

УДК 159.923.2

Соціальний інтелект як чинник психологічного благополуччя особистості

Г.С.Філоненко, Л. М. Яворовська  
anna\_hafizova@mail.ru

У даній статті розглядається соціальний інтелект як чинник психологічного благополуччя особистості. Представлені результати дослідження залежності показників психологічного благополуччя особистості від особливостей соціального інтелекту. Виявлено, що для гедоністичного аспекту психологічного благополуччя важливими чинниками виступають поведінковий та емоційний критерії соціального інтелекту, а для евдемоністичного аспекту психологічного благополуччя – поведінковий та когнітивний критерії соціального інтелекту.

Ключові слова: соціальний інтелект, психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, когнітивний, емоційний та поведінковий критерії соціального інтелекту.

В статье рассматривается социальный интеллект как фактор психологического благополучия личности. Представлены результаты исследования зависимости показателей психологического благополучия личности от особенностей социального интеллекта. Выявлено, что для гедонистического аспекта психологического благополучия значимыми факторами выступают поведенческий и эмоциональный критерии социального интеллекта, а для эвдемонистического аспекта психологического благополучия – поведенческий и когнитивный критерии социального интеллекта.

Ключевые слова: социальный интеллект, психологическое благополучие, субъективное благополучие, когнитивный, эмоциональный и поведенческий критерии социального интеллекта.

The paper deals with the problem of social intelligence as factor of personality's psychological well-being. The results of dependence research between social intelligence features and psychological well-being have been presented. It has been shown that the hedonistic aspect of psychological well-being depends on behavioral and emotional criteria of social intelligence; the eudemonic aspect of psychological well-being depends on behavioral and cognitive criteria of social intelligence.

Key words: social intelligence, psychological well-being, subjective well-being, cognitive, emotional and behavioral criteria of social intelligence.

Актуальність дослідження. На сучасному етапі становлення психології все більше уваги приділяється проблемі психологічного благополуччя особистості. Перші спроби визначити даний феномен відбувалися у рамках медичної моделі здоров'я, але, як вважає О. Є. Созонтов, тенденція позитивного визначення здоров'я зумовила новий підхід до проблеми психологічного благополуччя [8]. Дослідників все більше цікавили не тільки ті фактори, що збільшують рівень задоволеності життям, а й виявлення позитивних аспектів життя, що роблять його осмисленим і наповненим [3]. Позитивна психологія наголошує на необхідності перенесення акценту з негативних та проблемних аспектів існування на позитивні та сильні сторони [3]. Саме поняття психологічного благополуччя поєднує ступінь позитивного функціонування та рівень задоволеності собою й життям [9].

Актуальною темою сучасних досліджень виступає виявлення факторів, що зумовлюють високий рівень психологічного благополуччя. І. Voniwell вважає, що важливим чинником високого рівня психологічного благополуччя виступає наявність у особистості розвинутих соціальних зв'язків [1]. Саме соціальний інтелект обумовлює прогнозування розвитку міжособистісних ситуацій спілкування, інтерпретацію інформації та поведінки, готовність до соціальної взаємодії та прийняття рішень [2]. Отже, вважаємо за потрібне уточнити характер залежності психологічного благополуччя від соціального інтелекту як суб'єктно-особистісного конструкту, який визначає успішність соціальної взаємодії [6].

Об'єктом дослідження виступає психологічне благополуччя. Предметом є особливості соціального інтелекту як чинника психологічного благополуччя особистості. Мета роботи – дослідження соціального інтелекту як чинника психологічного благополуччя особистості. Реалізація поставленої мети передбачає виконання наступних задач: 1. аналіз підходів до визначення психологічного благополуччя та соціального інтелекту; 2. дослідження особливостей взаємозв'язку психологічного благополуччя з соціальним інтелектом; 3. розгляд соціального інтелекту як предиктора психологічного благополуччя особистості. Методи дослідження. Методиками дослідження психологічного благополуччя виступили: 1. Шкала задоволеності життям Е. Diener (адаптація Д. О. Леонтьєва); 2. Шкала суб'єктивного благополуччя G. Perrudet-Badoux (адаптація М. В. Соколової); 3. Методика «Шкали психологічного благополуччя С. Ryff» (адаптація Т. Д. Шевеленкової та П. П. Фесенко). Для виявлення особливостей соціального інтелекту були використані: 1. Субтести «Історії з завершенням» та «Вербальна експресія» «Методики діагностики соціального інтелекту особистості» J. P. Guilford та М. О'Sullivan (адаптація О. С. Михайлової-Альошиної); 2. Опитувальник «ЕмІн» Д. В. Люсіна; 3. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації С. R. Rogers та R. F. Dymond. Для статистичної обробки даних були використані кореляційний та регресійний аналізи (STATISTICA 6.1.478). У нашому дослідженні взяло участь 285 респонденти віком від 20 до 50 років.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Психологічне благополуччя досліджується у рамках

двох традицій. Гедоністичний підхід пов'язаний із досягненням щастя і визначає психологічне благополуччя з позиції отримання задоволення та уникнення негативних емоцій [15]. У структурі психологічного благополуччя N. Bradburn виділяє два компоненти: позитивний та негативний афект [11], E. Diener говорить про три компоненти: задоволеність життям, позитивний та негативний афект [12]. Отже, суб'єктивне благополуччя (гедоністичний компонент психологічного благополуччя) включає когнітивну оцінку задоволеності життям та домінування негативного чи позитивного афекту.

У рамках евдемоністичної традиції психологічне благополуччя досліджується з позиції повноцінної функціонування індивіда (A. S. Waterman, C. Ryff) [16]. C. Ryff визначає психологічне благополуччя як базовий суб'єктивний конструкт, що відображає сприйняття та оцінку свого функціонування по відношенню до вершини потенціалу можливостей людини [16]. До структури психологічного благополуччя автор включає позитивну оцінку себе і свого минулого життя, почуття подальшого зростання і розвитку як особистості, переконання, що життя людини є цілеспрямованим, успішні відносини з оточуючими, здатність керувати ефективно своїм життям і навколишнім середовищем та почуття самовизначення [16].

T. V. Kashdan, R. Biswas-Diener [13], R. Ryan, E. Deci [15], Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенком [9] розглядають психологічне благополуччя як комплексне явище, поєднуючи досягнення гедоністичного та евдемоністичного підходів, та визначають його як показник ступеня спрямованості людини на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування та ступеня реалізованості даної спрямованості, яка суб'єктивно виражається у домінуванні позитивного афекту, задоволеності собою та життям [9].

Отже, структура психологічного благополуччя має наступний вигляд. До складу гедоністичного аспекту входять емоційний компонент (баланс позитивного та негативного афекту, емоційний комфорт) та когнітивний компонент (задоволеність життям). Евдемоністичний аспект психологічного благополуччя включає компонент метапотреб (особистісний зріст), трансцендентний компонент (наявність життєвих цілей, осмисленість минулого та майбутнього), самооціночний компонент (прийняття себе), міжособистісний компонент (компетентність у стосунках із оточуючими).

Щодо поняття соціального інтелекту, то E. L. Thorndike визначив його як специфічну пізнавальну здібність, що забезпечує можливість розуміти людей (когнітивний компонент) і взаємодіяти з ними (поведінковий компонент) [17]. Далі поняття соціального інтелекту розроблювали G. W. Allport, F. A. Moss, T. Hunt, J. Wedeck. J. P. Guilford запропонував модель соціального інтелекту як системи інтелектуальних здібностей, поєднаних, насамперед, із пізнанням інформації. М. І. Бобнева, О. С. Михайлова [5], Ю. М. Ємельянов, А. Л. Южанінова [10] та ін. визначають соціальний інтелект як когнітивну складову комунікативних здібностей, що пов'язана із сферою можливостей суб'єкт-суб'єктного пізнання. На сьогоднішній день актуальною виступає тенденція розгляду соціального інтелекту як інтегрального явища, що обумовлює поєднання трьох критеріїв соціального інтелекту: когнітивного (соціальні знання, соціальна інтуїція, соціальне прогнозування), емоційного (соціальна виразність, співпереживання, здатність до саморегуляції), поведінкового (соціальне сприйняття, соціальна взаємодія, соціальна адаптація) (K. Kosmitzki, O. P. John [14], O. I. Савенков [7], Л. М. Яворовська, А. А. Мельник [4] та ін.).

Результати дослідження. Розглянемо характер взаємозв'язків показників психологічного благополуччя та соціального інтелекту (критерій Пірсона).

У дослідженні були отримані такі результати, які свідчать про наявність взаємозв'язку когнітивного, емоційного, поведінкового критеріїв соціального інтелекту з рівнем задоволеності життям і з емоційним комфортом (когнітивний та емоційний компонент суб'єктивного благополуччя) ( $p \leq 0,01$ ).

Зокрема, рівень задоволеності життям та емоційний комфорт як складові суб'єктивного благополуччя позитивно взаємопов'язані з критеріями соціального інтелекту, а саме зі здатністю до передбачення наслідків поведінки та до розуміння мовної експресії, здатністю до розуміння та управління власними емоціями та емоціями інших і високим рівнем соціально-психологічної адаптації. Крім того, як емоційний, так і когнітивний компоненти суб'єктивного благополуччя взаємопов'язані із прийняттям себе та інших, інтернальністю, емоційною комфортністю та прагненням до домінування. На нашу думку, саме завдяки високому рівню соціального інтелекту, що проявляється у можливості визначення індивідуальних ресурсів для досягнення результатів діяльності, у виявленні змісту міжособистісної взаємодії, у соціальному прогнозуванні, здатності до саморегуляції й до розуміння та управління емоціями інших, наявний високий рівень задоволеності життям та емоційного комфорту як компонентів гедоністичного благополуччя.

У ході дослідження були отримані дані, які свідчать про зв'язок когнітивного, емоційного та поведінкового критеріїв соціального інтелекту та компонентів евдемоністичного аспекту психологічного благополуччя особистості ( $p \leq 0,01$ ). Здатність до розуміння мовної експресії та чутливість до характеру і відтінків взаємовідносин між людьми, а також здатність до передбачення наслідків поведінки на основі аналізу реальних ситуацій спілкування пов'язані із високим рівнем психологічного благополуччя особистості як реалізації аспектів позитивного функціонування (позитивні стосунки із оточуючими, особистісний зріст, осмисленість життя, автономність, управління середою, самоприйняття).

На нашу думку, саме здатність до прогнозування вчинків інших людей на основі аналізу реальних ситуацій спілкування, можливість передбачення подій, ґрунтуючись на розумінні думок, намірів

учасників комунікації, вміння чітко будувати стратегію власної поведінки для досягнення поставлених цілей сприяє формуванню позитивних, емоційно близьких відносин, здатності протистояти тиску оточення, компетентності в управлінні середою, відсутності почуття внутрішньої стагнації, позитивному ставленню до себе та почуттю осмисленості життя як компонентів евдемоністичного благополуччя. Завдяки соціальній чутливості, розвинутому емоційному інтелекту, що проявляється у здатності виражати й розпізнавати емоції, описувати емоції й розуміти причини емоційного стану, а також здатності до управління емоціями як у себе, так і в інших людей, виникає основа для формування тривалих емоційно близьких відносин, орієнтації на пошук компромісів у взаємовідносинах, незалежності у думках та вчинках, почуття впевненості та компетентності в управлінні повсякденними справами, що сприяє реалізації власного потенціалу, позитивній оцінці себе й відчуттю емоційної насиченості життя у теперішній момент. Поведінковий критерій соціального інтелекту, який проявляється у соціальній адаптивності та здатності до ефективної соціальної взаємодії, обумовлює можливість для особистості створювати та підтримувати позитивні відносини з іншими, протистояти соціальному тиску в думках та вчинках, обирати та створювати умови, що задовольняють особистісним потребам та цінностям, сприймати та ефективно інтегрувати новий досвід, підтримувати позитивне ставлення до себе, що й позначається на високому рівні евдемоністичного благополуччя.

Для з'ясування залежності показників психологічного благополуччя від критеріїв соціального інтелекту був використаний множинний регресійний аналіз. Отримані в ході дослідження дані представлені у табл. 1.

Таблиця 1

Вплив особливостей соціального інтелекту на психологічне благополуччя ( $\beta$ -коефіцієнти)

Назва змінної		Аспекти психологічного благополуччя				
		Гедоністичний аспект		Евдемоністичний аспект		
		Суб'єктивне благополуччя				
		Емоційний дискомфорт	Задоволеність життям			
Критерії соціального інтелекту	Когнітивний	здатність до прогнозування наслідків поведінки			0,225*	
	Емоційний	внутрішньо-особистісний емоційний інтелект	-0,240*			
		міжособистісний емоційний інтелект				
	Поведінковий	соціально-психологічна адаптація	-0,460*		0,566*	

Примітка: \* $p \leq 0,01$ .

На основі результатів множинної лінійної регресії можна зробити висновок про те, що ключові аспекти психологічного благополуччя пов'язані із когнітивним, емоційним та поведінковим критеріями соціального інтелекту, які за допомогою лінійних рівнянь дозволяють пояснити від 37 до 50% дисперсії складових психологічного благополуччя.

Поведінковий та емоційний критерії соціального інтелекту виступають найсуттєвішими чинниками емоційного комфорту як складової суб'єктивного благополуччя (гедоністичного аспекту психологічного благополуччя). Тобто, здатність до розуміння та управління власними емоціями та соціально-психологічна адаптація обумовлюють високі показники емоційного комфорту та благополуччя особистості. Дійсно, завдяки розвинутій здатності до ідентифікації емоцій та до збереження чи зміни свого емоційного стану, а також здатності до ефективної міжособистісної взаємодії, формується високий рівень емоційного комфорту та домінування позитивного афекту над негативним, що проявляється у суб'єктивному благополуччі.

Поведінковий та когнітивний критерії соціального інтелекту виступають найсуттєвішими чинниками евдемоністичного аспекту психологічного благополуччя особистості. Здатність передбачати наслідки поведінки, прогнозувати події та вчинки інших на основі аналізу ситуацій спілкування, розуміння мотивів, намірів учасників комунікації, уміння взаємодіяти з іншими, відкритість у стосунках з оточенням, здатність й готовність працювати спільно обумовлюють високий рівень психологічного благополуччя особистості як реалізації аспектів позитивного функціонування, що проявляється у можливості встановлювати та підтримувати позитивні стосунки з оточуючими, осмисленості життя, у формуванні компетентності в управлінні середою, здатності протистояти суспільному впливу, активній реалізації власного потенціалу та ін.

Отже, когнітивний, поведінковий та емоційний критерії соціального інтелекту виступають вагомими чинниками психологічного благополуччя.

Висновки. На основі проведеного дослідження ми прийшли до наступних результатів.

1. Психологічне благополуччя можна визначити як показник ступеня спрямованості на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування та ступеня реалізованості даної спрямованості, яка суб'єктивно виражається у емоційному комфорті, задоволеності собою та життям. Структура психологічного благополуччя включає дві складові – гедоністичний аспект (баланс позитивного та негативного афекту, емоційний комфорт, задоволеність життям) та евдемоністичний аспект, до якого входять компонент метапотреб (особистісний зріст), трансцендентний компонент (наявність життєвих цілей, осмисленість минулого та майбутнього), самооціночний компонент (прийняття себе), міжособистісний компонент (компетентність у стосунках із оточуючими).

2. Соціальний інтелект виступає як суб'єктно-особистісний конструкт, що визначає успішність соціальної взаємодії, обумовлює прогнозування розвитку міжособистісних ситуацій спілкування, інтерпретацію інформації та поведінки, готовність до соціальної взаємодії та прийняття рішень. Структура соціального інтелекту представлена як єдність трьох критеріїв: когнітивного (здатність до прогнозування наслідків поведінки та до розуміння вербальної експресії), емоційного (здатність до розуміння та управління чужими й власними емоціями) та поведінкового (соціально-психологічна адаптація).

3. У ході дослідження було виявлено зв'язок між гедоністичним (задоволеність життям та емоційний комфорт) й евдемоністичним аспектами психологічного благополуччя (ступінь реалізації компонентів позитивного психологічного функціонування) та соціальним інтелектом як здатністю до розуміння вербальної експресії та прогнозування поведінки (когнітивний критерій), здатністю до розуміння та управління чужими й власними емоціями (емоційний критерій), а також соціально-психологічною адаптацією (поведінковий критерій соціального інтелекту).

4. Доведена залежність показників психологічного благополуччя від особливостей соціального інтелекту. Зокрема, для гедоністичного аспекту психологічного благополуччя важливими чинниками виступає соціально-психологічна адаптація та емоційний інтелект; для евдемоністичного аспекту психологічного благополуччя – соціально-психологічна адаптація та здатність до прогнозування наслідків поведінки.

У якості перспективи подальшого дослідження планується виявлення вікових особливостей взаємозв'язку соціального інтелекту та психологічного благополуччя особистості.

#### Література:

1. Бонивелл И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология / И. Бонивелл. – М.: Время, 2009. – 192 с.
2. Куницына В. Н. Межличностное общение / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – СПб.: Питер, 2002. – 544 с.
3. Леонтьев Д. А. Первая международная конференция по позитивной психологии [Электронный ресурс] / Д. А. Леонтьев. – Режим доступа: [http://positivepsychology.ru/history/first\\_conference.htm](http://positivepsychology.ru/history/first_conference.htm)
4. Мельник А. А. Развитие социального интеллекта детей школьного возраста: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / А. А. Мельник. – Харків, 2012. – 17 с.
5. Михайлова Е. С. Тест Дж. Гилфорда и М. Салливена: диагностика социального интеллекта. Метод. руководство / Е. С. Михайлова. – СПб.: Имагон, 2001. – 55 с.
6. Руденко С. В. Социальный интеллект как фактор успешности педагогической деятельности: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / С. В. Руденко. – Київ, 2008. – 22 с.
7. Савенков А. И. Секреты жизненного успеха / А. И. Савенков // Директор школы. – 2004. – № 10. – С. 69-76.
8. Созонтов А. Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А. Е. Созонтов // Вопросы психологии. – 2006. – № 4. – С. 105-114.
9. Шевеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – №3. – С. 95-129.
10. Южанинова А. Л. К проблеме диагностики социального интеллекта / А. Л. Южанинова // Проблемы оценивания в психологии. – Саратов, 1984. – С. 63-67.
11. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-being / N. Bradburn. – Chicago: Aldine, – 1969. – 318 p.
12. Diener E. The science of well-being: the collected works / E. Diener. – New York: Springer. – 274 p.
13. Kashdan T. B. Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia / T. B. Kashdan, R. Biswas-Diener, L. A. King // Journal of Positive Psychology. – 2008. – Vol. 3 – P. 219-233.
14. Kosmitzki C. The implicit use of explicit conceptions of social intelligence / C. Kosmitzki, O. P. John // Personality and Individual Differences. – 1993. – Vol. 15. – P. 11-23.
15. Ryan R. M. On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudemonic Well-Being / R. M. Ryan, E. L. Deci // Annual Reviews Psychol. – 2001. – Vol. 52. – P.141-166.
16. Ryff C. The Structure of Psychological Well-Being Revisited / C. Ryff // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – № 4. – P. 719-727.
17. Thorndike E. L. Intelligence and its use / E. L. Thorndike // Harper's Magazine. – 1920. – № 140. – P. 227-235.

## Література:

1. Bonivell I. Kljuchi k blagopoluchiju: Chto mozhet pozitivnaja psihologija / I. Bonivell. – M.: Vremja, 2009. – 192 s.
2. Kunicyna V. N. Mezhlichnostnoe obshhenie / V. N. Kunicyna, N. V. Kazarinova, V. M. Pogol'sha. – SPb.: Piter, 2002. – 544 s.
3. Leont'ev D. A. Pervaja mezhdunarodnaja konferencija po pozitivnoj psihologii [Jelektronnyj resurs] / D. A. Leont'ev. – Rezhim dostupa: [http://positivepsychology.ru/history/first\\_conference.htm](http://positivepsychology.ru/history/first_conference.htm)
4. Mel'nik A. A. Rozvitok social'nogo intelektu ditej shkil'nogo viku: avtoref. dis. na zdobuttja nauk. stupenja kand. psihol. nauk : spec. 19.00.07 «Pedagogichna ta vikova psihologija» / A. A. Mel'nik. – Harkiv, 2012. – 17 s.
5. Mihajlova E. S. Test Dzh. Gilforda i M. Sallivena: diagnostika social'nogo intelektu. Metod. rukovodstvo / E. S. Mihajlova. – SPb.: Imaton, 2001. – 55 s.
6. Rudenko S. V. Social'nij intelekt jak faktor uspishnosti pedagogichnoї dijāl'nosti: avtoref. dis. na zdobuttja nauk. stupenja kand. psihol. nauk : spec. 19.00.01 «Zagal'na psihologija, istorija psihologii» / S. V. Rudenko. – Kiiv, 2008. – 22 s.
7. Savenkov A. I. Sekrety zhiznennogo uspeha / A. I. Savenkov // Direktor shkoly. – 2004. – № 10. – S. 69-76.
8. Sozontov A. E. Gedonisticheskij i jevdemonisticheskij podhody k probleme psihologicheskogo blagopoluchija / A. E. Sozontov // Voprosy psihologii. – 2006. – № 4. – S. 105-114.
9. Shevelenkova T. D. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti / T. D. Shevelenkova, P. P. Fesenko // Psihologicheskaja diagnostika. – 2005. – №3. – S. 95-129.
10. Juzhaninova A. L. K probleme diagnostiki social'nogo intelektu / A. L. Juzhaninova // Problemy ocenivanja v psihologii. – Saratov, 1984. – S. 63-67.
11. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-being / N. Bradburn. – Chicago: Aldine, – 1969. – 318 p.
12. Diener E. The science of well-being: the collected works / E. Diener. – New York: Springer. – 274 p.
13. Kashdan T. B. Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia / T. B. Kashdan, R. Biswas-Diener, L. A. King // Journal of Positive Psychology. – 2008. – Vol. 3 – P. 219-233.
14. Kosmitzki C. The implicit use of explicit conceptions of social intelligence / C. Kosmitzki, O. P. John // Personality and Individual Differences. – 1993. – Vol. 15. – P. 11-23.
15. Ryan R. M. On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudemonic Well-Being / R. M. Ryan, E. L. Deci // Annual Reviews Psychol. – 2001. – Vol. 52. – P.141-166.
16. Ryff C. The Structure of Psychological Well-Being Revisited / C. Ryff // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – № 4. – P. 719-727.
17. Thorndike E. L. Intelligence and its use / E. L. Thorndike // Harper's Magazine. – 1920. – № 140. – P. 227-235.