

Связь когнитивной и аффективной эмпатии с эмоциональным интеллектом у старшеклассников

Ражабалиева Наргизахон Равшанжон кизи
КГУ и ГрГУ, магистр 01/24 ПП МАГ (СОП)
E-mail: razabalievan@gmail.com

Аннотация: В настоящей работе исследуется связь между когнитивной и аффективной эмпатией и эмоциональным интеллектом (ЭИ) у старшеклассников. На основе эмпирического исследования с участием 200 подростков в возрасте 15–18 лет были проанализированы корреляции между компонентами эмпатии и общим уровнем ЭИ, а также его субшкалами (межличностный и внутриличностный ЭИ). Результаты показали положительную связь когнитивной эмпатии с общим ЭИ ($r = 0.330$, $p < 0.001$) и его субшкалами, в то время как аффективная эмпатия демонстрировала слабую положительную связь с общим ЭИ ($r = 0.161$, $p = 0.023$) и отрицательную тенденцию с внутриличностным ЭИ ($r = -0.135$, $p = 0.057$). Обсуждаются implications для развития эмоциональных компетенций в подростковом возрасте.

Ключевые слова: когнитивная эмпатия, аффективная эмпатия, эмоциональный интеллект, старшеклассники, корреляционный анализ.

Введение

Эмпатия как способность понимать и разделять эмоции других людей является ключевым компонентом социальной адаптации и межличностных отношений. В психологии различают два основных типа эмпатии: когнитивную, связанную с пониманием эмоционального состояния другого человека без эмоционального вовлечения, и аффективную, предполагающую эмоциональное сопереживание. Эмоциональный интеллект (ЭИ), в свою очередь, определяется как способность воспринимать, понимать и управлять эмоциями как своими, так и других людей, и включает внутриличностные (самоконтроль, самомотивация) и межличностные (эмпатия, распознавание эмоций других) компоненты.

Методы

Участники: В исследовании приняли участие 200 старшеклассников (возраст 15–18 лет, $M = 16.5$, $SD = 1.2$) из общеобразовательных школ № 17 и № 41 города Коканда (Узбекистан). Выборка включала 110 девочек (55%) и 90 мальчиков (45%). Участники были отобраны случайным образом; все дали информированное согласие, а для несовершеннолетних — согласие родителей. Исключены лица с диагностированными психическими расстройствами.

Инструменты

- **Опросник когнитивной и аффективной эмпатии (QCAE):** Русскоязычная версия, адаптированная для оценки когнитивной (перспективное мышление, понимание эмоций) и аффективной (эмоциональное сопереживание) эмпатии. Шкалы имеют высокую надежность ($\alpha > 0.80$).

- **Опросник эмоционального интеллекта (ЭМИн):** Разработан Д.В. Люсиным для измерения общего ЭИ, а также субшкал межличностного (понимание и управление эмоциями других) и внутриличностного (понимание и управление своими эмоциями) ЭИ. Надежность $\alpha = 0.85-0.90$

Процедура

Опрос проводился анонимно в школьных классах в течение 40–50 минут. Данные обработаны с использованием SPSS 26.0: описательная статистика, корреляционный анализ Пирсона ($p < 0.05$).

Результаты

Средние значения и стандартные отклонения показателей представлены в Таблице 1.

Корреляционный анализ выявил значимые связи (Таблица 2).

Таблица 1. Описательная статистика показателей (N = 200)

Показатель	M	SD
Когнитивная эмпатия	24.80	4.66
Аффективная эмпатия	20.34	3.95
Эмоциональный интеллект	50.12	5.82
Межличностный ЭИ	25.05	3.83
Внутриличностный ЭИ	25.23	3.97

Таблица 2. Корреляции между эмпатией и ЭИ

	Общий ЭИ	Межличностный ЭИ	Внутриличностный ЭИ
Когнитивная эмпатия	0.330	0.568	0.671**
Аффективная эмпатия	0.161*	0.275**	-0.135

Примечание: ** $p < 0.001$, * $p < 0.05$.

Когнитивная эмпатия демонстрирует умеренную положительную связь с общим ЭИ и сильные связи с субшкалами. Аффективная эмпатия слабо положительно связана с общим и межличностным ЭИ, но имеет отрицательную тенденцию с внутриличностным ЭИ (незначимо на уровне $p < 0.05$).

Обсуждение

Полученные результаты подтверждают гипотезу о положительной связи когнитивной эмпатии с ЭИ, что согласуется с предыдущими исследованиями: когнитивная эмпатия способствует лучшей эмоциональной регуляции и пониманию эмоций. Слабая связь аффективной эмпатии с ЭИ и отрицательная

тенденция с внутриличностным компонентом указывают на возможные риски эмоционального перегорания в подростковом возрасте, когда аффективное сопереживание может мешать самоконтролю.

Ограничения: кросс-секционный дизайн не позволяет установить причинно-следственные связи; выборка ограничена одной географической областью. Будущие исследования могут включать лонгитюдный подход и сравнение с другими возрастными группами.

В заключение, развитие когнитивной эмпатии может быть ключевым для повышения ЭИ у старшеклассников, что важно для их социальной адаптации и академической успешности.

Заключение

Проведенное исследование выявило значимые связи между когнитивной и аффективной эмпатией и эмоциональным интеллектом у старшеклассников. Когнитивная эмпатия демонстрирует устойчивую положительную корреляцию с общим уровнем эмоционального интеллекта и его субшкалами (межличностным и внутриличностным), что подчеркивает ее важность для развития эмоциональных компетенций в подростковом возрасте. Аффективная эмпатия, напротив, имеет более слабую связь с общим эмоциональным интеллектом и показывает тенденцию к отрицательной корреляции с внутриличностным компонентом, что может указывать на потенциальные сложности в эмоциональной регуляции при высоком уровне эмоционального сопереживания.

Полученные данные подчеркивают необходимость целенаправленного развития когнитивной эмпатии в образовательных программах для старшеклассников, так как она способствует формированию навыков эмоционального интеллекта, важных для социальной адаптации, успешного взаимодействия и академических достижений. В то же время, аффективная эмпатия требует особого внимания, чтобы избежать эмоционального перегорания и поддержать баланс между сопереживанием и самоконтролем.

Список литературы

1. Tamborini R., Salomonson K., Bahk C. The status of empathy measurement. // Communication Research Reports. 1993. Vol. 10, № 1. P. 21–29.
2. Кочетова Ю.А. Эмоциональный интеллект старших подростков: монография. М.: МПГУ, 2021.
3. Кочетова Ю.А., Климакова М.В. Особенности эмоционального интеллекта у современной молодежи: монография. М.: МПГУ, 2020.
4. Малькина Е.Е. Эмоциональный интеллект старших подростков в контексте академической успешности. Дисс. ... канд. психол. наук. М., 2024.
5. Bosson J.K., Vandello J.A., Burnaford R.M., Weaver J., Wasti S.A. Precarious manhood and displays of toughness in men. // Journal of Personality and Social Psychology. 2009. Vol. 97, № 4. P. 666–681.
6. Кочетова Ю.А. Гендерные различия в эмоциональном интеллекте старших подростков // Вестник Московского государственного