оригинальная статья

УДК 159

Эмоциональные компетенции в структуре параметров психологического здоровья старшеклассников с разной степенью вовлеченности в виртуальные коммуникации

Ирина Валерьевна Белашева

Северо-Кавказский федеральный университет, Россия,

г. Ставрополь

<https://orcid.org/0000-0002-1289-2224>

Светлана Владимировна Шумакова

Северо-Кавказский федеральный университет, Россия,

г. Ставрополь

nishchitenko@inbox.ru

<https://orcid.org/0000-0002-1716-2765>

Поступила в редакцию 09.03.2021. Принята к печати 29.03.2021.

Аннотация: Проведено исследование межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенций как параметров психологического здоровья старшеклассников с разной степенью вовлеченности в виртуальные коммуникации. Представлены результаты эмпирического исследования внутрисистемных взаимодействий параметров психологического здоровья (нервно-психическая устойчивость, параметры саморегуляции, волевые качества личности, параметры самоотношения и самовосприятия, нравственная самооценка, смысловые ориентации, позитивная адаптация к социальному окружению) и межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенций в группах старшеклассников с разным уровнем киберкоммуникативной зависимости. Проведенное исследование показало, что высокий уровень киберкоммуникативной зависимости связан с низкими показателями структурных компонентов психологического здоровья (волевые качества, система саморегуляции поведения и смысловые ориентации), а несформированные компоненты межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенций (понимание эмоций, контроль экспрессии, управление и понимание эмоций других людей) могут выступать в качестве маркеров киберкоммуникативной зависимости у старшеклассников. Обнаруженные корреляционные связи на высоком уровне значимости позволяют предположить возможность включения межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенций в число валидных диагностических критериев психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, внутриличностные эмоциональные компетенции, межличностные эмоциональные компетенции, киберкоммуникативная зависимость, нервно-психическая устойчивость, психологическое здоровье

Цитирование: Белашева И. В., Шумакова С. В. Эмоциональные компетенции в структуре параметров психологического здоровья старшеклассников с разной степенью вовлеченности в виртуальные коммуникации // Вестник Кемеровского государственного университета. 2021. Т. 23. № 1. С. 133–142. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2021-23-1-133-142>

Введение

В современных условиях цифровизации общества и перевода определенной части деловых и межличностных коммуникаций в виртуальную среду в психологических исследованиях актуализируется проблема возможных угроз психологической безопасности и психологическому здоровью населения, особенно для детей и подростков с характерной для их возраста несформированностью системы эмоционально-личностной регуляции и механизмов санации собственного психического состояния. Нам представляется, что в исследовании психологического здоровья личности наиболее адекватным является системный подход, позволяющий объяснить основные виды связей между различными компонентами структуры психологического здоровья, с учетом того, что во взаимодействиях эти компоненты образуют целостность и таким образом

приобретают новые свойства, в том числе компенсаторного характера.

Анализ исследований психологического здоровья показал наличие разных точек зрения на предмет его компонентов и / или критериев. И. В. Дубровина [1] в качестве компонентов психологического здоровья выделяет развитую рефлексивность, стрессоустойчивость, умение актуализировать внутренние ресурсы в трудной ситуации. А. Е. Созонов [2] основой психологического здоровья считает собственную внутреннюю сущность человека; А. М. Аболин [3] – характер и динамику основных процессов, определяющих душевную жизнь индивида; К. А. Абульханова-Славская, Б. С. Братусь [4], С. А. Рубинштейн – изменение параметров психической жизни личности и ее особенностей на разных этапах онтогенеза; В. С. Хомик [5] – полноту

эмоциональных и поведенческих проявлений личности; И. И. Галецкая [6] – способность находить, поддерживать и развивать интрапсихическое и интерперсональное равновесие. А. В. Шувалов [7], рассматривая психологическое здоровье как личностное, как научный эквивалент здоровья духовного, определяет в качестве его критериев направленность развития и характер актуализации человеческого в человеке. Г. С. Никифоров [8] выделяет психологические факторы, коррелирующие со здоровьем / болезнью: когнитивные функции и процессы, поведенческие паттерны, выносливость, силу Я, эмоциональные паттерны.

К числу проявлений психологического нездоровья относятся: негативный субъективный статус (самочувствие, активность, настроение), снижение или полная утрата трудоспособности, уменьшение объема и степени мобилизации функциональных резервов, ухудшение адаптационных возможностей, ригидность реагирования, разрыв между потенциальными возможностями человека и их применением, наличие внутренней тревоги и механизмов психологической защиты, несформированная рефлексия, узость поведенческих и эмоциональных проявлений личности, наличие девиантных и делинквентных форм поведения, психических расстройств, химических и нехимических (поведенческих) аддикций и т. д. [1; 8; 9].

Особое значение в сохранении психологического здоровья имеет эмоциональная компетентность как система интер- и интраперсональных эмоциональных способностей, включающая понимание собственных эмоций и переживаний других людей, способность регулировать свои эмоциональные состояния и контролировать их внешние проявления, влиять на интенсивность эмоций и актуализировать эмоции у партнера по взаимодействию [10]. Ряд исследований показал значительные корреляции между внутриличностными и межличностными параметрами эмоционального интеллекта и субъективным благополучием личности (А. Avsec и др. [11; 12], E. N. Gallagher и D. A. Vella-Broderick [13], J. M. A. Landa и др. [14]). В исследовании С.-К. Liang и др. определены взаимосвязи между самоконструируемыми и эмоциональными компонентами субъективного благополучия, которые составляют ядро психологического здоровья личности [15]. Исследования С. N. Othman и др. [16] доказали, что эмоциональный контроль, эмоциональная зрелость, эмоциональная сознательность позволяют сохранить психологическое здоровье как в стрессовых ситуациях, так и в привычной жизнедеятельности.

По мнению R. Bar-On, люди, осознающие свои и чужие эмоции, оценивают повседневные трудности как менее стрессовые и поэтому ощущают себя субъективно благополучными [17]. Д. Голуман отмечает, что умение осознавать и контролировать свои эмоции, а также эмоции окружающих способствует снижению восприимчивости человека к различным болезням (астма, артрит, головные боли, пептическая язва и болезни сердца), позволяет сохранить психологическое благополучие и обеспечивает

успешность профессиональной деятельности [18]. Е. Ю. Брель и И. Я. Стоянова на примере алекситимии, коррелирующей с усилением нарушений психосоматического спектра у пациентов с сердечно-сосудистыми расстройствами, отмечают, что осознание собственных эмоциональных переживаний, умение их идентифицировать и дифференцировать от соматических проявлений способствуют сохранению психологического здоровья [19].

Основной фокус нашего исследования направлен на сформированность внутриличностных и межличностных эмоциональных способностей и компетенций как параметров психологического здоровья в условиях активного погружения в виртуальные коммуникации. Прежде всего, нас интересовали эти проявления у старших подростков и юношей (старшеклассников), поскольку общение со сверстниками выступает ведущим видом деятельности для них, определяя наиболее важные изменения в психических процессах и личностном функционировании.

В исследованиях Л. Д. Разумовой показано, что подростки умеют определять не только простые эмоции и их оттенки, но и некоторые сложные эмоциональные переживания (например, уверенность в себе), а также владеют выражением собственных чувств. Развитие коммуникативных навыков и умений вербализировать свои эмоции способствует лучшему распознаванию эмоций других людей [20]. Таким образом, у подростков идет активный процесс формирования эмоциональных компетенций.

Способность человека «читать» чувства других людей как важнейший компонент эмоционального интеллекта (EQ) [21] зависит от коммуникаций, причем во многом (от 65 % до 90 %) от невербальных каналов коммуникации, во всей полноте доступных только в реальном «живом» общении [22]. R. Rosenthal и R. Lawson доказали, что общий коэффициент EQ напрямую связан с этой способностью [23].

Современные реалии таковы, что имеет место масштабный перенос общения подростков в формат виртуальных коммуникаций. По данным результата опроса Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), 68 % старшеклассников (14–16 лет) практически постоянно находятся в режиме онлайн-общения. В психологической науке сформировалось несколько ключевых исследовательских проблем, связанных с влиянием виртуальных коммуникаций и погруженности в интернет-пространство на психику: как изменяются психические функции в плане их структурирования и реализации; как трансформируется образ Я и осуществляются процессы идентификации; как изменяются представления о времени, пространстве и собственной личности; насколько деструктивными являются изменения в аспекте реальных социальных взаимоотношений и др.

Основные теоретические предпосылки нашего исследования заключаются в следующем:

1. К исследовательскому конструкту *психологическое здоровье* мы подходим с позиции И. В. Дубровиной [1], согласно которой в качестве диагностических критериев

психологического здоровья старшеклассников можно выделить: нервно-психическую устойчивость, параметры саморегуляции, волевые качества личности, параметры самоотношения и самовосприятия, нравственную самооценку, смысложизненные ориентации, позитивную адаптацию к социальному окружению.

2. Внутриличные и межличностные эмоциональные компетенции могут рассматриваться как параметры психологического здоровья через доказанное в ряде исследований влияние на субъективное, психологическое благополучие человека и успешность самореализации.

3. Степень вовлеченности в виртуальные коммуникации в контексте формирования киберкоммуникативной зависимости является одним из проявлений психологического здоровья в континууме *здоровье – пограничное состояние – нездоровье*.

Цель – изучить внутриличные и межличностные эмоциональные компетенции как параметры психологического здоровья у старшеклассников с разной степенью вовлеченности в виртуальные коммуникации.

Методы и материалы

В исследовании приняли участие 320 старшеклассников из двух общеобразовательных школ и двух лицеев г. Ставрополь в возрасте от 15 до 17 лет (167 девушек и 153 юноши).

Для оценки степени вовлеченности старшеклассников в виртуальные коммуникации использовался опросник А. В. Тончевой [24]; для оценки состояния направленности личности на достижение смысложизненных ценностей и смысла жизни – тест смысложизненных ориентаций (методика СЖО) Д. А. Леонтьева [25]; параметры самоотношения исследовались с помощью соответствующей методики С. Р. Пантеева [26]; для изучения уровня нравственной самооценки использовалась методика Л. Н. Колмогорцевой [27]; для определения особенностей адаптации к социальному окружению – метод социометрии (Я. Л. Морено) [28]; для оценки нервно-психической устойчивости – методика «Прогноз» АВМА им. С. М. Кирова [29]; для изучения системы саморегуляции – опросник «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой [30]; для диагностики волевых качеств личности – опросник «Волевые качества личности» М. В. Чумакова [31]; для изучения внутриличных и межличностных эмоциональных компетенций – опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д. В. Люсина [32]. Статистический анализ данных осуществлялся с применением метода ранговой корреляции Спирмена, Н-критерия Краскала-Уоллиса и первичного частотного анализа.

Результаты

По данным, полученным по методике А. В. Тончевой, старшеклассники были разделены на две группы по уровню киберкоммуникативной зависимости (КЗ): 1 группа –

старшеклассники с низким и средним, с тенденцией к низкому, уровнем КЗ (58,5 %); 2 группа – с высоким и средним, с тенденцией к высокому, уровнем КЗ (41,5 %). Наличие аддикции как неконтролируемой потребности школьников в определенном виде деятельности (виртуальном общении) позволяет говорить о снижении уровня психологического здоровья у них, поэтому дальнейший анализ результатов ориентирован на определение изменений параметров психологического здоровья в группе киберкоммуникативно зависимых школьников в сравнении с группой киберкоммуникативно независимых.

При анализе системы смысложизненных ориентаций старшеклассников с различным уровнем КЗ были выявлены статистически значимые корреляции между показателями КЗ и шкалами *Процесс* ($r=-0,177$, $p<0,01$), *Результат* ($r=0,133$, $p<0,05$), а также шкалой *Общий показатель осмысленности жизни* ($r=-0,112$, $p<0,05$), которая характеризует восприятие испытуемым процесса своей жизни, удовлетворенность или неудовлетворенность своей жизнью в настоящем. Корреляции со шкалами *Цели*, *Локус контроля* – *Я* и *Локус контроля* – *жизнь* составили соответственно $-0,42$; $0,002$ и $-0,074$.

Учитывая особенности интерпретации данной диагностической методики, следует отметить, что положительная корреляционная связь между КЗ и результативностью жизни (шкала *Результат*), отражающей удовлетворенность самореализацией, означает, что киберкоммуникативно зависимые старшеклассники более ориентированы на прошлое и в нем находят источник смысла жизни. В то же время отрицательная корреляция с общим показателем осмысленности жизни свидетельствует о неудовлетворенности киберкоммуникативно зависимых старшеклассников своей жизнью в настоящем. Отрицательная корреляция с показателем процесса жизни (шкала *Процесс*), отражающим интерес и эмоциональную насыщенность жизни, дополнительно подтверждает неудовлетворенность своей жизнью в настоящем у киберкоммуникативно зависимых старшеклассников, при этом смысл жизни им могут придавать воспоминания о прошлом или ориентация в будущее.

Анализ показателей и уровня значимости г-критерия корреляций Пирсона между шкалой КЗ и шкалами методик диагностики нравственной самооценки (Л. Н. Колмогорцева), самоотношения (С. Р. Пантеев), социометрии (Я. Морено) определил отсутствие значимых связей: Самоуверенность ($0,043$), Самоценность ($-0,040$), Самопринятие ($0,007$), Нравственная самооценка ($-0,016$), Успешность в обществе ($0,020$). Таким образом, не доказана изменчивость этих параметров психологического здоровья у киберкоммуникативно зависимых старшеклассников.

Частотный анализ показателей успешности старшеклассников в социуме выявил, что в группе киберкоммуникативно независимых старшеклассников процент успешных больше, чем в группе аддиктов (46 % и 34 % соответственно), но различия не достоверны. Отсутствие

связи между показателями КЗ и шкалами *Самоуверенность*, *Самоценность* и *Самопринятие* свидетельствует о том, что в группе аддиктов могут находиться старшеклассники с различным уровнем самоотношения, в том числе и самооценки. Данные других исследователей расходятся. Так, в исследованиях индивидуальных особенностей подростков, предрасположенных к интернет-зависимости [33], было показано, что для групп подростков со средним и высоким уровнем зависимости характерна низкая самооценка. Е. Ю. Сирота приводит данные по подросткам и студентам, которые часто посещают ресурс *ВКонтакте*: робость, пугливость и неуверенность в себе являются маловыраженными их чертами [34].

В нашем исследовании показатели нравственной самооценки старшеклассников как эмоционально-ценностного отношения к своим личностным качествам, поступкам и действиям, основанного на этических знаниях и нравственных чувствах, одинаковы в группах аддиктов и киберкоммуникативно независимых старшеклассников. Вероятно, КЗ не связана со снижением общего уровня самооценки и нравственной самооценки, поскольку виртуальное общение в среде сверстников оценивается как необходимый атрибут современного молодого человека.

Проведенный сравнительный частотный анализ позволяет отметить, что для старшеклассников с высоким и средним уровнями КЗ в меньшей степени свойственна нервно-психическая устойчивость (НПУ) (методика «Прогноз»), чем для группы киберкоммуникативно независимых учащихся (рис. 1). Но значимые корреляции между КЗ и уровнем НПУ нами не были обнаружены. При этом некоторые исследователи предлагают рассматривать НПУ в качестве главного фактора в процессе профилактики интернет-зависимости подростков [35].

Диагностика индивидуальных особенностей осознанной саморегуляции произвольной активности позволила

построить индивидуальные профили саморегуляции старшеклассников с различными уровнями КЗ. Были обнаружены семь типов профилей, частотное распределение которых в группах сравнения представлено в таблице. Обращает на себя внимание тот факт, что у старшеклассников с высоким уровнем КЗ чаще встречаются профили, отличающиеся сформированностью регуляторных процессов моделирования и несформированностью процессов планирования, в отличие от старшеклассников с низким уровнем КЗ, у которых процессы планирования чаще всего сформированы. Эти различия подтверждаются статистически Н-критерием Краскала-Уоллиса.

Была определена взаимосвязь высокого уровня значимости между показателями КЗ и общим уровнем саморегуляции ($r=0,453$, $p<0,01$). Полученные результаты сравнительного анализа профилей саморегуляции старшеклассников с различным уровнем КЗ, применение статистического критерия ранговой корреляции в двух группах сравнения позволяют нам сделать вывод о сформированной саморегуляции, особенно процессов планирования, как факторе психологического благополучия учащихся в контексте возможного деструктивного воздействия примата коммуникаций в виртуальной среде по отношению к «живым» коммуникациям.

При исследовании устойчивых диспозиций личности, определяющих предрасположенность старшеклассников проявлять волевые усилия, была обнаружена статистически достоверная отрицательная взаимосвязь между показателями КЗ и общим показателем волевых качеств ($r=-0,137$, $p<0,05$), показателями по шкалам *Выдержка* ($r=-0,629$, $p<0,01$) и *Настойчивость* ($r=-0,432$, $p<0,01$); положительная корреляция обнаружена со шкалой *Ответственность* ($r=0,127$, $p<0,05$). Корреляции с другими шкалами составили: *Инициативность* ($-0,006$), *Решительность* ($-0,004$), *Самостоятельность* ($-0,042$), *Энергичность* ($0,096$), *Внимательность* ($0,063$), *Целеустремленность* ($-0,016$).

Рис. 1. Частотное распределение показателей НПУ старшеклассников с различным уровнем КЗ

Fig. 1. Frequency distribution of neuropsychic stability indicators in high school students with different levels of cybercommunicative addiction

Табл. Частотное распределение профилей саморегуляции в группах старшеклассников с различным уровнем КЗ
Tab. Frequency distribution of self-regulation profiles in high school students with different levels of cyber-communication addiction

Профиль	Характеристика профиля саморегуляции	Независимые	Зависимые
Профиль 1	Высокое развитие процессов планирования целей и программирования действий, по сравнению с моделированием значимых условий достижения цели и оцениванием результатов действий	26 %	15 %
Профиль 2	Сформированные регуляторные звенья моделирования и оценки результатов, низкое развитие звена планирования и программирования, высокий общий уровень саморегуляции	16 %	16 %
Профиль 3	Низкая сформированность процесса планирования и высокий уровень развития процесса моделирования	13 %	18 %
Профиль 4	Недостаточная осознанность целей деятельности, фрагментарность и неустойчивость планов; развитость регуляторной гибкости, позволяющая быть восприимчивым ко всему новому, определяющая хорошую приспособляемость и социальную адаптивность	14 %	15 %
Профиль 5	Четкость в постановке целей деятельности, тщательное планирование, организованность, энергичность, быстрая переключаемость с одного вида деятельности на другой	12 %	14 %
Профиль 6	Развитость звена планирования поведения и деятельности, недостаточное развитие звена моделирования	9 %	12 %
Профиль 7	Упорство в достижении целей, чрезмерная детализация программы действий, повышенная аккуратность	10 %	10 %

Эти результаты говорят в пользу того, что у подростков, несдержанных в эмоциональных проявлениях, испытывающих трудности при необходимости переносить нагрузки или выполнять неинтересную работу, легко деморализующихся при неудачах и часто отказывающихся от намеченного под влиянием препятствий, выше вероятность формирования КЗ. В то же время для них характерна обязательность, дисциплинированность и старательность при выполнении своих обязанностей. У автора опросника «Волевые качества личности» М. В. Чумакова [31] есть ссылка на повышенную тревожность у испытуемых с высокими показателями по шкале *ответственность*, а также на положительную корреляцию этой шкалы с фактором G 16-факторного опросника Кеттелла (нормативность поведения), что опосредованно указывает на связь между КЗ, тревожностью и тенденцией к высокой нормативности поведения.

Корреляционный анализ показал наличие достоверных взаимосвязей между показателями КЗ и шкалами эмоционального интеллекта ($p < 0,01$), что свидетельствует об их прогностической значимости как маркеров психологического здоровья у старшеклассников, вовлеченных в виртуальные коммуникации: общий уровень эмоционального интеллекта ($r = -0,405$), внутриличностный эмоциональный

интеллект ($r = -0,381$), межличностный эмоциональный интеллект ($r = -0,376$), понимание чужих эмоций ($r = -0,349$).

Обнаружены отрицательные корреляции КЗ как с внутриличностными эмоциональными компетенциями, так и межличностными эмоциональными компетенциями. Низкая способность старшеклассников понимать и анализировать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями приводит к ощущению низкой самоэффективности в общении, формированию чувства непонятости и, как следствие, к поиску новых реальностей и возможности перевести «живое» взаимодействие в виртуальные коммуникации. Это, вероятно, создает предпосылки для формирования КЗ.

Исходные корреляционные матрицы КЗ, компонентов психологического здоровья, внутриличностных и межличностных эмоциональных компетенций представлены в виде графов (рис. 2, рис. 3).

На графе рис. 2 отображены достоверные корреляционные связи внутриличностных и межличностных эмоциональных компетенций с исследуемыми параметрами психологического здоровья. Внутриличностные эмоциональные компетенции положительно коррелируют

на уровне $p < 0,01$ с общим уровнем саморегуляции, настойчивостью, выдержкой; на уровне $p < 0,05$ – с общим уровнем волевых качеств. Межличностные эмоциональные компетенции положительно коррелируют на уровне $p < 0,01$ с общим уровнем саморегуляции, самостоятельностью, целеустремленностью, выдержкой, самоуверенностью, экстернальным локусом контроля, удовлетворенностью процессом жизни; на уровне $p < 0,05$ – с настойчивостью, планированием, общим показателем осмысленности жизни. Обнаруженные связи позволяют говорить о межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенциях как параметрах психологического здоровья.

На графе рис. 3 отображены статистически достоверные корреляции показателя КЗ с межличностными и внутриличностными эмоциональными компетенциями и их компонентами. КЗ отрицательно коррелирует на уровне $p < 0,01$ с комплексными показателями межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенций и отдельными показателями управления и понимания эмоций других людей, контроля экспрессии. Анализ показывает, что при высоком уровне КЗ показатели эмоциональных компетенций, связанные с пониманием эмоций других людей, внешним выражением собственных эмоций и контролем за ними, умением изменять эмоциональное состояние партнера по взаимодействию, не сформированы. КЗ мы рассматриваем как проявление психологического

нездоровья. Ее корреляционные связи с межличностными и внутриличностными эмоциональными компетенциями отличаются высокой значимостью и силой, что является основанием для вывода о том, что эмоциональные компетенции – это диагностически значимые маркеры психологического здоровья старшеклассников с разной степенью вовлеченности в виртуальные коммуникации.

Заключение

В проведенном исследовании мы исходили из положения о том, что наличие КЗ – это проявление нарушения психологического здоровья личности. Полученные корреляционные связи между компонентами психологического здоровья и КЗ позволяют подтвердить это положение.

Выявленные значимые прямые и обратные связи КЗ с волевыми качествами личности (ответственность, выдержка, настойчивость), системой саморегуляции (звено планирования и моделирования) и смысловыми ориентациями (результативность и удовлетворенность процессом жизни) показывают, что развитая система саморегуляции, волевые качества и смысловые ориентации могут выступать в качестве диагностических маркеров психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций.

Старшеклассники с высоким уровнем КЗ по результатам проведенного корреляционного анализа демонстрируют

Рис. 2. Корреляционный граф взаимосвязи компонентов психологического здоровья и внутриличностных и межличностных эмоциональных компетенций

Fig. 2. Correlation between the components of psychological health and intra- and interpersonal emotional competencies

Прим.: Са – самоуверенность; Ц – цели; Сам – самостоятельность; ЛКЖ – Локус контроля – Жизнь; Ж – общий показатель осмысленности жизни; П – процесс; Р – результат; С – общий уровень саморегуляции; Пл – планирование; Вол – общий уровень волевых качеств; Н – настойчивость; В – выдержка; Пр – программирование.

Рис. 3. Корреляционный граф взаимосвязи КЗ и внутриличностных и межличностных эмоциональных компетенций

Fig. 3. Correlation between cybercommunicative addiction and intra- and interpersonal emotional competencies

Прим.: КЗ – киберкоммуникативная зависимость; ОЭИ – общий уровень эмоционального интеллекта; МЭИ – межличностный эмоциональный интеллект; ВЭИ – внутриличностный эмоциональный интеллект; МУ – управление чужими эмоциями; МП – понимание чужих эмоций; ВУ – управление своими эмоциями; ВП – понимание своих эмоций; ПЭ – понимание эмоций; УЭ – управление эмоциями; ВЭ – контроль экспрессии.

отсутствие четких жизненных целей, ориентацию на прошлое или будущее, недостаточную удовлетворенность процессом реальной жизни и ее эмоциональной насыщенностью, неверие в свои силы контролировать события собственной жизни, несдержанность в эмоциональных проявлениях, плохую переносимость нагрузок и неинтересной для них работы, быструю деморализацию при неудачах, низкую сформированность процессов планирования. При этом у них развито моделирование как регуляторный процесс и ответственность, связанная с тревожностью и стремлением к нормативности поведения.

Выявленные сильные отрицательные корреляции КЗ с компонентами внутриличностных и межличностных эмоциональных компетенций (понимание эмоций, контроль экспрессии, управление и понимание эмоций других людей) дают возможность предположить, что несформированные

эмоциональные компетенции могут выступать в качестве маркеров КЗ старшеклассников.

Связи межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенций с параметрами саморегуляции, осмысленности жизни и волевыми качествами позволяют говорить о них как о параметрах психологического здоровья.

Таким образом, проведенное нами исследование обосновывает включение межличностных и внутриличностных эмоциональных компетенций в число валидных диагностических критериев психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций.

Конфликт интересов: Авторы заявили об отсутствии потенциальных конфликтов интересов в отношении исследования, авторства и / или публикации данной статьи.

Литература

1. Дубровина И. В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности // Вестник практической психологии образования. 2009. № 3. С. 17–21.
2. Созонтов А. Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 105–114.
3. Аболин Л. М. Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения // Вопросы психологии. 1989. № 4. С. 141–149.
4. Братусь Б. С. Русская, советская, российская психология. М.: Флинта, 2000. 88 с.
5. Хомик В. С. Теоретико-методологические проблемы изучения социального здоровья личности. Феноменологический подход // Мир психологии. 1998. № 1. С. 184–207.
6. Галецкая И. И. Общая характеристика психологического здоровья и его основных критериев // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. 2015. № 2. С. 66–69.
7. Шувалов А. В. Психологическое здоровье человека // Вестник ПСТГУ. Сер. IV: Педагогика. Психология. 2009. № 4. С. 87–101.
8. Психология здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Питер, 2006. 607 с.
9. Сергиенко Е. А. Психологическое здоровье: субъективные факторы // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2017. № 4. С. 98–117.
10. Белашева И. В. Эмоциональная компетентность как критерий и ресурс психологического здоровья личности // Акмеология. 2016. № 3. С. 143–152.
11. Avsec A., Masnec P., Komidar L. Personality traits and emotional intelligence as predictors of teachers' psychological well-being // Psihološka Obzorja / Horizons of Psychology. 2009. Vol. 18. № 3. P. 73–86.
12. Avsec A., Belasheva I., Cenek J., Khan A., Mohorić T., Takšić V., Zager Kocjan G. Cross-cultural and gender measurement invariance of the intrapersonal and interpersonal emotional competence questionnaire // Psychological Topics. 2020. Vol. 29. № 1. P. 167–190. DOI: 10.31820/pt.29.1.10
13. Gallagher E. N., Vella-Broderick D. A. Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well-being // Personality and Individual Differences. 2008. Vol. 44. № 7. P. 1551–1561. DOI: 10.1016/j.paid.2008.01.011
14. Landa J. M. A., Martos M. P., López-Zafra E. Emotional intelligence and personality traits as predictors of psychological well-being in Spanish undergraduates // Social Behavior and Personality. 2010. Vol. 38. № 6. P. 783–793. DOI: 10.2224/sbp.2010.38.6.783
15. Liang C.-K., Cheng C.-C., Lai Y.-C., Chen L.-G., Chen H. H. Hardware-efficient belief propagation // IEEE Transactions on Circuits and Systems for Video Technology. 2011. Vol. 21. № 5. P. 525–537. DOI: 10.1109/TCSVT.2011.2125570
16. Othman C. N., Yusof M. S. B., Din A. M., Zakaria L. A. Emotional intelligence and personality traits in relation to psychological health among pharmacy students in Malaysia // Procedia – Social and Behavioral Sciences. 2016. Vol. 222. P. 253–262. DOI: 10.1016/j.sbspro.2016.05.154
17. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory // Handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace / eds. R. Bar-On, J. D. A. Parker. San Francisco: Jossey-Bass, 2000. P. 363–388.
18. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: почему он может значить больше, чем IQ. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019. 544 с.

19. Брель Е. Ю., Стоянова И. Я. Характеристики алекситимии в контексте психического здоровья // Вестник Кемеровского государственного университета. 2018. № 1. С. 102–108. DOI: 10.21603/2078-8975-2018-1-102-108
20. Познание в структуре общения / под. ред. В. А. Барабанщикова, Е. С. Самойленко. М.: ИП РАН, 2009. 365 с.
21. Гарскова Г. Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую // Ананьевские чтения – 99: тез. науч.-практ. конф. (Санкт-Петербург, 26-28 октября 1999 г.) СПб.: Изд-во Санкт-Петерб. ун-та, 1999. С. 25–26.
22. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. 752 с.
23. Rosenthal R., Lawson R. A longitudinal study of the effects of experimenter bias of the operant learning of laboratory rats // Journal of Psychiatric Research. 1964. Vol. 2. P. 61–72. DOI: 10.1016/0022-3956(64)90003-2
24. Тончева А. В. Диагностика киберкоммуникативной зависимости // Науковедение. 2012. № 4. Режим доступа: <http://naukovedenie.ru/PDF/64rvn412.pdf> (дата обращения: 25.02.2021).
25. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций. М.: Смысл, 2000. 18 с.
26. Пантеев С. Р. Методика исследования самооотношения. М.: Смысл, 1993. 32 с.
27. Программа воспитания и социализации обучающихся: примерный диагностический инструментарий / сост. И. В. Адоевцева. Кострома: КОИРО, 2017. 19 с.
28. Морено Я. Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе. М.: Академ. проект, 2001. 383 с.
29. Рыбников В. Ю. Экспресс-методика «Прогноз-2» для оценки нервно-психической неустойчивости кандидатов на учебу в ВУЗ // Тез. докл. на I всеарм. совещании. М.: Воениздат, 1990. С. 132–135.
30. Моросанова В. И., Коноз Е. М. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. 2000. № 2. С. 118–127.
31. Чумаков М. В. Диагностика эмоционально-волевой регуляции деятельности. Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2008. 100 с.
32. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3–22.
33. Киселёва Т. Г. Индивидуальные особенности подростков, предрасположенных к интернет-зависимости // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. Т. 23. № 3. С. 46–50.
34. Сирота Е. Ю. Личностные особенности постоянных посетителей сайта www.vkontakte.ru // Вестник Кемеровского государственного университета. 2010. № 3. С. 115–118.
35. Атаскевич Н. О. Формирование психологической устойчивости личности подростков как фактор профилактики интернет-зависимости // Современная психология: мат-лы II Междунар. науч. конф. (Пермь, 20–23 июля 2014 г.) Пермь: Меркурий, 2014. С. 10–13.

original article

Emotional Competencies as Part of the Parameter Structure of Psychological Health in High School Students with Different Virtual Communication Engagement Rates

Irina V. Belasheva

North-Caucasus Federal University, Russia, Stavropol
<https://orcid.org/0000-0002-1289-2224>

Svetlana V. Shumakova

North-Caucasus Federal University, Russia, Stavropol
nishchitenko@inbox.ru
<https://orcid.org/0000-0002-1716-2765>

Received 9 Mar 2021. Accepted 29 Mar 2021.

Abstract: The research featured inter- and intrapersonal emotional competencies as parameters of the psychological health in high school students with different virtual communication engagement rates. The psychological health parameters included neuropsychiatric stability, self-adjustment parameters, volitional qualities, self-attitude, self-perception, moral self-esteem, life-purpose orientations, and positive social adaptation. The authors studied the intrasystem interactions between these parameters and the inter- and intrapersonal emotional competencies. The high level of cybercommunicative addiction appeared to be connected with poor volitional qualities, self-regulation, and life-sense orientations. Immature inter- and intrapersonal

emotional competencies, e.g. empathy, expression control, etc., indicated cybercommunicative addiction in high school students. Therefore, inter- and intrapersonal emotional competencies can be reliable diagnostic tools in this sphere.

Keywords: emotional intelligence, intrapersonal emotional competencies, interpersonal emotional competencies, cybercommunicative addiction, neuropsychic stability, psychological health

Citation: Belasheva I. V., Shumakova S. V. Emotional Competencies as Part of the Parameter Structure of Psychological Health in High School Students with Different Virtual Communication Engagement Rates. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2021, 23(1): 133–142. (In Russ.) DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2021-23-1-133-142>

Conflicting interests: The authors declared no potential conflicts of interests regarding the research, authorship, and / or publication of this article.

References

1. Dubrovina I. V. Mental and psychological health in the context of the psychological culture of the individual. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya*, 2009, (3): 17–21. (In Russ.)
2. Sozontov A. E. Hedonic and eudaimonic approaches to a problem of psychological wellbeing. *Voprosy psikhologii*, 2006, (4): 105–114. (In Russ.)
3. Abolin L. M. The emotional stability and the ways of its improvement. *Voprosy psikhologii*, 1989, (4): 141–149. (In Russ.)
4. Bratus B. S. *Russian, Soviet, and Russian Federation psychology*. Moscow: Flinta, 2000, 88. (In Russ.)
5. Khomik V. S. Theoretical and methodological problems of social health studies. A phenomenological approach. *Mir psikhologii*, 1998, (1): 184–207. (In Russ.)
6. Haletska I. I. General characteristics of psychological health and its main criteria. *Vestnik Omskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Gumanitarnye issledovaniia*, 2015, (2): 66–69. (In Russ.)
7. Shuvalov A. V. Man's psychological well-being. *Vestnik PSTGU. Ser. IV: Pedagogika. Psikhologiya*, 2009, (4): 87–101. (In Russ.)
8. *Health psychology*, ed. Nikiforov G. S. St. Petersburg: Piter, 607. (In Russ.)
9. Sergienko E. A. Psychological health. Subjective factors. *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, 2017, (4): 98–117. (In Russ.)
10. Belasheva I. V. Emotional competence as a criterion and a resource of psychological health of a person. *Akmeologiya*, 2016, (3): 143–152. (In Russ.)
11. Avsec A., Masnec, P., Komidar L. Personality traits and emotional intelligence as predictors of teachers' psychological well-being. *Psihološka Obzorja / Horizons of Psychology*, 2009, 18(3): 73–86.
12. Avsec A., Belasheva I., Cenek J., Khan A., Mohorić T., Takšić V., Zager Kocjan G. Cross-cultural and gender measurement invariance of the intrapersonal and interpersonal emotional competence questionnaire. *Psychological Topics*, 2020, 29(1): 167–190. DOI: 10.31820/pt.29.1.10
13. Gallagher E. N., Vella-Broderick D. A. Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 2008, 44(7): 1551–1561. DOI: 10.1016/j.paid.2008.01.011
14. Landa J. M. A., Martos M. P., López-Zafra E. Emotional intelligence and personality traits as predictors of psychological well-being in Spanish undergraduates. *Social Behavior and Personality*, 2010, 38(6): 783–793. DOI: 10.2224/sbp.2010.38.6.783
15. Liang C.-K., Cheng C.-C., Lai Y.-C., Chen L.-G., Chen H. H. Hardware-efficient belief propagation. *IEEE Transactions on Circuits and Systems for Video Technology*, 2011, 21(5): 525–537. DOI: 10.1109/TCSVT.2011.2125570
16. Othman C. N., Yusof M. S. B., Din A. M., Zakaria L. A. Emotional intelligence and personality traits in relation to psychological health among pharmacy students in Malaysia. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 2016, 222: 253–262. DOI: 10.1016/j.sbspro.2016.05.154
17. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. *Handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace*, eds. Bar-On R., Parker J. D. A. San Francisco: Jossey-Bass, 2000, 363–388.
18. Goleman D. *Emotional intelligence. Why it matters more than IQ*. Moscow: Mann, Ivanov i Ferber, 2019, 544. (In Russ.)
19. Brel E. Iu., Stoianova I. Ia. Characteristics of alexithymia in the context of mental health. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2018, (1): 102–108. (In Russ.) DOI: 10.21603/2078-8975-2018-1-102-108
20. *Knowledge of structure of dialogue*, eds. Barabanshikov V. A., Samoilenko E. S. Moscow: IP RAN, 2009, 365. (In Russ.)
21. Garskova G. G. The introduction of the concept of "emotional intelligence" in psychological theory. *Ananiev readings – 99: Proc. Sci.-Prac. Conf.*, St. Petersburg, 26–28 Oct 1999. St. Petersburg: Izd-vo Sankt-Peterb. un-ta, 1999, 25–26. (In Russ.)
22. Ilyin E. P. *Emotions and feelings*. St. Petersburg: Piter, 2001, 752. (In Russ.)

23. Rosenthal R., Lawson R. A longitudinal study of the effects of experimenter bias of the operant learning of laboratory rats. *Journal of Psychiatric Research*, 1964, 2: 61–72. DOI: 10.1016/0022-3956(64)90003-2
24. Toncheva A. V. Diagnosis cyber communication addiction. *Naukovedenie*, 2012, (4). (In Russ.) Available at: <http://naukovedenie.ru/PDF/64pvn412.pdf> (accessed 25 Feb 2021).
25. Leontiev D. A. *Test the meaning of life orientations*. Moscow: Smysl, 2000, 18. (In Russ.)
26. Pantileev S. R. *Methodology of self-attitude research*. Moscow: Smysl, 1993, 32. (In Russ.)
27. *The program of education and socialization of students: an approximate diagnostic tool*, comp. Adoevtseva I. V. Kostroma: KOIRO, 2017, 19 (In Russ.)
28. Moreno J. L. *Sociometry, Experimental method and the science of society*. Moscow: Akad. proekt, 2001, 383. (In Russ.)
29. Rybnikov Yu. V. Express method "Prognoz-2" to assess neuro-psychical instability of university applicants. *Proc. I All-armymeeeting*. Moscow: Voenizdat, 1990, 132–135. (In Russ.)
30. Morosanova V. I., Konoze E. M. Stylistic self-regulation of human behavior. *Voprosy psikhologii*, 2000, (2): 118–127. (In Russ.)
31. Chumakov M. V. *Diagnostics of emotional-volitional regulation of activity*. Kurgan: Izd-vo Kurganskogo gos. un-ta, 2008, 100. (In Russ.)
32. Lyusin D. V. A new measure for emotional intelligence: Emotional Intelligence Questionnaire. *Psikhologicheskaya diagnostika*, 2006, (4): 3–22. (In Russ.)
33. Kiselyova T. G. The individual characteristics of adolescents who are at risk for internet addiction. *Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 2017, 23(3): 46–50. (In Russ.)
34. Sirota E. J. Personal peculiarities of regular visitors of the site www.vkontakte.ru. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2010, (3): 115–118. (In Russ.)
35. Ataskevich N. O. Formation of psychological stability in teenagers as a factor of prevention of Internet addiction. *Modern Psychology: Proc. II Intern. Sci. Conf.*, Perm, 20–23 July 2014. Perm: Merkurii, 2014, 10–13. (In Russ.)