



УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ТРЕНИНГА СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА ТРЕВОЖНОСТЬ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Сметанина Юлия Алексеевна

студент факультета педагогики и психологии, кафедры психологии и общей педагогики

научный руководитель: **Дворцова Елена Валерьевна**

кандидат психологических наук, доцент

Кузбасский гуманитарно-педагогический институт федерального государственного

бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кемеровский

государственный университет», г. Новокузнецк

Аннотация. В данной статье рассматривается влияние тренинга социального интеллекта на тревожность студентов-психологов. Произведен теоретический анализ понятия «тревожность» в работах отечественных и зарубежных авторов. Представлены результаты согласно математическому методу статистической обработки данных, а именно оценке достоверности отличий средних по t-критерию Стьюдента влияния тренинга социального интеллекта на тревожность студентов-психологов.

Усложнение общественной жизни, убыстряющаяся динамика социальных процессов, ломка сложившихся социальных установок предъявляют особые требования к способности человека понимать происходящее и соответствующим образом интерпретировать как происходящие социальные изменения, так и собственное поведение, и поведение других людей. Помимо того, что возрастают требования к способности человека понимать происходящее, сам человек, зачастую не справляется с объемом и темпом поступающей информации. Что, в свою очередь, может привести к ухудшению психоэмоционального состояния, например, повышению тревожности. Все это предполагает увеличение компетентности человека при познании социального мира, чего невозможно достичь без развития того самого социального интеллекта и без должного внимания к своему состоянию и умения его стабилизировать. Поэтому в своём исследовании мы рассмотрим такие личностные характеристики как социальный интеллект и тревожность.

Невозможность успешной самореализации может стать основанием для развития различных негативных проявлений, к числу которых можно отнести тревожность личности. Проблема изучения такого явления как тревожность у студентов-психологов представляется особенно важной, так как профессия психолога относится к тем видам деятельности, где человеку необходимо поддерживать психоэмоциональное состояние на благоприятном уровне.



Именно с большой степенью тревожности связаны затруднения в социально-психологической адаптации человека, формировании правильного образа себя и своих личностных качеств. Для разрешения данной проблемы необходимо развивать социальные навыки взаимодействия и адаптации, а за это отвечает такая личностная характеристика как социальный интеллект.

Исследований, которые были бы непосредственно ориентированы на установление влияния социального интеллекта людей, выбравших профессию психолога, которая требует для эффективного выполнения развитый социальный интеллект, на тревожность у этих людей, пока не проводилось. Практическая значимость и недостаточная теоретическая разработанность проблемы влияния социального интеллекта на тревожность студентов-психологов, обусловили актуальность выбранной темы, определили объект, предмет, цель и задачи исследования.

Таким образом, учитывая актуальность данной проблемы, тема нашего исследования «Влияние тренинга социального интеллекта на тревожность у студентов-психологов».

Чтобы выяснить, какое влияние может оказать тренинг социального интеллекта на тревожность студентов-психологов, была сформулирована следующая гипотеза: разработанный и проведенный тренинг на развитие социального интеллекта способствует снижению тревожности студентов-психологов.

С помощью метода теоретического анализа литературы мы определили, что ситуативная тревожность понимается как временное состояние, но может быть устойчивым, и связано с конкретными ситуациями. Личностная тревожность, в свою очередь, становится характерной чертой личности человека, которая оставляет отпечаток на отношении к различным жизненным ситуациям, постоянно предвидя в них опасность и пребывая в них в состоянии постоянного беспокойства; существует определённый уровень тревожности, который в норме свойственен и необходим человеку для того, чтобы сформировались адаптационные психологические механизмы[3]. Рассматривая основные психологические особенности студентов в как социальной группы, в частности, студентов-психологов, мы определили их специфичность как социальной группы, которая заключается в одинаковом отношении ко всем общественным формам собственности, его роли в общественной организации труда и частичном участии в производительном и непроизводительном труде. Психологические особенности студентов-психологов обуславливают пути и способы работы, с помощью которых студент выбирает свою общественную роль, организывает свой труд, они определяют его поведение и ценностные ориентации[2]. Исследований в области взаимосвязи социального интеллекта с тревожностью именно у студентов психологов и в области влияния социального интеллекта посредством тренинга, направленного на его развитие, на тревожность у студентов-психологов до настоящего времени пока не проводилось.

В исследовании принимали участие студенты, обучающиеся на 1-3 курсах в Кузбассом



гуманитарно-педагогическом институте «Кемеровский государственный университет» на специальности «Психология служебной деятельности». Объем выборки составил 40 человек, из которых 12% юноши и 88% девушки. Общая выборка была разделена на две группы: контрольную и экспериментальную. В состав экспериментальной группы вошли 12 человек, из которых 25% юношей и 75% девушек. В то время как в состав контрольной группы вошли 28 человек, из которых 7% юношей и 93% девушек.

Для проведения диагностики студентов нами были использованы следующие методики. Тест на тревожность «Шкала тревоги Спилбергера-Ханина (STAI)». Методика имеет 2 шкалы: ситуативная и личностная тревожность. Ситуативная тревожность больше зависит от текущих проблем и переживаний. Личностная тревожность является постоянной категорией и определяется типом высшей нервной деятельности, темпераментом, характером, воспитанием и приобретенными стратегиями реагирования на внешние факторы. Показатели личностной и ситуативной тревожности связаны между собой: у людей с высокими показателями личностной тревожности ситуативная тревожность в схожих ситуациях проявляется в большей степени [6].

Методика измерения уровня тревожности Тейлора (адаптация Т.А. Немчина) предназначена для измерения проявлений тревожности [1].

Тест «Социальный интеллект» Гилфорда – психодиагностическая методика, созданная Дж. Гилфордом на основе собственной модели структуры интеллекта. Методика представляет собой батарею стандартизированных тестов, направленных на диагностику различных аспектов одного из наиболее интересных психических феноменов – социального интеллекта, то есть способности понимать и прогнозировать поведение людей в разных житейских ситуациях, распознавать намерения, чувства и эмоциональные состояния человека по невербальной и вербальной экспрессии[5]. В рамках нашего исследования нами была использована шкала общего уровня социального интеллекта.

Наш эксперимент направлен на получение научных знаний о личностных качествах студентов-психологов, а именно, о социальном интеллекте и тревожности, путем вмешательства исследователя в деятельность испытуемого. В нашем исследовании эксперимент проводился в формате тренинга, чтобы выявить влияние его на тревожность студентов [4].

Программа психологического тренинга разработана и проведена в рамках формирующего эксперимента и направлена на развитие социального интеллекта у студентов-психологов. Таким образом, в нашем исследовании независимой переменной является тренинг социального интеллекта, а зависимой – тревожность. Для нашего эксперимента мы использовали квазиэкспериментальный план для неэквивалентных групп с тестированием до и после



воздействия. Отличие плана нашего исследования от классического плана заключается в неодновременности диагностики групп. В ходе реализации данного плана были сформированы 2 группы – контрольная и экспериментальная. Тестирование до и после воздействия проводилось в случае с экспериментальной группой. Контрольная группа не подвергалась влиянию эксперимента, поэтому тестировалась неоднократно для сравнения результатов в группах.

Для выявления влияния тренинга социального интеллекта на тревожность студентов-психологов была использована оценка достоверности отличий по t-критерию Стьюдента между изменениями (дельтами) показателей.

Эффективность влияния тренинга социального интеллекта на тревожность представлена в таблице.

Таблица 1. Влияние тренинга социального интеллекта (СИ) на тревожность (Т)

Экспериментальная группа														
	T1 до	T2 до	T3 до	СИ до	Эксперимент	T1 после	T2 после	T3 после	СИ после	Δ T1	Δ T2	Δ T3	Δ СИ	
Ср. арифм	21,92	41,67	44,75	3,33		21,5	36,33	43,33	3,27	-0,42	-5,33	-1,42	0,09	
Ср. кв. откл.	12,40	13,05	10,09	0,78		11,59	6,80	10,55	0,47	3,53	9,18	3,65	0,54	
Контрольная группа														
	T1 до	T2 до	T3 до	СИ до		T1 после	T2 после	T3 после	СИ после	Δ T1	Δ T2	Δ T3	Δ СИ	
Ср. арифм	22,36	40,79	45,15	2,96		20,93	36,64	45,29	3,14	-1,43	-4,14	0,07	0,08	
Ср. кв. откл.	11,51	11,94	9,48	0,74		12,03	10,00	10,63	0,71	4,18	5,45	4,97	0,61	
t-кр. Стьюдента											0,79	-0,42	-1,05	-0,44
p – ур. зн-ти											–	–	–	–
*Примечание: T1 – тревожность по методике Тейлора, T2 – ситуативная тревожность по методике Спилбергера-Ханина, T3 – личностная тревожность по методике Спилбергера-Ханина, СИ – общий уровень социального интеллекта по методике Гилфорда														

В ходе нашего исследования не было выявлено значимых различий между дельта-значениями социального интеллекта. Мы предполагаем, что это может быть связано с тем, что тренинг оказался неэффективным в силу того, что зачастую для развития социального



интеллекта требуется более длительная и углубленная работа. Если это тренинг, как в нашем случае, то необходимо несколько тренинговых занятий. Также, это может быть связано с тем, что в эксперимент вмешались дополнительные переменные, которые оказали влияние на данный показатель. Поскольку наше исследование носило пилотажный характер, есть смысл в дальнейшем спланировать более масштабное исследование данных показателей.

Соответственно, из-за того, что значимых различий в уровне социального интеллекта не выявлено, значимых различий между дельта-значениями тревожности также выявлено не было.

Таким образом, опираясь на тот факт, что разработанный и проведенный в рамках эксперимента тренинг не способствовал развитию социального интеллекта, мы не можем достоверно судить о том, как влияет социальный интеллект на тревожность студентов-психологов. Для этого необходимо дальнейшее исследование данной проблематики. Полученные результаты свидетельствуют об опровержении гипотезы нашего исследования о том, что разработанный и проведенный тренинг на развитие социального интеллекта способствует снижению тревожности студентов-психологов.

Список литературы:

1. Дерманова, И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития / И.Б.Дерманова. – Санкт-Петербург : Речь, 2002. – с.126-128. – ISBN5-9268-0103-6. – Текст : непосредственный.
2. Любимова, Г. Ю. От первокурсника до выпускника: проблемы профессионального и личностного самоопределения студентов-психологов / Г. Ю. Любимова. – Текст : непосредственный // Вестник Московского университета. – 2000. – Т. 14, №1. – С. 48-56.
3. Прихожан, А.М. Психология тревожности : дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан. – 2-е издание, – Москва : Питер, 2009. - 192 с. : ISBN 978-5-469-01499-7. Текст : непосредственный.
4. Сафин, Р. Г. Основы научных исследований. Организация и планирование эксперимента / Р. Г. Сафин, А. И. Иванов, Н. Ф. Тимербаев. – Казань : КНИТУ, 2013. – 154 с. – ISBN 978-5-7882-1412-2.– Текст: непосредственный.
5. Социальный интеллект (Гилфорд): сайт. – URL:<https://psytests.org/iq/guilford/guilford.html>(дата обращения: 04.12.2021). – Текст : электронный.
6. Шкала тревоги. Тест на тревожность СпилбергераХанина : сайт. – Новосибирск, 2021. – URL: <http://clinica.nsk.ru/info/testy/testy-na-stressy-depressiyu-trevozhnost/shkala-trevogi-test-na-trevozhnost-spilbergera-khanina/>(дата обращения: 04.12.2021). – Текст : электронный.