

# Хазова С.А. «Неакадемические» способности: роль и ресурсные функции в совладающем поведении субъекта



«НЕАКАДЕМИЧЕСКИЕ» СПОСОБНОСТИ: РОЛЬ И РЕСУРСНЫЕ ФУНКЦИИ В СОВЛАДАЮЩЕМ ПОВЕДЕНИИ СУБЪЕКТА

English version: [Khazova S.A. "Non-academic" abilities: role and resource options in coping behavior of the subject](#)

Костромской государственной университет, Кострома, Россия

[Сведения об авторе](#)  
[Литература](#)  
[Ссылка для цитирования](#)

Статья посвящена анализу роли «неакадемических» способностей (эмоционального, социального интеллекта и чувства юмора как способности понимать и продуцировать смешное) в совладающем поведении субъекта. На основании эмпирических исследований делается вывод об их влиянии на расширение репертуара стратегий совладающего поведения, повышение его гибкости, а также на восприятие и концептуализацию трудной ситуации с точки зрения приобретения опыта и личностного роста.

**Ключевые слова:** неакадемические способности, эмоциональный интеллект, социальный интеллект, чувство юмора, совладающее (копинг) поведение, трудная жизненная ситуация, ресурсные функции

Роль «неакадемических» способностей в регуляции жизнедеятельности, в том числе совладающего поведения, в современной психологии способностей остается малоизученной. Чаще всего исследуется роль психометрического интеллекта, креативности либо когнитивных стилей для организации активности, в то время как «другие» («особые») неакадемические способности – социальный, эмоциональный интеллект и чувство юмора, проявляющиеся в ситуациях социальных взаимодействий, стрессовых ситуациях и определяющие успешность поведения, остаются на периферии исследовательских интересов.

## Роль «неакадемических» способностей (социального, эмоционального интеллекта и чувства юмора) в регуляции жизнедеятельности

Интерес к реальной жизнедеятельности человека, к его способностям выживать, совладать, сохранять свою субъектность, несмотря на вызовы жизни, породил значительное количество концепций и исследований неакадемических, практических форм интеллекта, «жизнетворческих» способностей, позволяющих человеку решать проблемы и жить осмысленно. В их ряду – концепции социального и эмоционального интеллектов, концепция чувства юмора как познавательной способности понимать и продуцировать смешное [Feingold, Mazzella, 1991]. Несмотря на значительное разнообразие подходов, многими авторами отмечалась общность идей, положенных в основу этих концепций способностей, имеющих практическое значение и определяющих

адаптивное взаимодействие человека с миром [Jones, Day, 1997; Стернберг и др., 2002]. В свою очередь, это дало нам возможность не только объединить в рамках одной статьи исследования роли социального, эмоционального интеллектов и чувства юмора в регуляции совладающего поведения, но и выделить и описать их общие ресурсные функции.

## **Социальный интеллект и его роль в совладающем поведении**

Обычно социальный интеллект связывается с социальной состоятельностью, компетентностью в социальных взаимодействиях и рассматривается как способность оценивать, понимать законы социального мира, определяющая социальное поведение с точки зрения достижения приспособленности к «человеческому бытию» [Wechsler, цит. по: Практический интеллект, 2002]. В разных концепциях акцентируется различный эффект социального интеллекта:

- познание социальных явлений (Д.В.Ушаков), их понимание и моделирование (В.Н.Куницина);
- обработка социальной информации (М.Форд, М.Тисак);
- налаживание отношений с другими людьми, легкость установления контактов, теплота в отношениях с другими (О.Р.Jon, С.Kosmitsky, F.M.Moos, T.Hunt и др.);
- понимание чувств, настроения и причин поступков других людей (Г.Гарднер, И.Н.Куницина, J.Wedek).

Это невозможно без обращения к биографической памяти, своему внутреннему опыту, что, по мнению ряда авторов, является важнейшей характеристикой социального интеллекта [Kihlstrom, Cantor, 2000; Ушаков, 2004].

Для нас наиболее интересной является концепция Дж.Килстрема и Н.Кантора, которые связывали социальный интеллект со способностью решать жизненные задачи, проблемы социального характера и справляться с возникающими трудностями, воспринимаемыми самим человеком как значительные [Kihlstrom, Cantor, 2000].

Так, в одном из наших более ранних исследований показано, что у подростков с признаками компьютерной игровой аддикции в общении значимо преобладают критичность, проявление вербальной агрессии и жесткость по отношению к людям, негативизм, замкнутость, нейротизм, что обуславливало снижение адаптации и эффективности совладающего поведения [Хазова, 2012].

## **Эмоциональный интеллект и его роль в совладающем поведении**

В современной психологии приняты две основные модели эмоционального интеллекта: модель способностей (J.D.Mayer, P.Salovey) и смешанная модель (R.Bar-On). Д.Майер и П.Саловей, концепция которых разработана в рамках когнитивной модели, определяют эмоциональный интеллект как способность осознавать смысл эмоций, точно оценивать и выражать эмоции, ассимилировать эмоциональный опыт и использовать эти знания для регуляции как своих, так и чужих эмоций, понимания причин возникновения проблем и их решения [Mayer, Salovey, 1997]. Однако и другие авторы указывают на роль эмоционального интеллекта в адаптации к требованиям и давлению окружения, управлении стрессом (Е.В.Ерохина, Д.В.Люсин, А.С.Петровская). Так, например, А.С.Петровская при изучении роли эмоционального интеллекта в управленческой деятельности установила, что респонденты с высоким уровнем эмоционального интеллекта предпочитают не использовать деструктивные (агрессивные), асоциальные стратегии, ведут себя достаточно асертивно, используют достаточно широкий спектр просоциальных стратегий совладания [Петровская, 2007]. Ряд авторов связывают эмоциональный интеллект с использованием информации, которая содержится в эмоциях, как основы мышления и принятия решений [Сергиенко, Ветрова, 2010; Изотова, Максимова, 2016].

## **Чувство юмора и его роль в совладающем поведении**

Чувство юмора в разных теориях описывается по-разному, например, как познавательная способность (способность создавать, понимать, воспроизводить и помнить шутки) (A. Feingold, R. Mazzella); эстетический ответ (оценка юмора, удовольствие) (W. Ruch, F.-J. Hehl); обычное, обыденное поведение как тенденция использовать шутки и развлекать других, смеяться над шутками окружающих (K. H. Craik, K. Davidson, M. D. Lampert, H. M. Lefcourt); связанная с эмоцией черта характера – жизнерадостность (W. Ruch, G. Kohler, C. van Thriel); отношение к чему-либо (S. Svebak); стратегия совладания или механизм защиты как тенденция к самоподдержке перед лицом стрессовой ситуации (S. Freud, L. D. Henman, H. M. Lefcourt, R. Martin). В психологических определениях акцентируется единство когнитивной (понимание, осмысление) и аффективной (эмоциональный отклик) составляющих юмора, он расценивается как интегративная форма проявления личности, наиболее явно выступающая в межличностной ситуации и ситуации стресса.

Обобщая теоретические и эмпирические данные, следует отметить три важных идеи: во-первых, и социальный, и эмоциональный интеллект, и чувство юмора могут быть рассмотрены как интеллектуальные способности, в значительной мере определяющие поведение субъекта; во-вторых, они играют существенную роль в регуляции жизнедеятельности, в том числе стресса; в-третьих, несмотря на высокую вероятность связи с эффективными копинг-стратегиями, систематических исследований их роли в совладающем поведении не проводилось.

Это обусловило цель нашего исследования: изучение роли социального интеллекта, эмоционального интеллекта и чувства юмора в совладающем поведении субъекта. Для доказательства их ресурсной роли было организовано сложное по дизайну исследование, состоящее из трех серий. *Первая серия:* исследование роли социального интеллекта в совладающем поведении в ранней юности. *Вторая серия:* изучение роли эмоционального интеллекта как копинг-ресурса в юности и зрелости. *Третья серия:* исследование ресурсной роли чувства юмора в совладающем поведении в юности и взрослости.

## Методы

### Выборка

В *первой* эмпирической серии приняли участие 52 студента 1-го курса Института педагогики и психологии КГУ им. Н.А. Некрасова; а также 12 студентов-активистов 4-го курса (6 девушек и 6 юношей), выполняющих руководящие функции в различного рода студенческих объединениях (группа лидеров), в качестве контрольной группы выступали студенты этого же курса ( $n = 21$ ), выбранные случайным образом с учетом пола. Для идентификации лидеров мы использовали деятельностный критерий (руководство различного рода студенческими объединениями) и привлекли экспертные оценки коммуникативных качеств, социальной активности и лидерских качеств (в качестве экспертов выступали преподаватели и студенты – участники объединений).

Во *второй* эмпирической серии приняли участие 50 человек, 38 женщин и 12 мужчин: из них 25 человек в возрасте от 18 до 22 лет – 17 девушек и 8 юношей, 25 человек в возрасте от 40 до 60 лет – 21 женщина и 4 мужчины.

В *третьей* эмпирической серии 3 группы испытуемых в количестве 70 человек: 1) 30 человек в возрасте 19–26 лет (15 мужчин и 15 женщин); 2) 25 человек в возрасте 40–48 лет (10 мужчин и 15 женщин); 3) 15 человек в возрасте 60–75 лет (6 мужчин и 9 женщин).

### Методики

1. Опросник способов совладания С.И. Фолкман, Р. Лазаруса в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык, М.С. Замышляевой [Крюкова, 2007].

2. Юношеская копинг-шкала ЮКШ (ACS) Э.Фрайденберг и Р.Льюиса в адаптации Т.Л.Крюковой [Крюкова, 2007].

3. Тест MSCEIT (Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence Test) в адаптации А.С.Петровской [Петровская, 2007].

4. Методика исследования социального интеллекта Дж.Гилфорда и М.Салливена в адаптации Е.С.Михайловой [Михайлова, 1996]. Методика имеет четыре субтеста и диагностирует способность к логическому обобщению, способность предвидеть последствия поведения, способность понимать логику развития ситуаций, способность понимать изменения значения вербальных реакций.

5. Опросник стилей юмора – Humor Scale Questionnaire – HSQ Р.Мартина в адаптации Е.М.Ивановой с соавт. [Иванова, Митина и др., 2013]. Опросник диагностирует четыре стиля юмора: 1) самоподдерживающий, «поощряющий себя» юмор: стремление поддерживать юмористический взгляд на мир, а также использование юмора как стратегии совладающего поведения; 2) агрессивный юмор: использование юмора для критики и манипулирования другими, утрирование отрицательных черт в человеке; 3) аффилиативный юмор: тенденция шутить в толерантной манере с целью повышения групповой сплоченности; 4) самоуничижительный юмор, ориентированный на улучшение межличностных отношений за собственный счет.

6. Полуструктурированное интервью.

## Методы обработки данных

Применялись следующие статистические методы: сравнительный анализ (критерий U Манна–Уитни,  $\phi^*$  – угловое преобразование Фишера), корреляционный анализ (метод ранговой корреляции r-Спирмена). При обработке данных использовался пакет статистических программ Statistica 8.0.

## Результаты

### Результаты исследования роли социального интеллекта в совладающем поведении в ранней юности

На первом этапе изучался уровень развития социального интеллекта и его связь со стратегиями совладающего поведения ( $n = 52$ ). Результаты диагностики социального интеллекта позволяют констатировать, что значительная часть студентов имеет высокий или средний уровень его развития по всем четырем показателям (81%), низкий – 9%. Это в определенной мере объясняется спецификой факультета, где готовят специалистов помогающих профессий, предъявляющих высокие требования к социальным навыкам.

Анализ результатов изучения совладающего поведения позволил выделить как наиболее предпочитаемые стратегии: *Решение проблемы* (рейтинг 1), *Работа, Достижения* – ориентация на высокие достижения (3); *Беспокойство* (2), *Самообвинение* (6), *Разрядка* (4) и *Позитивный фокус* (5). Такая разнородность стратегий может быть объяснена как ситуацией адаптации, в которой находятся студенты первого курса, так и активным формированием способов копинг-поведения, поскольку сочетание эффективных / продуктивных и менее эффективных стратегий в юности является возрастной особенностью, на которую указывалось и в других исследованиях [Крюкова, 2007; Хазова, 2013]. При этом студенты с высоким социальным интеллектом чаще выбирают стратегии *Решение проблемы* ( $U_{8.0} = 66,0, p \leq 0,042$ ), *Работа, достижения* ( $U = 57,0, p \leq 0,018$ ), *Обращение к друзьям* ( $U = 42,0, p \leq 0,003$ ) и *Принадлежность* ( $U = 60,0, p \leq 0,025$ ).

Результаты корреляционного анализа (таблица 1) свидетельствуют о немногочисленных связях средней силы между показателями социального интеллекта и стратегиями совладающего поведения.

**Таблица 1**

Коэффициенты корреляций показателей социального интеллекта и стратегий совладающего поведения

Переменные	Способность к логическому обобщению	Способность предвидеть последствия поведения	Способность понимать логику развития ситуаций	Способность понимать изменения значения вербальных реакций
Обращение к друзьям	-0,305*			
Позитивный фокус	-0,345*			
Разрядка		-0,324 *		
Обращение к религии			-0,295 *	
Социальная поддержка				-0,278 *

*Примечания.* Уровень значимости различий: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,000$ ; оценка по критерию ранговых корреляций Спирмена.

Интересно, что способности понимать логику развития ситуации и предвидеть последствия поведения снижают риск неэффективного совладания за счет «выпускания пара», вымещения своих неудач на других, слез и крика и обращения к религии и чтению молитв. В то же время способность к логическому обобщению и способность понимать смысл изменения вербальных реакций делают менее возможным обращение к разным видам социальной поддержки.

На втором этапе нами изучалось совладающее поведение студентов-лидеров, руководителей студенческих объединений ( $n = 12$ ), поскольку многочисленные исследования свидетельствуют о том, что лидеры обладают определенным «набором» личностных качеств, не только обеспечивающих эффективное управление или воздействие на группу, но и позволяющих справляться с высокими психоэмоциональными нагрузками в трудных (стрессовых) ситуациях.

Анализ результатов ( $n = 12$  – лидеры,  $n = 21$  – контрольная группа) позволяет сделать вывод о том, что наиболее предпочитаемыми стратегиями являются *Положительная переоценка*, *Самоконтроль* и *Планирование решения проблемы*. Интересно, что студенты обеих групп практически не выбирают такие стратегии совладания с трудными ситуациями, как *Бегство–избегание* (мысленные усилия, направленные на уход от проблемы) и *Принятие ответственности* (осознание своей роли в возникновении и разрешении трудной ситуации). Выявленные результаты повторяют в целом общевозрастные тенденции. Однако необходимо отметить что лидеры реже уклоняются от решения проблем ( $U = 54,5$ ,  $p \leq 0,037$ ) и чаще оценивают трудности в позитивном ключе как способствующие росту личности ( $U = 51,5$ ,  $p \leq 0,022$ ).

Результаты двух этапов исследования в целом дают основание говорить о следующих фактах:

– лица с высоким социальным интеллектом ориентируются на решение проблемы, высокие

достижения и упорную работу, лучше контролируют себя в трудных ситуациях, способны рассматривать трудности в позитивном ключе;

– высокий социальный интеллект снижает риск обращения к неэффективным стратегиям совладания;

– социальный интеллект отрицательно коррелирует с социально-ориентированным копингом, но при этом в младшей возрастной группе у студентов с высоким социальным интеллект зафиксировано более частое обращение к социальной поддержке.

## **Результаты исследования роли эмоционального интеллекта в регуляции совладающего поведения**

Для реализации цели исследования на первом этапе был измерен эмоциональный интеллект по тесту MSCEIT Дж.Майера, Д.Карузо и П.Саловея. На основании медианного критерия выборка была разделена на две крайние группы – с высоким эмоциональным интеллект (n = 18) и с низким эмоциональным интеллект (n = 11), средние значения в сравнительном анализе не учитывались. Сравнительный анализ выявил значимые отличия по способности к *восприятию эмоций* (U = 42, p ≤ 0,04), *пониманию эмоций* (U = 49, p ≤ 0,01) и *управлению эмоциями* (U = 63,5, p ≤ 0,05). Респонденты с высоким уровнем эмоционального интеллекта значимо реже прибегают к агрессивному *Конфронтативному* копингу (U = 38, p = 0,002) и чаще признают свою роль в решении проблемы (стратегия *Принятие ответственности*, U = 54, p = 0,02).

Корреляционный анализ на всей выборке показал различные связи структурных компонентов с выбором стратегий совладающего поведения. Так, способность *воспринимать эмоции* отрицательно коррелирует с конфронтативным копингом, то есть агрессивными усилиями по изменению ситуации (r = -0,491, p ≤ 0,000) и не способствует поиску социальной поддержки (r = -0,385, p ≤ 0,005). *Способность применять эмоции в мышлении*, решении проблем и творчестве снижает частоту обращения к социальной поддержке (r = -0,289, p ≤ 0,041). *Способность управлять эмоциями* увеличивает вероятность выбора стратегии *Принятие ответственности за свои решения в трудной ситуации* (r = 0,293, p ≤ 0,038).

Анализ ответов на вопросы интервью дает основание для следующих выводов. Во-первых, 82,4% респондентов с высоким эмоциональным интеллект и 53,8% с низким эмоциональным интеллект воспринимают трудную ситуацию как временную, проходящую ( $\phi^* = 1,78$ , p ≤ 0,045). 11,8% людей с высоким и 38,5% с низким эмоциональным интеллект воспринимают трудности как хроническое состояние, непреодолимую ситуацию, находятся в постоянном напряжении ( $\phi^* = 1,70$ , p ≤ 0,038).

Во-вторых, люди с низким эмоциональным интеллект (30,8%) часто пребывают в удрученном, грустном и даже агрессивном настроении ( $\phi^* = 3,19$ , p ≤ 0,000), тогда как люди с высоким эмоциональным интеллект (29,4%) стресс воспринимают как вызов внутреннему потенциалу, который мобилизует на активные действия, на разрешение трудной ситуации ( $\phi^* = 3,10$ , p ≤ 0,000).

В-третьих, по мнению респондентов, со стрессом им помогает справляться оптимизм, уравновешенность, целеустремленность, терпимость, настойчивость.

В-четвертых, есть определенный круг ситуаций, в которых эмоциональный интеллект оказывает полезный эффект. Так, юноши и девушки считают, что высокий эмоциональный интеллект (способность к поддержанию позитивного настроения даже в неблагоприятных обстоятельствах, уравновешенность, способность управлять своими эмоциями) помогает в ситуациях экзамена, зачетов, соревнований, ссор с любимым человеком, ситуациях нападения или третирования, ситуациях творческого самовыражения. Люди зрелого возраста выделяют помимо этого семейные

конфликты, измены, финансовые трудности, потерю значимого близкого, одиночество, проблемы на работе.

Наконец, в-пятых, большая часть респондентов воспринимает и оценивает эмоциональный интеллект как несомненный ресурс в трудных жизненных ситуациях, отмечая наибольший эффект оптимизма, способности контролировать свои эмоции и уравновешенности.

## **Результаты исследования ресурсной роли чувства юмора в совладающем поведении**

В начале исследования нами проводилось полуструктурированное интервью. Было обнаружено, что большинство респондентов понимает юмор как способность подмечать и показывать смешное, умение шутить; в юношеской группе и группе пожилых людей, по сравнению с группой взрослых (40–48 лет), юмор понимается и как такое проявление остроумия, которое может реализовываться в виде насмешек, иронии, подшучивания, то есть носить агрессивный характер ( $j^* = 2,25, p \leq 0,010$ ).

Среди ситуаций, в которых используется юмор, респонденты называют финансовые трудности, нехватку денег на что-то, ссоры с близкими людьми (членами семьи, друзьями, возлюбленными), отсутствие работы, проблему оплаты труда, одиночество, бытовые неурядицы, отношения между полами, человеческую глупость, отношение к возрасту. В группе 19–26 лет была выделена ситуация экзаменов и зачетов (26,7%). В группе 60–75 лет юмор позволяет поддержать себя, не застревать на проблеме в ситуациях выхода на пенсию (40%) и ухудшения здоровья (33,3%). Для испытуемых 40–48 лет наиболее актуальным является использование юмора при возникновении проблем на работе (60%), носящих не очень критичный, не хронический характер. В ситуациях, имеющих «затяжное» течение, например, сложные отношения с мужем, разрыв отношений, поднимают настроение и дают образец отношения к жизни с юмором чтение иронических детективов, просмотр комедийных фильмов, придумывание шуток «по поводу...».

Большинство респондентов (80%) отмечают поддерживающую роль юмора и используют его для позитивного подкрепления своего эмоционального состояния. Они говорят о том, что юмор может приободрить, поднять настроение, разрядить обстановку, сплотить людей, оправдать свои поступки и поступки других людей, а также позволяет посмотреть на ситуацию по-другому, переоценить ее, снизить значимость и стрессогенность. С возрастом все чаще респонденты отмечают специфическую функцию юмора: он дает надежду на будущее (7% в младшей группе, 27% - в старшей,  $j^* = 3,9, p \leq 0,001$ ).

В целом интервью позволяет сделать вывод о том, что юмор обладает полезным эффектом, поскольку облегчает восприятие ситуации, изменяет эмоциональное состояние, позволяет переключиться с проблемы на что-то другое, дает надежду на лучшее.

На втором этапе были проанализированы корреляционные связи стилей юмора со стратегиями совладающего поведения. Получены следующие результаты:

- потенциально адаптивные и здоровые стили юмора – *самоподдерживающий* и *аффилиативный* положительно коррелируют со стратегией *Принятие ответственности* ( $r = 0,330, p \leq 0,040$  и  $r = 0,380, p \leq 0,001$  соответственно);
- *самоподдерживающий* стиль юмора положительно коррелирует с такими стратегиями, как *самоконтроль* ( $r = 0,300, p \leq 0,01$ ); *поиск социальной поддержки* ( $r = 0,230, p < 0,004$ ); *планирование решения проблемы* ( $r = 0,340, p \leq 0,003$ ); *положительная переоценка* ( $r = 0,380, p \leq 0,001$ ) и отрицательно с *конфронтативным копингом* ( $r = -0,350, p \leq 0,002$ ) и *дистанцированием* ( $r = -0,25, p \leq 0,020$ );

- потенциально вредный *агрессивный* стиль юмора положительно коррелирует с *конфронтативным копингом* ( $r = 0,490$ ,  $p \leq 0,000$ ) и отрицательно – со стратегиями *самоконтроль* ( $r = -0,490$ ,  $p \leq 0,040$ ) и *принятие ответственности* ( $r = -0,270$ ,  $p \leq 0,02$ );
- *самоуничижительный* стиль юмора как потенциально дезадаптивный коррелирует со стратегией *дистанцирование* ( $r = 0,240$ ,  $p \leq 0,040$ ).

Анализ полученных результатов позволяет нам говорить о том, что люди, использующие агрессивный или самоуничижительный стиль юмора, как правило, в трудных жизненных ситуациях прибегают либо к дистанцированию и избеганию проблем, либо враждебности и агрессивному поведению. В то время, как адаптивные стили юмора «задают» адаптивные способы поведения: принятие ответственности за происходящее, признание своей роли в проблеме, ориентацию на решение проблемы и контроль над эмоциями и поведением. При этом, благодаря юмористической переоценке, ситуация становится менее напряженной и более управляемой, открывается возможность для контроля своих действий и эмоций.

Таким образом, чувство юмора, понимаемое как интеллектуальная способность, позволяет человеку предпринимать усилия по решению проблемы, созданию положительного смысла ситуации (то есть альтернативно интерпретировать ситуацию) и концентрироваться на росте собственной личности, прикладывать усилия в поиске информационной, действенной и эмоциональной поддержки других людей.

## Обсуждение результатов

Прежде всего, представим обобщенные данные корреляционного анализа (в таблице приведен наибольший из сходных коэффициентов). В таком обобщенном виде становится очевидным, что значительная их часть из разных эмпирических серий подтверждает друг друга, повышая достоверность сделанных выводов.

**Таблица 2**

Коэффициенты корреляций показателей неакадемических способностей и стратегий совладающего поведения

	Социальный интеллект	Эмоциональный интеллект	Адаптивный юмор	Потенциально дезадаптивный юмор
Конфронтативный копинг		-0,491***	-0,350**	0,490***
Разрядка	-0,324*			
Обращение к религии	-0,324*			
Дистанцирование			-0,250*	0,240*
Социальная поддержка	-0,270*	-0,385**	0,230**	
Обращение к друзьям	-0,303*			
Принятие ответственности		0,293*		-0,270*
Поиск решения проблемы			0,340**	
Самоконтроль			0,300**	-0,490***
Положительная переоценка			0,380***	

*Примечания.* Уровень значимости различий: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,000$ ; оценка по критерию ранговых корреляций Спирмена.

Прежде всего, необходимо отметить, что из 17 корреляционных связей 10 являются отрицательными. В свою очередь, около 40% из отрицательных корреляций – это корреляции с такими стратегиями совладающего поведения, как: *конфронтативный копинг* – агрессивные усилия по преодолению трудностей (в то время как потенциально дезадаптивные стили юмора ведут к повышению конфронтации), *разрядка* – за счет «выпускания пара», слез, крика, курения, приема алкоголя, вымещения неудач на других людях, *обращение к религии* (молитвы, чтение святого писания), *дистанцирование* – усилия по отдалению от ситуации и снижению ее значимости. Получается, что «неакадемические» способности снижают частоту обращения к непродуктивным способам поведения в трудных жизненных ситуациях, то есть уменьшают риск несовладания. Сходные результаты получены в ряде исследований психометрического интеллекта [Хазова, 2013; Холодная, Алексаполский, 2010]. Это позволяет говорить об общих тенденциях, описывающих роль академических и неакадемических способностей как медиаторов копинга, минимизирующих риски непродуктивного поведения в трудных и стрессовых ситуациях.

Далее, и социальный, и эмоциональный интеллект связаны со снижением вероятности обращения к *социально-ориентированным стратегиям* совладания, которые понимаются нами скорее как несущие «эффект социотропии»: потребность общаться с друзьями; забота о хороших отношениях с окружающими и готовность следовать их мнениям; склонность проводить досуг в компании [Холодная, 2008]. Эти данные кажутся внутренне противоречивыми, поскольку и социальный, и эмоциональный интеллект наиболее очевидно проявляются в ситуациях социального взаимодействия. Однако можно предположить, что высокий уровень развития этих способностей связан скорее с ориентацией на получение действенной и информационной поддержки от окружения, чем на простое времяпрепровождение в компании или на слепое следование мнению окружающих. Кроме того, необходимо отметить и недостаточность тестовой процедуры измерения «неакадемических способностей», на что указывали многие авторы, отмечая, что существующие тесты ориентированы скорее на логический, когнитивный компонент социального и эмоционального интеллекта [Стернберг и др., 2002; Ушаков, 2004].

Несколько другое объяснение может быть дано положительной связи адаптивного стиля юмора со стратегией социальной поддержки. Человек шутит для поддержания юмористического взгляда на мир, тесных контактов с людьми перед лицом трудностей, для того чтобы быть принятым. Сама природа неагрессивного юмора предполагает включение человека в социальные сети. Поэтому юмор в «толерантной манере» [Martin и др., 2003] может быть рассмотрен как социальная стратегия совладания, когда люди проявляют доброжелательность и оптимизм, а не враждебность и агрессию, разрешают проблему, не враждуя, а сотрудничая.

Следующая группа связей касается продуктивных стратегий, ориентированных на решение проблемы, урегулирование своих чувств и действий (самоконтроль) и принятие ответственности за возникновение проблемы и ее решение. Эмоциональный интеллект и адаптивные стили юмора повышают вероятность обращения к этим копинг-стратегиям, в то время как дезадаптивный стиль юмора – снижает. «Здоровый» юмор, проявляющийся в склонности шутить над несоответствиями жизни, относиться ко всему, в том числе бедственной ситуации, с улыбкой, иронией, а также эмоциональный интеллект помогают людям планировать решение проблемы, обеспечивает позитивный взгляд на исход трудной ситуации и позволяет выстроить пути выхода из нее.

Наконец, еще один важный эмпирический факт свидетельствует о связи адаптивного юмора со стратегией *Положительная переоценка*, что говорит о наличии усилий по созданию положительного смысла ситуации и фокусировании на личностном росте. Аналогичные данные были получены в исследованиях под руководством Н.Куипера: отмечалось, что люди с развитым чувством юмора чаще прилагают сознательные усилия, чтобы рассмотреть свои проблемы с другой точки зрения, что приводит к более позитивному восприятию событий, категоризации их как позитивного вызова, а не негативной угрозы [Kuiper, Martin, Olinger, 1993].

Данные сравнительного анализа позволяют сделать вывод о том, что респонденты с высоким

уровнем развития «неакадемических» способностей чаще ориентированы на решение проблемы (*Планирование решения проблемы*), упорную работу (*Работа, достижения*), чаще оценивая трудную ситуацию, рассматривают ее в позитивном ключе как вызов ресурсам и возможность для саморазвития и самоизменения (*Положительная переоценка*), реже используют агрессивные способы изменения ситуации (*Конфронтативный копинг*). Все это свидетельствует о более продуктивном способе поведения в трудных жизненных ситуациях и способности накапливать и концептуализировать опыт совладания в контексте жизненной перспективы. Более частый выбор стратегий *Обращение к друзьям* и *Стремление принадлежать* – стремление получить одобрение и поддержку в группе первокурсников, вероятно, является в значительной мере ситуативно обусловленным и связанным с периодом адаптации. Люди же с низким социальным и эмоциональным интеллектом, а также выбирающие относительно нездоровые и потенциально вредные стили юмора – агрессивный и самоуничужительный, проявляют внутреннюю и внешнюю агрессию, фиксируются на переживаниях своей беспомощности, беспокоятся, сосредотачиваются на собственных недостатках, обвиняют других, что, конечно, изменяет психоэмоциональное состояние на более стабильное и оптимальное, но не оказывает позитивного действия на эффективность поведения в стрессогенных ситуациях.

Далее, результаты интервью позволяют составить перечень трудных ситуаций, в которых «неакадемические» способности проявляют свою ресурсную роль. Он достаточно широк: от ситуаций, связанных с достижениями (экзамены, соревнования, профессиональные достижения), до разрыва отношений и потери близкого человека. При этом ситуации социальных взаимодействий (отношения полов, ссоры и конфликты, отношения с начальством, воспринимаемое одиночество и т.д.) наиболее часто требуют «вложения» социального и эмоционального интеллекта и использования чувства юмора.

Респонденты отмечают и значение «неакадемических» способностей и чувства юмора в трудных жизненных ситуациях, оценивая их полезный эффект с точки зрения лучшего совладания с трудностями, облегчения восприятия ситуации, лучшего ее понимания, более адекватной оценки состояния и поведения другого человека, оценки ситуации как менее травматичной, изменения своего и чужого эмоционального состояния на более позитивное; акцентирования внимания на приобретении опыта и росте личности. Все это свидетельствует о ресурсных функциях эмоционального, социального интеллекта и чувства юмора как когнитивной способности.

## **Выводы**

Итак, при изучении роли эмоционального интеллекта, социального интеллекта и чувства юмора как когнитивной способности воспринимать и продуцировать смешное была зафиксирована удивительная схожесть полученных результатов. Эмпирические факты свидетельствуют, что и эмоциональный интеллект, и социальный интеллект и чувство юмора:

- являются действенными ресурсами в широком круге ситуаций: от учебных и профессиональных до ситуаций творческого самовыражения, межличностных отношений, жизненных потерь;
- позволяют выбирать более продуктивные стратегии совладающего поведения, ориентированные на решение проблемы, получение действенной социальной поддержки, самоконтроль и положительную переоценку ситуации, при этом они снижают риск обращения к стратегиям конфронтации и дистанцирования; изменяют эмоциональное состояние на более позитивное, позволяют сохранять оптимизм и уверенность в собственных силах;
- создают условия для особой формы концептуализации ситуации, которая оценивается и интерпретируется как менее травматичная и рассматривается в контексте роста личности и приобретения жизненного опыта.

## **Финансирование**

Исследование выполнено при поддержке Российского научного фонда, проект №14-28-00087, Институт психологии РАН.

## **Литература**

- Иванова Е.М., Митина О.В., Зайцева А.С., Стефаненко Е.А., Еникопов С.Н. Русскоязычная адаптация опросника стилей юмора Р.Мартина. Теоретическая и экспериментальная психология, 2013, 6(2).
- Изотова Е.И., Максимова Е.Б. Психологические и психофизиологические аспекты исследования эмоционального интеллекта в подростковом и юношеском возрастах. Психологические исследования, 2016, 9(46), 7. <http://psystudy.ru>
- Крюкова Т.Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Кострома: Авантитул, 2007.
- Михайлова (Алешина) Е.С. Методика исследования социального интеллекта: Адаптация теста Дж.Гилфорда и М.Салливена: Руководство по использованию. СПб.: ИМАТОН, 1996.
- Романова Е.В., Сытько Т.И. Проективные графические методики. Методические рекомендации. СПб., 1992.
- Стернберг Д. (Ред.). Практический интеллект. СПб.: Питер., 2002.
- Ушаков Д.В. Социальный интеллект как вид интеллекта. В кн.: Д.В. Люсин, Д.В. Ушаков (Ред.), Социальный интеллект: теория, измерение, исследования. М.: Институт психологии РАН, 2004. С. 11–28.
- Петровская А.С. Эмоциональный интеллект как детерминанта результативных параметров и процессуальных характеристик управленческой деятельности: дисс. ... канд. псих. наук. Ярославль, 2007.
- Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Тест Дж.Мэйера, П.Сэловея и Д.Карузо «Эмоциональный интеллект» (MSCEIT v. 2.0). Руководство. М.: Институт психологии РАН, 2010.
- Хазова С.А. Ментальные ресурсы субъекта: феноменология и динамика. Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2013.
- Хазова С.А. Коммуникативные способности и социальный интеллект в социальном поведении в ранней юности. Вестник КГУ им. Н.А.Некрасова. Сер.: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика, 2012, 18(1), 192-197.
- Холодная М.А., Алексапольский А.А. Интеллектуальные способности и стратегии совладания. Психологический журнал, 2010, 31(4), 59–68.
- Холодная М.А. Стили совладания в юношеском возрасте в контексте проблемы интеллектуального контроля совладающего поведения. В кн.: А.Л. Журавлев, Т.Л. Крюкова, Е.А. Сергиенко (Ред.), Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы. М.: Институт психологии РАН, 2008. С. 84–96.
- Jones K., Day J.D. Discrimination of two aspects of cognitive-social intelligence from academic

intelligence. *Journal of Educational Psychology*, Vol. 89, 486–497.

Feingold A., Mazella R. Psychometric intelligence and verbal humor ability. *Personality and Individual Differences*, 1991, 12(5), 427–435.

Kihlstrom J.E., Cantor N. Social intelligence. In: R.J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence*. Cambridge: Cambridge University Press, 2000. pp. 359–379.

Kuiper N.A., Martin R.A., Olinger L.J. Coping humor, stress and cognitive appraisals. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 1993, 25(1), 81–96.

Martin R.A., Puhlik-Doris P., Larsen G., Gray J., Weir K. Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 2003, Vol. 37, 48–75.

Поступила в редакцию 25 августа 2016 г. Дата публикации: 29 октября 2016 г.

### [Сведения об авторе](#)

*Хазова Светлана Абдурахмановна.* Доктор психологических наук, профессор, кафедра специальной педагогики и психологии, Институт педагогики и психологии, Костромской государственный университет, пос. Новый, д. 1, 156000 Кострома, Россия.

E-mail: [hazova\\_svetlana@mail.ru](mailto:hazova_svetlana@mail.ru)

### [Ссылка для цитирования](#)

Стиль [psystudy.ru](http://psystudy.ru)

Хазова С.А. Интеллектуальные способности как фактор эффективности совладающего поведения. *Психологические исследования*, 2016, 9(49), 2. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Хазова С.А. Интеллектуальные способности как фактор эффективности совладающего поведения // *Психологические исследования*. 2016. Т. 9, № 49. С. 2. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

[Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2016v9n49/1337-khazova49.html>

[К началу страницы >>](#)