

**Наталія Валеріївна Свєртілова,**  
аспірант кафедри загальної та диференціальної психології,  
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського,  
вул. Фонтанська дорога, 4, м. Одеса, Україна

## ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ, СХИЛЬНИХ ДО ПЕРЕЖИВАННЯ ОБРАЗИ

*У статті презентовані результати теоретико-емпіричного дослідження особливостей емоційного інтелекту в осіб, схильних і не схильних до переживання образи. Емоційний інтелект розглядається як здатність ефективно розбиратися в емоційній сфері людського життя, розуміти свої і чужі емоції, успішно адаптуватися в соціумі. Схильність до переживання образи ускладнює процеси розуміння своїх і чужих емоцій, сприяє появі у образливої людини очікувань по відношенню до інших людей, які часто не співставні з реальною життєвою ситуацією. З метою емпіричної перевірки співвідношень показників емоційного інтелекту і показників схильності до переживання образи обрані методики: тест-опитувальник «Емоційний інтелект» Н. Холла і «Опитувальник емоційного інтелекту» (ЕмІн) Д. В. Люсіна; для дослідження переживання образи – Оригінальний «Тест-опитувальник схильності до переживання образи» (ТОСОБ) О. П. Саннікової, Н. В. Свєртілової. Встановлені значущі від'ємні коефіцієнти кореляції між показниками емоційного інтелекту і показниками образи. На основі аналізу профілів груп досліджених, схильних і несхильних до переживання образи, виявлені відмінності у показниках емоційного інтелекту між означеними групами осіб. Встановлено, що представникам групи, схильних до переживання образи властиве слабке управління своїми емоціями, нерозуміння чужих емоцій, а також слабкий контроль за своєю експресією. Навпаки, особи, які несхильні до переживання образи, характеризуються проявами загального емоційного інтелекту, кращою здатністю управляти своїми і чужими емоціями, здатністю до самомотивації, розпізнаванню емоцій інших людей та внутрішньо-особистісним емоційним інтелектом.*

**Ключові слова:** емоційний інтелект, образа, схильність до переживання образи, індивідуальні відмінності.

**Постановка проблеми.** У сучасності проблема розуміння власних емоцій та вміння володіти ними досить актуальна у зв'язку з тим, що у суспільстві тривалий час існував культ раціонального ставлення до життя. Не усвідомлені, витіснені емоції перешкоджають здійсненню намірів, порушують міжособистісні стосунки, не дозволяють належним чином виконувати службові та сімейні обов'язки, ускладнюють відпочинок і погіршують здоров'я. У суспільстві постійно зростає число людей, що страждають невротами. К. Д. Ушинський, підкреслюючи соціальний зміст емоцій, зазначав, що суспільство, яке піклується про освіту розуму, здійснює великий промах, бо людина більше людина в тому, як вона відчуває, ніж як вона думає [1].

**Метою статті** є виклад результатів теоретико-емпіричного дослідження емоційного інтелекту осіб, схильних до переживання образи різного ступеню.

**Виклад основного змісту.** Теоретичний аналіз літератури з даної проблеми показав, що здатність розуміти свої емоції та зіставляти їх з реальною життєвою ситуацією і з емоціями іншої людини може впливати на схильність людини до образи [3; 6; 7; 8; 9].

Образа в науковій літературі розглядається як фрустраційна, але не як базова емоція [6]; як емоційна реакція на несправедливе ставлення до себе [7]; як установка на самовиправдання (пошук причин своєї образи в іншій людині), як вимоги до зовнішнього світу, очікування того, що світ буде враховувати потреби суб'єкта [16]; як побічний продукт у досліджен-

нях провини, сорому і страху [11]; як суб'єктивне переживання несправедливості, при відведенні собі в цьому переживанні ролі жертви [8]; як симптом зруйнованого психологічного злиття, що породжує нездатність людей вступати в міжособистісні стосунки [10].

В якості причин виникнення образи в літературі розглядаються ситуації незаслуженого приниження і порушеної гідності [7]; внутрішній конфлікт в ситуаціях, коли очікування суб'єкта образи не збігаються з реально існуючою ситуацією або поведінкою іншої людини [9; 14]; значущі життєві стосунки, прояв базальної тривожності [15] тощо. Вважається, що переживання образи пов'язані з такими характеристиками особистості як інфантильність [15]; спрямованість на себе, егоцентризм, нездатність чи невміння індивіда зрозуміти іншого [3]; образа пов'язана з почуттям провини [11], що супроводжується станом невдоволення, напруги, збудження [7]; переживання образи супроводжують такі емоції і почуття як досада, прикрийсть, роздратування, гнів, страх, печаль, розчарування, обурення [11].

У цьому повідомленні ми розділяємо позицію Е. П. Ільїна, який розглядає образу як емоційну реакцію на несправедливе ставлення до себе, що виникає в ситуації, коли людина вважає, що незаслужено принижена або зачеплена її власна гідність [7]. Образа не є базовою емоцією і з'являється в онтогенезі людини в ранньому дитинстві, з початку його взаємодії з іншими людьми [3; 6; 7].

Переживання людиною образи може відбуватися переважно в соціальному контакті. Образа, як і будь-яка інша емоція, виконує важливу функцію у виживанні, адаптації, зокрема, пристосуванні людей один до одного. К. Хорні стверджує, що коріння образи потрібно шукати в дитинстві. Якщо батьки вселяють дитині, що його право на існування залежить від того, наскільки він відповідає батьківським очікуванням, правилам, нормам, чи підвищує він сімейний престиж, то в цій ситуації, дитині дуже складно усвідомити, що він є індивідом з правом переживати свої власні емоції і почуття. Розуміння своїх і чужих емоцій і переживань може спотворюватися, їм віддається інше значення і сенс. У таких умовах у дитини не формується належної поваги до себе. Він стає невпевненим у собі, тривожним, відокремленим і образливим. Спочатку він безпорадний по відношенню до сил навколо нього, але, поступово, завдяки досвіду та інтуїції виробляє засоби, що дозволяють йому справлятися із зовнішнім світом і вціліти [8].

На думку Ю. М. Орлова, переживання образи найбільше необхідно в дитячому віці. Завдяки своїм функціям: сигнальній, управлінній та адаптаційній – образа допомагає дитині ввійти у світ людських відносин, адаптуватися до світу людей, сприяє становленню його особистості. Близьке оточення – батьки, друзі, вчителі, допомагають навчитися розпізнавати свої і чужі емоції, контролювати і управляти ними, переживати емпатію, що необхідно для існування в людському суспільстві. Ю. М. Орлов стверджує, що обов'язковою умовою виникнення образи повинно бути неузгодженість між очікуванням суб'єкта образи і реальною ситуацією спілкування. Іншими словами, скривджена людина оцінює ситуацію спілкування з іншими людьми нереально, пре'являє до неї неадекватні очікування і не завжди може припустити, чим завершитися ситуація. В результаті, людина, схильна до образи, стикається з тим, що її очікування не збігаються з реальним станом речей [9].

О. А. Апунович розрізняє образу і образливість, на її думку, образливість – стає рисою характеру, сприяє формуванню відповідного типу особистості і порушує його адаптаційні можливості [3].

Враховуючи вищесказане ми передбачили, що схильність особи до переживання образи (образливість) може бути взаємопов'язана з її емоційним інтелектом.

Поняття емоційний інтелект було введено в науковий обіг П. Саловеем і Дж. Майером, вони розглядали його як групу ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточуючих. П. Саловеей і Дж. Майер виділяли чотири складові емоційного інтелекту: *сприйняття емоцій* – здатність розпізнавати емоції інших людей і свої власні емоції; *використання емоцій для стимуляції мислення* – здатність людини активувати свій розумовий процес, використовуючи емоції як фактор мотивації; *розуміння емоцій* – здатність визначати причину появи емоції, зв'язок між думками та емоці-

ями, визначати перехід від однієї емоції до іншої, прогнозувати розвиток емоції з часом, а також здатність інтерпретувати емоції у взаєминах, розуміти складні почуття; *управління емоціями* – здатність приборкувати, пробуджувати і направляти свої емоції і емоції інших людей для досягнення поставлених цілей [1; 2; 17].

Г. Гарднер помітив, що в основі міжособистісного інтелекту лежать «здібності вловити і належним чином відреагувати на настрій, темперамент, спонукання і дії інших людей». У поняття внутрішньо-особистісного інтелекту, яке можна назвати ключем до самопізнання, він включив «доступ до власних почуттів, а також здатність проводити між ними відмінність і покладатися на них, щоб керувати поведінкою» [1; 2].

За Д. Гоулманом, емоційний інтелект – це здатність людини тлумачити власні емоції і емоції оточуючих з тим, щоб використовувати отриману інформацію для реалізації власних цілей. Він вважає, що емоційний інтелект в сучасному його розумінні був ключовим для виживання людини в доісторичні часи, оскільки він проявляється у здатності адаптуватися в навколишньому середовищі, уживатися і знаходити спільну мову з одноплемінниками. Д. Гоулман виділяє п'ять компонентів емоційного інтелекту: самопізнання, саморегуляція, соціальні навички, емпатія і мотивація [1; 2; 4].

Д. Карузо писав, що «дуже важливо розуміти, що емоційний інтелект – це не протилежність інтелекту, це не триумф розуму над почуттями, це унікальний перетин обох процесів» [1; 2].

Рувен Бар-Он у своїй моделі емоційного інтелекту (ESI) вказує 15 здібностей людини, включених до 5 загальних областей (сфер). Наприклад, про високий рівень емоційного інтелекту у внутрішньо-особистісній сфері свідчать такі здібності людини, як: вміння бути асертивною, незалежною, схильною до самоповаги, самоаналізу і самоактуалізації. У сфері міжособистісних стосунків здатність будувати конструктивне спілкування, засноване на почутті емоційної близькості, вміння відчувати себе комфортно і вільно в соціальних контактах, брати на себе відповідальність, проявляти емпатію. У сфері адаптивності – здатність бути гнучким, реалістичним, адекватно поводитися в будь-якій ситуації і вирішувати проблеми як до потреби їх виникнення. Рувен Бар-Он з високим емоційним інтелектом безпосередньо пов'язує здатність давати реальну оцінку дійсності, що як ми вже вказували, є проблемою для образливої людини, вона навпаки, намагається «підігнати» реальність під свої очікування. Образлива людина відчуває складнощі у розкритті своїх емоцій, почуттів, думок; проявляє ригідність у поведінці з іншими людьми, часто діючи в рамках звичних моделей поведінки; їй складно проявляти асертивність через низьку самооцінку і т.д. [1; 2].

Отже, у цьому дослідженні розглядається емоційний інтелект як здатність ефективно розбиратися в емоційній сфері людського життя, розуміти свої і чу-

жі емоції, успішно адаптуватися в соціумі.

Про високий емоційний інтелект особистості свідчить гармонія в її житті, коли вона перестає бути у владі своїх емоцій, і успіх стає логічним наслідком її вчинків. Навпаки, низький емоційний інтелект пов'язують з низькою самооцінкою, агресією, почуттям провини, образливістю і депресіями, людина незадоволена собою і вважає, що нічого не досягла [3; 9; 15].

Узагальнюючи вищесказане, можна припустити, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту добре розуміють свої емоції і почуття інших людей, можуть керувати своєю емоційною сферою, і тому в суспільстві їх поведінка більш адаптивна, і вони легше домагаються своїх цілей у взаємодії з оточуючими [12]. Розвиток емоційного інтелекту являє собою розвиток самосвідомості, навичок усвідомлення своїх і чужих емоцій, вміння керувати своїми і чужими емоціями і ефективно взаємодіяти з людьми.

Для проведення діагностичної частини дослідження був використаний наступний методичний інструментарій: для дослідження емоційного інтелекту – тест-опитувальник «Емоційний інтелект» Н. Холла і «Опитувальник емоційного інтелекту» (ЕмІн) Д. В. Люсіна [13]; для дослідження переживання образи – оригінальний «Тест-опитувальник схильності

до переживання образи» (ТОСОБ) О. П. Саннікової, Н. В. Свертілової. Математико-статистична обробка даних здійснювалася методами кількісного аналізу в програмі SPSS, версія 13.0. Якісний аналіз проводився за допомогою методу «асів» і профілів.

У дослідженні брали участь 80 осіб – слухачів відділення «Психологія» факультету післядипломної освіти та роботи з іноземними громадянами Південноукраїнського національного університету імені К. Д. Ушинського. З вибірки досліджених були виділені дві групи: перша група – особи, схильні до переживання образи (4-й квартиль розподілу значень показників образи), і друга – не схильні до переживання образи (1-й квартиль розподілу). Перша і друга група були представлені в кількості 20 чоловік.

**Результати та їх обговорення.** У табл.1 представлені значущі кореляційні зв'язки між показниками емоційного інтелекту і загальним показником схильності до переживання образи, отримані за допомогою методик: тест-опитувальник «Емоційний інтелект» Н.Холла; «опитувальник емоційного інтелекту» (ЕмІн) Д. В. Люсіна; оригінальний «Тест-опитувальник схильності до переживання образи» (ТОСОБ) О. П. Саннікової, Н. В. Свертілової.

Таблиця 1.

**Значущі коефіцієнти кореляцій між показниками емоційного інтелекту і загальним показником схильності до переживання образи**

№	Показники			
	Емоційний інтелект за Н. Холлом)	ЗПСО	Емоційний інтелект за Д. В. Люсіним	ЗПСО
1	УСЕ	- 661**	ВУ	- 664**
2	СМ	- 526**	ВЕ	- 411**
3	РЕДЛ	- 428**	ВЕІ	- 616**
4	ЗЕІ	- 412**	ПЕ	- 376*
5			УЕ	- 516**
6			ЗЕІ	- 494**

Примітка: 1) \* – значимість кореляцій на рівні 0,05; 2) \*\* – значимість кореляцій на рівні 0,01; 2) умовні позначення показників емоційного інтелекту (Н. Холл): УСЕ – управління своїми емоціями; СМ – самомотивація; РЕДЛ – розуміння своїх емоцій; ЗЕІ – інтегративний (загальний) рівень емоційного інтелекту; 3) умовні позначення показників емоційного інтелекту (Д. В. Люсін): ВУ – управління своїми емоціями; ВЕ – контроль експресії; ВЕІ – внутрішньо-особистісний емоційний інтелект; ПЕ – розуміння емоцій; УЕ – управління емоціями; ЗЕІ – інтегральний показник загального емоційного інтелекту; ЗПСО – загальний показник схильності до переживання образи.

Результати, що надано в таблиці, свідчать про наявність тільки від'ємних значущих зв'язків між значеними показниками переважно на 1% рівні ( $p \leq 0,01$ ). Так, значущі від'ємні зв'язки отримані між загальним показником схильності до переживання образи і такими показниками емоційного інтелекту, як: інтегративний рівень емоційного інтелекту (Н. Холл; Д. В. Люсін); розуміння своїх емоцій; управління своїми емоціями (Н. Холл; Д. В. Люсін); самомотивація; контроль експресії; внутрішньоособистісний емоційний інтелект; здатність до розуміння своїх і чужих емоцій ( $p \leq 0,05$ ); здатність до управління своїми і чужими емоціями. Отримані результати свідчать про те, що показники емоційного інтелекту, такі як розуміння своїх і чужих емоцій, вміння керувати ними і контролювати, мотивувати себе і контро-

лювати експресію, не співвідносяться з показниками образливості.

В цілому результати кореляційного аналізу визначили можливість зіставляти психологічні характеристики, які вивчаються і дозволили провести якісний аналіз отриманих даних. З цієї метою були проаналізовані профілі емоційного інтелекту двох груп досліджуваних – схильних (max CO) і не схильних (min CO) до переживання образи, які були попередньо обрані за допомогою методу «асів».

Профілі емоційного інтелекту зазначених груп надано на рис. 1 (показники емоційного інтелекту за тест – опитувальником «Емоційний інтелект» Н. Холла) і рис.2 (показники емоційного інтелекту за Опитувальником емоційного інтелекту Д. В. Люсіна). На рис. 1 і рис. 2 на осі X розміщені показники емо-

ційного інтелекту, а на осі У – значення показників емоційного інтелекту виражено в процентіях. Середня лінія ряду проходить через позначку 50. Значення кожного показника в профілях є середнім арифметичним значенням даного показника у представників ко-

жної групи. Враховуючи те, що показники емоційного інтелекту є біполярними, ступінь вираженості того чи іншого показника визначається за його відхиленням від середньої лінії ряду.

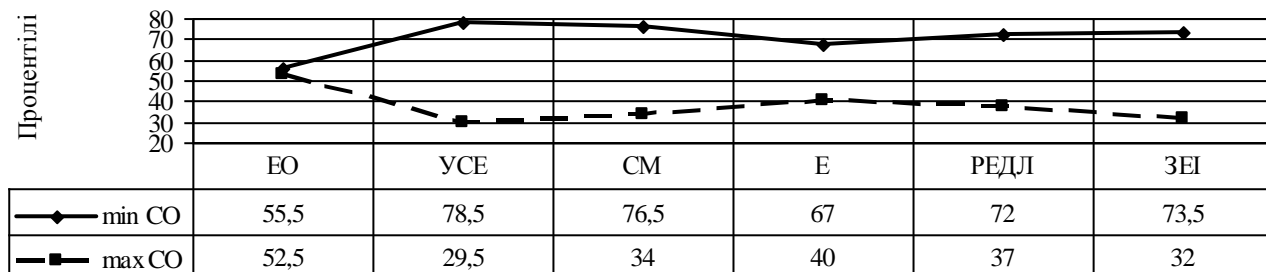


Рис. 1. Профілі шкал емоційного інтелекту (за методикою «Емоційний інтелект» Н. Холла) груп осіб, схильних і не схильних до переживання образи.

Примітка: 1) max CO - група осіб, схильних до переживання образи; min CO – група осіб, які не схильні до переживання образи; 2) умовні позначення показників емоційного інтелекту: EO – емоційна обізнаність; УСЕ – управління своїми емоціями; СМ – самомотивація; Е – емпатія; РЕДЛ – розпізнавання емоцій інших людей; ЗЕІ – інтегративний (загальний) рівень емоційного інтелекту.

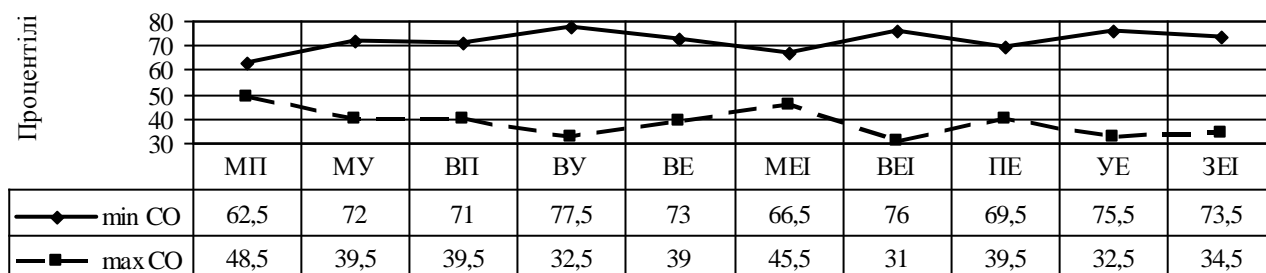


Рис. 2. Профілі шкал емоційного інтелекту (за методикою «ЕмІн» Д. В. Люсіна) груп осіб, схильних і не схильних до переживання образи.

Примітка: 1) max CO – група осіб, схильних до переживання образи; min CO – група осіб, що не схильні до переживання образи; 2) умовні позначення показників емоційного інтелекту: МП – розуміння чужих емоцій; МУ – управління чужими емоціями; ВП – розуміння своїх емоцій; ВУ – управління своїми емоціями; ВЕ – контроль експресії; МЕІ – міжособистісний емоційний інтелект; ВЕІ – внутрішньо-особистісний емоційний інтелект; ПЕ – розуміння емоцій; УЕ – управління емоціями; ОЕІ – загальний рівень емоційного інтелекту.

Перед тим як провести аналіз профілів для визначення домінуючих факторів і індивідуально-типологічних характеристик особистості представників кожної групи

ми поранжували найбільш виражені показники кожного профілю за їх відхиленням від середньої лінії ряду (см. таб. 2 і таб. 3).

Таблиця 2.

**Ранжування показників емоційного інтелекту груп осіб, схильних і не схильних до переживання образи (Тест - опитувальник «Емоційний інтелект» Н. Холл)**

Ранги	група max CO	група min CO
1	ЕО+	УСЕ +
2	Е+	СМ+
3	УСЕ-	Е-

Таблиця 3.

**Ранжування показників емоційного інтелекту груп осіб, схильних і не схильних до переживання образи за опитувальником «Емоційний інтелект» (ЕмІн) Д. В. Люсіна)**

Ранги	група max CO	група min CO
1	МП+	ВУ+
2	МЕІ+	ВЕІ+
3	ВЕІ-	МП-

Порівняння профілів у двох графіках показує найбільшу розбіжність таких показників: управління своїми емоціями; самомотивація; розпізнавання емоцій інших людей; інтегративний рівень емоційного інтелекту; внутрішньо-особистісний емоційний інтелект. З іншого боку, відзначаються досить близькі значення двох груп з такими показниками емоційного інтелекту, як: емоційна обізнаність та емпатія.

В цілому, спираючись на емпіричне дослідження, можна зробити висновок, що особам, схильним до переживання образи, складніше розуміти свої емоції і керувати ними, а також контролювати експресію. У них більш низькі показники здатності до розуміння чужих емоцій, самомотивації, внутрішньо-особистісного емоційного інтелекту. Навпаки, особи, не схильні до переживання образи, відрізняються більш високими показниками загального емоційного інтелекту (як ми можемо побачити в двох графіках), кращою здатністю управляти своїми і чужими емоціями, здатністю до самомотивації, розпізнаванню емоцій інших людей, внутрішньо-особистісному емоційному інтелекту.

**Висновки.** 1. На основі аналізу літератури встановлено, що образа є емоційною реакцією на несправедливе ставлення до себе, вона виникає в ситуації, коли людина вважає, що незаслужено принижена і зачеплена її власна гідність. Переживання людиною образи може відбуватися тільки в соціальній взаємодії, в цьому сенсі образа тісно пов'язана з емоційним інтелектом. В цілому, під емоційним інтелектом розуміється група ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточуючих, здатності до емпатії та самомотивації, а також до управління своїми і чужими емоціями.

2. З метою емпіричної перевірки співвідношення показників емоційного інтелекту і схильності до пере-

живання образи в якості психологічного інструментарію, спрямованого на вивчення показників емоційного інтелекту, були обрані: тест – опитувальник «Емоційний інтелект» Н. Холла і опитувальник емоційного інтелекту (EmIn) Д. В. Люсіна; для дослідження схильності до переживання образи – оригінальний «Тест – опитувальник схильності до переживання образи» (ТОСОБ) О. П. Саннікової, Н. В. Свертілової.

3. Кореляційний аналіз емпіричних даних виявив наявність значущих від'ємних зв'язків між показниками схильності до переживання образи і емоційним інтелектом, а саме: управління своїми емоціями (Н. Холл); самомотивація; інтегративний (загальний) рівень емоційного інтелекту (Н. Холл); розуміння своїх емоцій; управління своїми емоціями (Д. В. Люсін); контроль експресії; внутрішньо-особистісний емоційний інтелект; здатність до розуміння своїх і чужих емоцій; здатність до управління своїми і чужими емоціями; інтегральний показник загального емоційного інтелекту (Д. В. Люсін). Результати, отримані при використанні двох методик емоційного інтелекту Н. Холла і Д. В. Люсіна узгоджуються між собою в якісному і кількісному аналізі.

4. Порівняння профілів емоційного інтелекту в осіб, схильних і не схильних до переживання образи, дозволило виділити наступні особливості досліджуваних. У осіб, які не схильні до переживання образи, переважно виражені показники загального емоційного інтелекту, здатність керувати своїми і чужими емоціями, здатність до самомотивації, розпізнавання емоцій інших людей, внутрішньо-особистісний емоційний інтелект. Представники вибірки, схильні до переживання образи, навпаки, демонструють низький рівень розуміння та управління своїми емоціями, контролю своєї експресії. У них більш низькі показники здатності до розуміння чужих емоцій і самомотивації.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78–86.
2. Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57–65.
3. Апуневич О. А. Психологические особенности преодоления обиды и обидчивости в подростковом возрасте: автореф. дис. на соиск. науч. степени канд. психолог. наук / О. А. Апуневич. – Череповец, 2001.
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – М.: АСТ, 2008.
5. Игнатъева А. В. Обида как эмоциональное состояние личности [Электронный ресурс] / А. В. Игнатъева. Режим доступа: <http://www.docme.ru/doc/40758/ignat>.
6. Изард К. Е. Психология эмоций / К. Изард. – СПб.: Питер, 2009. – 464 с.
7. Ильин Е. П. Эмоции и чувства: учебное пособие / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.
8. Орлова Л. М. Пиши обиды на песке: Психологический тренинг / Л. М. Орлова, И. А. Шипилова. –

Одесса : Друк, 2009. – 136 с.

9. Орлов Ю. М. Обида. Вина. Серия: Исцеление размышлением / Ю. М. Орлов. – М.: Слайдинг, 2004. – 96 с.
10. Перлз Ф. Практика гештальттерапии / Ф. Перлз; Перевод М. П. Папуша. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
11. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. – 479 с.
12. Санникова О. П. Адаптивность личности: монография / О. П. Санникова, О. В. Кузнецова. – Одесса: Издатель М. П. Черкасов, 2009. – 285 с.
13. Санникова О. П. Психологичні основи модерації: навчальний посібник / О. П. Санникова, І. А. Страцинська, А. О. Саннікова. – Одеса: СМІЛ, 2012. – 145 с.
14. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М.: МГУ, 1983. – 284 с.
15. Хорни К. Невротическая личность нашего времени; Самоанализ / К. Хорни. – М.: Прогресс-

Универс, 1993. – 480 с.

16. Шапкин С. А. Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегии адаптации / С. А. Шапкин, Л. Г. Дикая // Психологичес-

кий журнал. – 1996. – Т. 17. – № 1. С. 19–34.

17. Mayer J. D. Emotional intelligence as a standard intelligence / J. D. Mayer, P. Salovey, D. R. Caruso, G. Sitarenios // *Emotion*. – 2001. – Vol. 1. – P. 232-242.

## REFERENCES

1. Andreeva, I. N. (2006). Emotsionalnyi intellekt: issledovaniia fenomena [Emotional intelligence: the study of the phenomenon]. *Voprosy psikhologii – Issues of psychology*, 3, 78–86 [in Russian].

2. Andreeva, I. N. (2007). Predposylki razvitiia emotsionalnogo intellekta [Background of emotional intelligence development]. *Voprosy psikhologii – Issues of psychology*, 5, 57–65 [in Russian].

3. Apunevich, O. A. (2001). Psikhologicheskie osobennosti preodolenii obidy i obidchivosti v podrostkovom vozraste [Psychological features of overcoming resentment and oversensitivity in adolescence]. *Candidate's thesis*. Cherepovets [in Russian].

4. Goulman, D. (2008). *Emotsionalnyi intellekt [Emotional intelligence]*. M.: AST [in Russian].

5. Ignateva, A. V. (2013). *Obida kak emotsionalnoe sostoianie lichnosti [Resentment as an emotional state of the person]*. Retrieved from <http://www.docme.ru/doc/40758/ignat> [in Russian].

6. Izard, K. E. (2009). *Psikhologiya emotsii [Psychology of emotions]*. SPb.: Piter [in Russian].

7. Ilin, E. P. (2001). *Emotsii i chuvstva [Emotions and feelings]*. SPb.: Piter [in Russian].

8. Orlova, L. M. & Shipilova, I. A. (2009). Pishi obidy na peske: Psikhologicheskii trening [Write resentment on the sand: Psychological training]. Odessa: Druk [in Ukrainian].

9. Orlov, Yu. M. (2004). *Obida. Vina. [Resentment. Guilt]*. M.: Slaiding [in Russian].

10. Perlz, F. (2001). *Praktika geshtal'tterapii [The*

*practice of Gestalt therapy]*. (M. P. Papusha, Trans.). M.: Institut Obshchegumanitarnykh Issledovaniia [in Russian].

11. Rean, A. A., Kudashev, A. R. & Baranov, A. A. (2006). *Psikhologiya adaptatsii lichnosti. Analiz. Teoriia. Praktika [Psychology of personality adaptation. Analysis. Theory. Practice]*. SPb.: PRAiM-EVROZNAK [in Russian].

12. Sannikova, O. P., Kuznetsova, O. V. (2009). *Adaptivnost lichnosti [Personality adaptability]*. Odessa: Izdatel M. P. Cherkasov [in Ukrainian].

13. Sannikova, O. P., Stratsynska, I. A. & Sannikova, A. O. (2012). *Psikhologichni osnovy moderatsii [Psychological foundations of moderation]*. Odesa: SMYL [in Ukrainian].

14. Stolin, V. V. (1983). *Samosoznanie lichnosti [Self-consciousness of a person]*. M.: MGU [in Russian].

15. Horni, K. (1993). *Nevroticheskaia lichnost nashego vremeni; Samoanaliz [The neurotic personality of our time; Introspection]*. M.: Progress–Univers [in Russian].

16. Shapkin, S. A. & Dikaia, L. G. (1996). *Deiatel'nost v osobykh usloviiah: komponentnyi analiz struktury i strategii adaptatsii [Activities under special conditions: Component analysis of the structure and adaptation strategies]*. *Psikhologicheskii zhurnal – Psychological Journal*, (vol. 17), 1, 19–34 [in Russian].

17. Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R. & Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 1, 232-242 [in USA].

**Наталья Валерьевна Свертилова**

аспирант кафедры общей и дифференциальной психологии,

Южноукраинский национальный педагогический университет имени К. Д. Ушинского,  
ул. Фонтанская дорога, 4, г. Одесса, Украина

## ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ЛИЦ, СКЛОННЫХ К ПЕРЕЖИВАНИЮ ОБИДЫ

В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования особенностей эмоционального интеллекта у лиц, склонных и не склонных к переживанию обиды. Эмоциональный интеллект рассматривается как способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни, понимать свои и чужие эмоции, успешно адаптироваться в социуме. Склонность к переживанию обиды затрудняет процессы понимания своих и чужих эмоций, способствует появлению у обидчивого человека ожиданий по отношению к другим людям, которые часто не сопоставимы с реальной жизненной ситуацией. В целях эмпирической проверки соотношений показателей эмоционального интеллекта и показателей склонности к переживанию обиды выбраны методики тест-опросник «Эмоциональный интеллект» Н. Холла и Опросник эмоционального интеллекта (ЭМИн) Д. В. Люсина; для исследования переживания обиды – Оригинальный «Тест-опросник склонности к переживанию обиды» (ТОСОБ) О. П. Санниковой, Н. В. Свертиловой. Установлены значимые отрицательные коэффициенты корреляций между показателями эмоционального интеллекта и показателями обиды. На основе анализа профилей групп испытуемых склонных и не склонных к переживанию обиды выявлены отличия в показателях эмоционального интеллекта между указанными группами. Установлено, что представителям группы, склонным к переживанию обиды свойственно слабое управление своими эмоциями, непонимание чужих эмоций, а также слабый контроль за своей экспрессией. Напротив, лица не склонные к переживанию обиды отличаются более высокими показателями общего эмоционального интеллекта, лучшей способностью управлять своими и чужими эмоциями, способностью к самомотивации, распознаванию эмоций других людей, внутриличностному эмоциональному интеллекту.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, обида, склонность к переживанию обиды, индивидуальные отличия.

*Nataliia Svertilova*

*Postgraduate student of General and Differential Psychology Department,  
State Institute "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky",  
4, Fontanska Doroha St., Odesa, Ukraine*

#### **PECULIARITIES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF INDIVIDUALS SENSITIVE TO OFFENSE**

The article presents the results of theoretical and empirical research of the emotional intelligence of individuals, sensitive and insensitive to experiencing offense. Emotional intelligence is seen as the ability to effectively understand the emotional sphere of human life, to understand one's own and others' emotions, successfully adapt in society. The susceptibility to experiencing offense complicates the process of understanding one's own and others' emotions, it contributes to the appearance of a sensitive person expectations in relation to other people, which are often not comparable with real-life situations. In order to verify the relationship of empirical indicators of emotional intelligence and indicators of susceptibility to experiencing offense the following methods were chosen: Test-questionnaire "Emotional Intelligence" by N. Holl and "Emotional Intelligence Questionnaire (EmIn)" by D. V. Liusin; to study experiences of offense the original "Test-questionnaire of susceptibility to experiencing resentment" by O. P. Sannikova, N. V. Svertilova were used. The significant negative correlation coefficient was found between emotional intelligence and indicators of offence. Based on the analysis of sensitive and insensitive to offense groups profiles the differences in terms of emotional intelligence between these groups were revealed. It was found that members of the group, sensitive to experiencing offence tend to control their emotions faintly, not understanding other people's emotions, they also have poor control of their expression. On the contrary, not susceptible to experiencing offence people are characterized by higher rates of overall emotional intelligence, the ability to better manage their own and others' emotions, the ability to self-motivation, recognition of emotions of others, intrapersonal emotional intelligence.

**Keywords:** emotional intelligence, offence, sensitivity to offense, individual differences.

*Подано до редакції 13.08.2015*