

## Взаимосвязь эмоционального интеллекта и видов агрессии у молодежи

*Гайдарова Алика Эльдаровна*

*Студент (бакалавр)*

Бакинский филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова,  
Факультет психологии, Баку, Азербайджан  
*E-mail: gaydarovaalika@gmail.com*

Эмоциональный интеллект рассматривается как психологический механизм, обеспечивающий осознанное управление эмоциональными состояниями, как собственными, так и чужими. Он проявляется в способности человека регулировать и управлять своими эмоциями для повышения эффективности деятельности. В таком случае, эмоции выступают не как дезорганизирующий фактор, а как управляемый ресурс, способствующий достижению целей. Если регуляция направлена на другого человека, эмоциональный интеллект выражается в умении воздействовать на его эмоциональное состояние и, опосредованно, на поведение – например, формируя позитивное отношение к событию, человеку, идее. Управление эмоциями в межличностном взаимодействии становится значимым инструментом коммуникации, что принципиально важно для анализа возможных связей эмоционального интеллекта с проявлениями агрессии [4].

В контексте изучения уровня агрессии как зависимой переменной необходимо учитывать, что в ряде исследований данный феномен трактуется как совокупность деструктивных проявлений – враждебности, жестокости, насилия, стремления к причинению вреда другому человеку или объекту. Агрессия описывается как действия, направленные на нарушение прав и психологических границ субъекта, унижение его достоинства или нанесение физического и психологического ущерба. Она проявляется в форме нападения на человека или объект, воспринимаемый как противник, либо как вторжение в чужое пространство с целью получения власти, достижения контроля, статуса или реализации собственных намерений [5].

Агрессия является гетерогенной: она может носить как инструментальный, хладнокровный и целенаправленный характер, так и быть эмоционально обусловленной реакцией, продиктованной стремлением причинить вред. В обоих случаях субъект может продумывать способы достижения агрессивных целей, однако нередко поведение носит импульсивный и произвольный характер. В подобных ситуациях агрессивные действия во многом определяются уровнем внутреннего возбуждения и ситуативными особенностями взаимодействия с потенциальной «жертвой» [1]. Указанные положения особенно значимы в рамках настоящего исследования, поскольку позволяют предположить, что способность к распознаванию, пониманию и регуляции эмоций – то есть уровень эмоционального интеллекта – может выступать фактором, снижающим вероятность импульсивных и аффективных форм агрессии.

В исследовании участвовало 107 респондентов в возрасте от 18 до 30 лет. Использовался опросник эмоционального интеллекта Люсина [3] и опросник диагностики агрессии Басса-Перри [2].

По результатам корреляционного анализа, мы можем утверждать, что по шкале «понимание своих эмоций» выявлены статистически значимые отрицательные корреляции с гневом ( $r = -0,344$ ;  $p=0,000$ ), враждебностью ( $r = -0,447$ ;  $p=0,000$ ) и общим уровнем агрессии ( $r = -0,325$ ;  $p=0,001$ ). Это говорит о том, что по мере роста способности к осознанию собственных эмоциональных состояний снижается выраженность гнева, враждебности и общего уровня агрессивности. По шкале «управление своими эмоциями» были получены

отрицательные корреляции: с гневом ( $r = -0,502$ ;  $p=0,000$ ), враждебностью ( $r = -0,387$ ;  $p = 0,000$ ) и общим уровнем агрессии ( $r = -0,427$ ;  $p=0,000$ ). Это может говорить о том, что чем выше способность к регуляции собственных эмоций, тем ниже проявление агрессивного поведения. Аналогичная закономерность выявлена по шкале «внутриличностный эмоциональный интеллект». Обнаружены статистически значимые отрицательные корреляции с гневом ( $r = -0,488$ ;  $p=0,000$ ), враждебностью ( $r = -0,486$ ;  $p=0,000$ ) и общим уровнем агрессии ( $r = -0,441$ ;  $p=0,000$ ). Данный результат говорит о том, что чем выше уровень внутриличностного эмоционального интеллекта, тем ниже выраженность эмоционально окрашенных форм агрессии. Общий показатель эмоционального интеллекта продемонстрировал умеренные отрицательные корреляции с гневом ( $r = -0,387$ ;  $p=0,000$ ), враждебностью ( $r = -0,394$ ;  $p=0,000$ ) и общим уровнем агрессии ( $r = -0,346$ ;  $p=0,000$ ). Это подтверждает выявленную тенденцию: эмоциональный интеллект как личностная характеристика обратно связан с компонентами агрессивности, что согласуется с теоретическими положениями о регулятивной функции ЭИ.

Вывод: аспекты эмоционального интеллекта выступают значимыми факторами снижения агрессии, что подтверждает исследовательскую гипотезу о наличии обратной связи между уровнем ЭИ и агрессивностью.

### **Источники и литература**

- 1) Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия, контроль. М.: Прайм-Еврознак, 2005. с. 512.
- 2) Ениколопов С.Н., Цибульский Н.П. Психометрический анализ русскоязычной версии Опросника диагностики агрессии А.Басса и М.Перри // Психологический журнал. 2007. № 1. с. 115 – 124.
- 3) Панкратова, А.; Осин, Е.; Люсин, Д. Особенности эмоционального интеллекта у представителей российской и азербайджанской культур. 2013, 6 (31).
- 4) Панкратова А.А. Практический, социальный и эмоциональный виды интеллекта: сравнительный анализ // Вопр. психологии. 2010. № 2. с. 111—119.
- 5) Шестакова Е.Г., Дорфман Л.Я. Агрессивное поведение и агрессивность личности // Образование и наука, 2009, № 7. с. 51-66.