

О. Г. Мирошниккандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Полтавський національний педагогічний університет
імені В. Г. Короленка

РЕФЛЕКСИВНІ ПРОЦЕСИ Й ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ У РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

У статті обґрунтовано роль рефлексивних процесів у функціонуванні емоційного інтелекту. Проаналізовано результати емпіричного дослідження структури патерна рефлексивних процесів у юнаків із різним рівнем розвитку емоційного інтелекту. Визначено провідну роль процесів соціальної рефлексії юнаків у становленні їх емоційного інтелекту.

Ключові слова: рефлексія, рефлексивність, патерн рефлексивних процесів, соціорефлексія, саморефлексія, емоційний інтелект, ранній юнацький вік.

Постановка проблеми. Розвиток емоційної культури людини є однією з найбільш актуальних проблем сучасної психологічної теорії та практики. Американський психолог Д. Гоулман зазначав, що приблизно вісім-десять відсотків успіху в житті зумовлені наявністю в людини «некогнітивних» чинників, до яких належить і емоційний інтелект. Теоретичною основою досліджень емоційного інтелекту є концепції П. Селовея, Дж. Майєра, Д. Гоулмана, Р. Бар-Она. Науковці розглядали емоційний інтелект як набір здібностей, що дозволяють розуміти власні переживання та переживання інших, як можливість управляти своїми переживаннями. Оцінки дослідників не збігаються щодо кількості цих здібностей, їх залежності від природного чи набутого. Так, Д. Гоулман виокремив сім компонентів емоційного інтелекту: самосвідомість, самомотивацію, емоційну стійкість, контроль спонукань, регуляцію настроїв, емпатію, оптимізм [1]. На думку Р. Бар-Она, емоційний інтелект становить множинність некогнітивних здібностей і навичок, що впливають на можливість індивіда успішно долати перешкоди й тиск оточення [8]. Дослідник визначає емоційний інтелект як усі некогнітивні здібності, знання та компетентність, що надають можливість людині успішно реалізовувати життєві цілі. Достатньо поширеним є тлумачення емоційного інтелекту, що було запропоноване Д. Люсіним [5]. Воно було наближене до здатності людини розуміти функції своїх емоційних переживань і вміння управляти ними. Дослідник зазначає, що здатність до розуміння й управління емоціями може бути спрямована як на власні емоції, так і на емоції інших людей. Модель емоційного інтелекту, що була запропонована Д. Люсіним, містить три елементи: когнітивні здібності, що забезпечує швидкість і точність переробки інформації; уявлення про емоції як про цінність, що забезпечує розуміння себе й іншого; особливості емоційності людини (емо-

ційна стійкість, емоційна чутливість). Н. Билкіна та Д. Люсін за результатами власних емпіричних досліджень виявили особливості організації знань про емоції в ході онтогенезу. Так, спочатку виникають окремі зв'язки типу «ситуація – емоція», «емоція – зовнішній вияв». Ці зв'язки мають жорсткий неузгоджений характер, поступово їх кількість збільшується, зв'язки стають більш гнучкими й інтегрованими, утворюючи когнітивну схему емоцій. Більшість дослідників розглядає генезис емоційного інтелекту у зв'язку з проблемою емоційної зрілості особистості. І. Андрєєва до основних компонентів структури емоційної зрілості відносить емоційну експресивність, емоційну саморегуляцію й емпатію [1]. А. Чебікінін і І. Павловою розглянуто основні етапи становлення емоційної зрілості в юнацькому віці [7]. Узагальнюючи результати цих досліджень, можна сказати, що становлення емоційної зрілості особистості в ході онтогенезу розглядається як рух від інтуїтивних форм регуляції своїх емоційних переживань до становлення усвідомленої емоційної регуляції, верхівкою розвитку якої є саморегуляція власних переживань на підставі розуміння емоцій інших людей. Звичайно, цей процес потребує участі різноманітних психічних утворень, серед яких особливе місце займає рефлексія. Зокрема, В. Петровський виділяє чотири елементи рефлексії, що пов'язані з емоційними проявами: 1) усвідомлення справжніх мотивів діяльності; 2) здатність відрізнити власні ускладнення від ускладнень інших; 3) оцінка наслідків власних дій; 4) здатність до емпатії та децентрації.

Найчастіше проблема рефлексії в ранньому юнацькому віці розглядається у зв'язку з формуванням активної життєвої позиції, самовизначенням, усвідомленням власної значущості. Рефлексія, що обслуговує ці феномени, називається особистісною. Особистісний тип рефлексії несе функцію самовизначення людини, сприяє особистісному

зростанню та є передумовою становлення її індивідуальності як надособистісного утворення, у якому акумулюються результати усвідомлення смислів життєдіяльності. Від п'ятнадцяти до вісімнадцяти років проявляється психологічний центризм особистості, який дозволяє юнакам визначити зміст власного «Я», свої ціннісні орієнтації та переконання. Т. Сімакова, досліджуючи специфіку розвитку особистісної рефлексії в підлітковому та юнацькому віці, виділила три її рівні: перший (низький) рівень характеризується наявністю синкретичного «образу Я» і відсутністю рефлексії себе; другий (конфліктний) полягає в поступовій диференціації уявлень про зовнішнє й внутрішнє Я; третій (конструктивний) полягає в побудові динамічного «Я» на основі особистісної рефлексії як найважливішої умови для самоактуалізації в умовах непрогнозованого майбутнього [2]. Варто зазначити, що вивчення особистісної рефлексії в розвитку самосвідомості в підлітковому та ранньому юнацькому віці стало знаковим для психології рефлексії. Так, свій офіційний статус ця галузь знань отримала завдяки дослідженню особистісної рефлексії підлітків А. Буземаном. Традиційно явище рефлексії розглядається як психологічний механізм, що складається з психічних дій, спрямованих на співвіднесення основ власних дій (мотиваційних, операційних, смислових) з умовами досягнення цілі з метою їх узагальнення, розуміння та трансформації. Таке розуміння рефлексії є достатньо поширеним у психології незалежно від сфери вияву рефлексивного механізму. Так, наприклад, аналіз рефлексії в інтелектуальній сфері у статусі механізму представлений у працях Л. Берцфаї, Л. Гурової, А. Зака, В. Давидова. Ю. Кулюткіна й ін. Дослідження функцій і змісту рефлексивного механізму у сфері самосвідомості здійснене В. Анікіною, Н. Гуткиною, І. Коном, І. Семеновим, С. Степановим, В. Слободчиковим, В. Століним. Особливості функціонування рефлексивного механізму в системі сумісної діяльності розглянуті в дослідженнях Я. Коломинського, М. Найдьонова, В. Сосновського, В. Рубцова, Г. Щедровицького й ін. Характеристика рефлексії в соціально-психологічній взаємодії надана в працях Г. Андрєєвої, А. Петровського, М. Міріманової, Ю. Шрейдер та ін.

Завдяки розвитку метакогнітивної психології (Дж. Флейвел, Дж. Бруйер, Дж. Ройс, R. Jarman, М. Феррарі, Д. Дернер, Дж. Караліотас), з'явилася можливість вивчення рефлексії в статусі метапроцесу [9; 10].

Мета статті полягає в обґрунтуванні та визначенні особливості патерна рефлексивних процесів юнаків із різним рівнем розвитку емоційного інтелекту.

Виклад основного матеріалу. Ідеї метакогнітивної психології знайшли свій розвиток у поглядах А. Карпова [3; 4]. За А. Карповим, рефлексія

є такою синтетичною психічною реальністю, яка виступає і як психічний процес, і як психічна властивість, і як психічний стан одночасно, але не зводиться до жодного з них [3]. Унікальність процесу рефлексії полягає в тому, що будучи результатом інтеграції інших процесів, рефлексивна діяльність може одночасно звертатися сама на себе й на інші психічні процеси, що визначають її ж із метою їх аналізу, контролю та регуляції. Синтетична природа рефлексії дозволяє надати їй статус макропроцесу, тобто розглядати її як систему когнітивних і регуляторних метапроцесів (комплексів). У ході онтогенезу відбувається утворення цих комплексів, які виконують роль операційних засобів рефлексії [6]. Склад цих комплексів буде визначати якісні ознаки самої рефлексії.

Ми використовуємо термін «патерн рефлексивних процесів» для позначення рефлексії в статусі макропроцесу. Патерн має свою психологічну структуру, яка визначає його функціональні можливості. Він є результатом взаємодії різних адитивних форм рефлексії особистості, зокрема інтелектуальної, кооперативної, соціально-перцептивної, особистісно-моральної, екзистенційної й ін. Структура патерна та характер зв'язків між його складовими частинами має індивідуальні відмінності, що визначаються різними чинниками. У ситуації діяльності чи спілкування патерн рефлексії буде визначати насамперед діапазон і пріоритетність факторів, які людина буде враховувати під час здійснення регуляції й аналізу свої поведінки.

Розуміння рефлексивності як особистісної властивості, що є інтеграцією рефлексивних процесів, дозволило нам здійснити дослідження особливостей зв'язку між окремими складовими частинами рефлексивності юнаків і компонентами їх емоційного інтелекту. Предметом аналізу стали рефлексивні процеси, що обслуговують діяльність, міжособистісну взаємодію та самосвідомість юнаків. Завдання емпіричного етапу дослідження полягало у визначенні особливостей патерна рефлексивних процесів, що мають зв'язок із функціонуванням емоційного інтелекту юнаків.

Дослідження проводилося на базі полтавських шкіл. До вибірки увійшли 70 учнів віком 15–16 років. Для розв'язання поставлених завдань і досягнення мети нами використовувалися методи психологічної діагностики (методика дослідження рефлексивності за А. Карповим і В. Пономарьовою, методика дослідження спрямованості рефлексії за М. Грантом, методика оцінки емоційного інтелекту за Н. Холлом); метод статистичного опрацювання даних (кореляційний аналіз (*r-Spearman*), процедура аналізу психологічної структури за А. Карповим). Аналіз даних здійснювався за допомогою програми SPSS-20.

Методика А. Карпова й В. Пономарьової являє собою тест-опитувальник, призначений для вимі-

рювання ступеня розвитку рефлексивності. Він містить шкали для вимірювання видів рефлексії за темпоральною ознакою (ретроспективна, актуальна, перспективна рефлексії) і має можливість визначити інтегральний показник рефлексивності як здатності особистості усвідомлювати та здійснювати довільну регуляцію власної активності (діяльності та поведінки). Методика М. Гранта дозволяє оцінити рівень прояву й спрямованість рефлексії суб'єкта. Опитувальник складається із двох шкал – саморефлексії й соціорефлексії. Саморефлексія – схильність до самоаналізу змісту й функцій власної свідомості, до складу яких входять особистісні структури (цінності, інтереси, мотиви), переживання, думки, уявлення людини про себе та зовнішній світ, поведінкові шаблони. Соціорефлексія – схильність до аналізу змісту й функцій свідомості інших людей (прагнення до розуміння їх почуттів, переживань, думок, переконань, мотивів поведінки, особливостей характеру, ставлення до оточуючих). Методика оцінки емоційного інтелекту дозволяє діагностувати складові частини емоційного інтелекту, у яких виявляється ставлення до себе й до інших, до спілкування; до життя. Методика містить п'ять шкал: емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивація, емпатія, розпізнавання емоцій інших.

Результати дослідження та їх обговорення.

Завдання нашого дослідження полягало в пошуку відповіді на питання про те, як змінюється патерн рефлексивних процесів залежно від міри розвитку емоційного інтелекту юнаків. Вирішення цього завдання включало діагностику складових частин емоційного інтелекту та показників розвитку рефлексивних процесів у виборчій сукупності. Отриманий масив даних був використаний для кореляційного аналізу з метою визначення зв'язків між складовими частинами емоційного інтелекту та різними видами рефлексії. У зв'язку з тим, що розподіл значень не є нормальним, було обрано коефіцієнт кореляції за Спірменом. Результати кореляційного аналізу між складовими частинами емоційного інтелекту та видами рефлексії подані в таблиці 1.

Результати досліджень свідчать про те, що рефлексивні процеси юнаків, які є психологічним інваріантом регуляції інтегральних процесів діяльності (планування, антиципація, прийняття рішення, контроль і оцінка результатів), мають позитивний кореляційний зв'язок з інтегральними показниками сформованості емоційного інтелекту, серед яких емоційна обізнаність займає особливе місце. Аналіз темпоральних особливостей рефлексивних процесів показав їх позитивний зв'язок зі здатністю розпізнавати емоції інших, проявляти співчуття, використовувати власні емоції для регуляції своєї діяльності. Нейтральний статус до рефлексивних процесів цього виду проявляє здатність юнаків управляти власними емоціями. Відсутність зв'язків між рефлексивними процесами та можливістю управляти своїми емоціями можна пояснити залежністю останніх від типологічних особливостей нервової системи, які знаходяться за межами контролю свідомості.

За даними статистичного аналізу, найбільша кількість позитивних кореляційних зв'язків зі складовими частинами емоційного інтелекту притаманна рефлексивним процесам, що належать до соціальної й особистісної рефлексії. Ці процеси забезпечують як усвідомлення власних станів, конфліктних смислів і потенційних можливостей, так і розуміння психологічних особливостей інших людей. Здатність юнаків до управління власними емоціями зберігає свій нейтральний статус і до цих видів рефлексивних процесів.

Отже, результати кореляційного аналізу засвідчили можливість розгляду рефлексивних процесів у якості чинника емоційного інтелекту юнаків. Однак отримані результати не дозволили зрозуміти, яким чином змінюється структурна організація патерна рефлексії залежно від рівня розвитку емоційного інтелекту. Для вирішення цього питання було використано процедуру аналізу психологічної структури за А. Карповим [4]. Вивчення структури патерна рефлексивних процесів здійснене за допомогою кореляційного аналізу, який дозволяє побудувати кореляційну матрицю й корелограму та дослідити показники когерентно-

Таблиця 1

Показники коефіцієнтів кореляції за Спірменом між складовими частинами емоційного інтелекту та різними видами рефлексії

Вид рефлексії	Складові частини емоційного інтелекту					
	Інтегральний показник емоційного інтелекту	Емоційна обізнаність	Управління своїми емоціями	Самомотивація	Емпатія	Розпізнавання емоцій інших людей
Рефлексивність	0,284*	0,347**	0,053	0,192	0,232	0,198
Ретроспективна	0,414**	0,493**	0,012	0,230	0,406**	0,414**
Актуальна	0,275*	0,272*	-0,037	0,291*	0,121	0,288*
Перспективна	0,487**	0,476**	0,129	0,356**	0,447**	0,370**
Соціорефлексія	0,552**	0,404**	0,233	0,482**	0,479**	0,481**
Саморефлексія	0,561**	0,549**	0,033	0,422**	0,599*	0,447**

Статистично значущі зв'язки позначено*для $p \leq 0,05$, для ** – $p \leq 0,01$.

сті, диференційованості, організованості, гомогенності та функціональної ролі елементів структури.

Діагностика емоційного інтелекту у юнаків, що взяли участь у дослідженні, показала наявність у них лише показників, що свідчать про середній і низький рівень його розвитку. Кількість респондентів, що мають середній рівень розвитку емоційного інтелекту, склала 43% (30 осіб), низький рівень – 57% (40 осіб) вибіркової сукупності.

Результати кореляційного аналізу особливостей зв'язку між рефлексивними процесами в кожній підгрупі представлені у вигляді корелограмми (див. рис. 1, рис. 2).

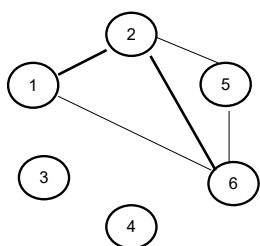


Рис. 1. Корелограма рефлексивних процесів у юнаків із середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту

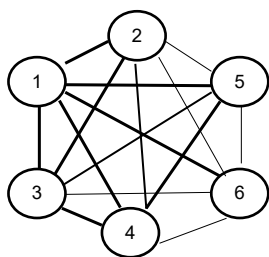


Рис. 2. Корелограма рефлексивних процесів у групі юнаків із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту

1 – діяльнісна рефлексивність; 2 – ретрорефлексивні процеси; 3 – актуальна рефлексія; 4 – проспективна рефлексія; 5 – саморефлексія; 6 – соціальна рефлексія; значущі зв'язки для $p \leq 0,05$ ____; значущі зв'язки для $p \leq 0,01$ _____.

Аналіз особливостей психологічної структури патернів рефлексивних процесів показав наявність відмінностей за основними ознаками (див. табл. 2).

Патерн рефлексивних процесів респондентів із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту порівняно з групою, що має середній рівень, краще інтегрований, він має більшу кількість зв'язків на високому рівні статистичної значущості між окремими рефлексивними процесами. Цей висновок підтверджується також показниками середньої ваги елементів у структурі патерна (10,2 проти 2,43). Проте це ще не є ознакою максимального ступеня організації структури патерна. Установлено, що при достатній гомогенності структури патернів, тобто якійсній однорідності щодо впливу окремих її елементів на результати її функціонування, у досліджуваних підгрупах є відмінності функціональної ролі цих елементів. Так, у юнаків із середнім рівнем емоційного інтелекту базовими елементами структури патерна є соціальна та діяльнісна рефлексія. Для юнаків із низьким рівнем базовими стали особистісна та діяльнісна рефлексія. Визначені рефлексивні процеси забезпечують розуміння іншої людини, є основою довільної регуляції діяльності в актуальному й минулому часі та є засобами аналізу стану власного «Я». Темпоральні показники рефлексивних процесів респондентів із різним ступенем розвиненості емоційного інтелекту засвідчують, що більш компетентні юнаки намагаються планувати та наперед продумувати деталі майбутньої взаємодії з іншою людиною.

Провідні елементи структури патерна рефлексивних процесів знайдені лише для юнаків із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту. Провідним елементом, тобто таким, який максимально позитивно корелює з інтегральним показником розвитку емоційного інтелекту, стала соціальна рефлексія, яка забезпечує розуміння психологічних особливостей інших. Однак, за даними попереднього аналізу, соціальна рефлексія не входить до складу базових елементів патерна рефлексивних процесів цієї групи (див. табл. 2). На нашу думку, це може бути однією з причин, що пояснює низькі показники розвитку емоційного інтелекту цих юнаків.

Таблиця 2

Показники структури рефлексивних процесів у юнаків із середнім і низьким рівнем емоційного інтелекту

	Середній рівень	Низький рівень
Індекс когерентності структури	20	51
Індекс диференційованості структури	0	0
Організованість структури	20	51
Гомогенність/гетерогенність структури	$r = 0,53$	
Базові елементи структури	соціальна рефлексія, діяльнісна рефлексивність, ретроспективна рефлексія	саморефлексія, діяльнісна рефлексивність, ретроспективна рефлексія, проспективна рефлексія
Провідні елементи структури	–	соціальна рефлексія
Кількість елементів структури	4	6
Кількість кореляцій на високому рівні значущості	5	23
Середня вага елементів у структурі	2,43	10,2

Відсутність провідного елемента в психологічній структурі патерна рефлексивних процесів у юнаків, що мають середній рівень розвитку емоційного інтелекту, можна інтерпретувати таким чином. По-перше, достатня сформованість основних компонентів емоційного інтелекту вже не потребує активної підтримки рефлексивних процесів. Вони ніби увійшли до складу нових властивостей особистості через механізми інтеграції психіки. По-друге, рефлексивні процеси залишились, але змінили свою форму, наприклад, стали швидкими чи автоматизованими. У такому разі використані емпіричні методики не здатні їх зафіксувати.

Висновки. Психологічний аналіз структури патерна рефлексивних процесів показав наявність відмінностей у його організації в юнаків із різним рівнем розвитку емоційного інтелекту. Було встановлено, що в юнаків із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту патерн рефлексивних процесів має більш інтегровану та більш складну структуру. Цей факт пояснюється тим, що рефлексія виступає важливим фактором, який оптимізує функціонування психічних підструктур в умовах їх несформованості. По мірі становлення їх зрілості активність рефлексивних процесів знижується, вони можуть набувати інших форм прояву.

Аналіз провідних елементів рефлексивного патерна в регуляції емоційного інтелекту юнаків виявив провідну роль процесів соціальної рефлексії. Вивчення функціональної ролі цих процесів у психологічній структурі рефлексії показало, що вони недостатньо взаємодіють з іншими рефлексивними процесами юнаків. Найбільший вплив на функціонування рефлексивної системи в юнаків із низькою емоційною компетентністю здійснюють процеси саморефлексії та процеси, що забезпечують довільну регуляцію діяльності та поведінки.

Результати нашого дослідження на прикладі аналізу зв'язків між складовими частинами емоційного інтелекту та рефлексією осіб раннього юнацького віку підтвердили положення про поліпроцесуальну природу рефлексивності та парціальність рефлексивних процесів. Рефлексія проявляється як патерн рефлексивних процесів.

Психологічна структура патерна має зв'язок із рівнем розвитку психічного утворення, у межах якого функціонує цей патерн.

Література:

1. Андреева И. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюк: ПГУ, 2011. 388 с.
2. Двоглазова М. Современное состояние проблемы исследования личностной рефлексии субъекта. Психология человека в современном мире. М.: Изд-во «Институт псих. РАН», 2009. С. 214–219.
3. Карпов А., Скитяева И Психология метакогнитивных процессов личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. 352 с.
4. Карпов А. Закономерности структурной организации рефлексивных процессов. Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 6. С. 18–27.
5. Люсин Д. Современные представления об эмоциональном интеллекте. Социальный интеллект. Теория, измерения, исследования / Под ред. Д. Ушакова, Д. Люсина. М., 2004. С. 29–39.
6. Мирошник О. Онтогенетичні аспекти рефлексивності особистості у вимірах культурно-історичного підходу. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2017. Т. 2. Вип. 2. С. 42–47.
7. Чебикін О., Павлова І. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці. Наука і освіта. 2005. № 5–6. С. 180–186.
8. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory / R. Bar-On, J.D.A. Parker (eds.). Handbook of emotional intelligence. San Francisco: Jossey-Bass, 2000. P. 363–388.
9. Flavell J. Development of children's knowledge about the mental world. International Journal of Behavioral Development, 2000. 24 (1). P. 15–23.
10. Veenman M. Metacognition and learning: conceptual and methodological considerations. Metacognition and Learning, 2006. P. 3–14.

Мирошник Е. Г. Рефлексивные процессы и эмоциональный интеллект в раннем юношеском возрасте

В статье обоснована роль рефлексивных процессов в функционировании эмоционального интеллекта. Проанализированы результаты эмпирического исследования структуры паттерна рефлексивных процессов у юношей с разным уровнем развития эмоционального интеллекта. Определена ведущая роль социальной рефлексии юношей в становлении их эмоционального интеллекта.

Ключевые слова: рефлексия, паттерн рефлексивных процессов, социорефлексия, саморефлексия, эмоциональный интеллект, ранний юношеский возраст.

Myroshnyk O. H. Reflexive processes and emotional intelligence in adolescence

The role of reflexive processes in the functioning of emotional intelligence is substantiated in the article. The results of an empirical study of the structure of the pattern of reflexive processes in young men with different levels of development of emotional intelligence are analyzed. The leading role of the social reflection of young men in the development of social intelligence has been determined.

Key words: reflexion, pattern of reflexive processes, social reflection, self-reflection, emotional intelligence, adolescence.