.М. Погорьша. СПб.: Питер, 2003. 544 с.
2. Лунева О. В. Концепция социального интеллекта личности // Знание. Понимание. Умение. 2012. № 2. С. 46-51.
3. Лунёва О. В. Основные модели социального интеллекта // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2012. №3. С. 44-47.
4. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика. М.: Эксмо, 2008. 1024 с

5. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т.18. № 5. С. 20-30.
6. Новикова, Е. В., Якименко, М. С. Социальный интеллект как фактор успешности учебной деятельности студентов на этапе обучения в педагогическом вузе / Е. В. Новикова, М. С. Якименко // Вестник Донецкого педагогического института. 2018. № 3. С. 148–157.
7. Савенков А. И. Социальный интеллект как проблема психологии одаренности и творчества // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. №4. С. 94-101.
8. Сунцова Я. С. Особенности психологических защит и копинг-стратегий мужчин и женщин // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». 2014. №3. С. 50-60.
9. Шилиев В. А. Совладающее поведение у лиц с ограниченными возможностями здоровья с разными типами отношения к болезни // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2016. №3 (27). С. 115-121.
10. Шутова Н.В. , Ходыкина О.А. Экспериментальное изучение эмоциональных проявлений студентов как показателя из коммуникативной культуры // Нижегородский психологический альманах. 2016. № 1; URL: psykaf417.esrae.ru/8-67 (дата обращения: 14.05.2020).

References

1. Kunitsyna V.N. *Mezhlichnostnoe obshchenie: uchebnik dlia vuzov* [Interpersonal communication: Textbook for high schools]. V.N. Kunitsyna, N.V. Kazarinova, V.M. Pogol'sha. St. Petersburg, Piter Publ., 2003. 544 p. (In Russian)
2. Luneva O. V. *Kontsepsiia sotsial'nogo intellekta lichnosti* [The concept of social intelligence of a person]. // Znanie. Ponimanie. Umenie. 2012. № 2. Pp. 46-51. (In Russian)
3. Luneva O. V. *Osnovnye modeli sotsial'nogo intellekta* [Basic models of social intelligence]. // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika. 2012. №3. Pp. 44-47. (In Russian)
4. Malkina-Pykh I. G. *Psikhosomatika* [Psychosomatics]. M.: Eksmo, 2008. 1024 p. (In Russian)
5. Nartova-Bochaver S. K. «Coping behavior» v sisteme poniatii psikhologii lichnosti ["Coping behavior" in the system of concepts of personality psychology]. // Psikhologicheskii zhurnal. 1997. T.18. № 5. Pp. 20-30. (In Russian)
6. Novikova, E. V., Iakimenko, M. S. *Sotsial'nyi intellekt kak faktor uspeshnosti uchebnoi deiatel'nosti studentov na etape obucheniia v pedagogicheskom vuze / E. V. Novikova, M. S. Iakimenko* [Social intelligence as a factor of the success of students' educational activities at the stage of training at a pedagogical universit]. // Vestnik Donetskogo pedagogicheskogo instituta. 2018. № 3. Pp. 148–157. (In Russian)
7. Savenkov A. I. *Sotsial'nyi intellekt kak problema psikhologii odarennosti i tvorchestva* [Social intelligence as a problem of the psychology of giftedness and creativity]. // Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki. 2005. №4. Pp. 94-101. (In Russian)
8. Suntsova Ia. S. *Osobennosti psikhologicheskikh zashchit i koping-strategii muzhchin i zhenshchin* [Features of psychological defense and coping strategies of men and women]. // Vestnik Udmurtskogo universiteta. Seriya «Filosofia. Psikhologiya. Pedagogika». 2014. №3. Pp. 50-60. (In Russian)
9. Shiliaev V. A. *Sovladaiushchee povedenie u lits s ogranichennymi vozmozhnostiami zdorov'ia s raznymi tipami otnosheniia k bolezni* [Concurrent behavior in persons with disabilities with different types of attitude towards the disease]. // Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya. 2016. №3 (27). Pp. 115-121. (In Russian)
10. Shutova N.V. , Khodykina O.A. *Ekspperimental'noe izuchenie emotsional'nyi proiavlenii studentov kak pokazatelia iz kommunikativnoi kul'tury* [An experimental study of the emotional manifestations of students as an indicator of a communicative culture]. // Nižegorodskij

psihologiĉeskij al'manah. 2016. No. 1; Available at: <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2016/1/10.pdf> (accessed 14.05.2020).

Сорокоумова Светлана Николаевна, доктор психологических наук, профессор, профессор факультета психологии ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет» (Москва), профессор кафедры общей психологии ФКОУ ВО «Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний» (Рязань), Россия, e-mail: 4013@bk.ru

Дмитриева Анна Всеволодовна – магистрант, Российский государственный социальный университет, Москва, Россия, e-mail: a-dmitrieva@yandex.ru

Sorokoumova Svetlana Nikolaevna, Doctor of psychological Sciences, Professor, Professor of the Psychology Department at Russian State Social University (Moscow), Professor, Department of General Psychology Federal Treasury Educational Institution of Higher Education "Academy of Law and Management of the Federal Penitentiary Service" (Ryazan), Russian Federation, e-mail: 4013@bk.ru

Dmitrieva Anna Vsevolodovna –master's student, Russian State Social University, Moscow, Russia, e-mail: a-dmitrieva@yandex.ru
