УДК 159.922

Т. Е. Яценко¹, кандидат психологических наук, доцент,
А. В. Милодовская²

¹Учреждение образования «Барановичский государственный университет», ул. Войкова, 21,
225404 Барановичи, Республика Беларусь, t.e.yatsenko@mail.ru

²Государственное учреждение дошкольного образования «Детский сад № 3 г. Дзержинска», ул. Кирова, 6,
222712 Дзержинск, Республика Беларусь

ХАРАКТЕРИСТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ МАЛЬЧИКОВ-ПОДРОСТКОВ, ИСПОЛНЯЮЩИХ РАЗЛИЧНЫЕ РОЛИ В БУЛЛИНГЕ

В статье актуализирована проблема сохранения буллинг-процессов в подростковой среде вследствие низкого уровня развития эмоционального интеллекта и ориентации подростков на неэффективные стратегии регуляции эмоций. Описаны психологические механизмы влияния навыков понимания и управления подростками эмоциями на занятие ими одной из позиций в буллинге (преследователь, помощник преследователя, жертва, защитник жертвы, наблюдатель). Представлены эмпирически установленные структурно-содержательные характеристики внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта, когнитивных стратегий регуляции эмоций мальчиков-подростков в зависимости от привычной для них роли в буллинге. Отражены выявленные в исследовании инвариантные и вариативные характеристики эмоциональной саморегуляции и эмоционального интеллекта мальчиков-подростков, являющихся жертвами разных видов буллинга (жертвы социального исключения, отвержения статусными фигурами, отвержения в диадных отношениях и пр.), а также мальчиков-подростков, прибегающих к разным видам виктимизации сверстников (прямой, косвенный, физический, психологический буллинг и пр.).

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; стратегии эмоциональной саморегуляции; буллинг; подростковый возраст; жертва; преследователь; защитник жертвы; наблюдатель.

Табл. 5. Библиогр.: 14 назв.

T. E. Yatsenko¹, Ph. D. in Psychology, Associate Professor,
A. V. Milodovskaya²

¹Institution of Education "Baranavichy State University", 21 Voykova Str.,
225404 Baranavichy, the Republic of Belarus, t.e.yatsenko@mail.ru

²State Institution of Preschool Education "Kindergarten No 3, Dzerzhinsk", 6 Kirova Str.,
222712 Dzerzhinsk, the Republic of Belarus

EMOTIONAL INTELLIGENCE CHARACTERISTICS AND EMOTIONAL SELF-REGULATION OF TEENAGE BOYS PLAYING VARIOUS ROLES IN BULLYING

The article actualizes the problem of the persistence of bullying processes in the teenage environment due to the low level of emotional intelligence development and the orientation of teenagers to ineffective strategies of emotion regulation. The psychological mechanisms of the skills influence of understanding and managing teenagers' emotions on their occupation of one of the positions in bullying (persecutor, assistant to the persecutor, victim, defender of the victim, observer) are described. The empirically established structural and substantive characteristics of intrapersonal and interpersonal emotional intelligence, cognitive strategies of emotion regulation of teenage boys depending on their usual role in bullying are presented. The invariant and variable characteristics of emotional self-regulation and emotional intelligence of adolescent boys who are victims of different types of bullying (victims of social exclusion, rejection by status figures, rejection in dyadic relationships, etc.), as well as adolescent boys who resort to different types of peer victimization (direct, indirect, physical, psychological bullying, etc.) are reflected in the study.

Key words: emotional intelligence; emotional self-regulation strategies; bullying; adolescence; victim; persecutor; victim advocate; observer.

Table 5. Ref.: 14 titles.

Введение. В подростковом возрасте максимально высокий риск проявления буллинг-процессов в классе, поскольку для подростков приоритетную роль в самоутверждении

и признании их значимости начинают играть сверстники, а буллинг, являясь социальным феноменом, может рассматриваться ими как девиантная стратегия занятия лидерской позиции в классе, легкий способ демонстрации своей физической и психологической силы при самоутверждении за счет более слабых и личностно уязвимых сверстников. Повышенная эмоциональность подростков, трудности совладания с отрицательными эмоциями могут эскалировать ситуацию буллинга, как и неумение прогнозировать эмоциональные реакции сверстников, что, безусловно, требует развития эмоционального интеллекта подростков.

Актуальность изучения данного феномена обусловлена тем, что эмоциональный интеллект представляет собой важное новообразование подросткового возраста, влияющее на эффективность межличностных коммуникаций подростков [1]. Развитый эмоциональный интеллект помогает сформировать умения эмоциональной саморегуляции, умения совладать со стрессовыми ситуациями, умение выстраивать взаимодействие в конструктивном ключе [2], помогает лучше идентифицировать и понимать свои и чужие эмоции, их причины, адекватно их выражать и контролировать степень интенсивности эмоций, использовать эмоции как механизм достижения взаимопонимания [3; 4].

Подростковый возраст является периодом становления эмоциональной культуры личности, основой которой является эмоциональная саморегуляция [5].

Проблема буллинга исследуется современными белорусскими учёными: изучаются возрастные и личностные детерминаты буллинга, влияние детско-родительских отношений на буллинг-процессы (И. А. Фурманов, Н. В. Кухтова и др.). Однако эмоциональный интеллект и эмоциональная саморегуляция как предикторы предупреждения или успешного совладания с буллингом не получили детального освещения в научных психологических исследованиях.

Методология и методы исследования. Методология исследования:

– двухкомпонентная теория эмоционального интеллекта Д. В. Люсина, согласно которой эмоциональный интеллект включает внутриличностный и межличностный эмоциональный интеллект, различающиеся вектором направленности понимания и управления эмоциями (своими или чужими) [6, с. 32]. Д. В. Люсин обращает внимание на то, что эмоциональный интеллект зависит не только от когнитивных способностей, но и от направленности личности (интерес к эмоциональному миру своему и других людей, признание ценности переживаний);

– теория эмоционального интеллекта Н. Холла, в русле которой эмоциональный интеллект трактуется как способность понимать отношения, выражаемые в эмоциях, и управлять эмоциональными проявлениями на основе принимаемых решений [7];

– теория когнитивной регуляции эмоций Н. Гранефски и В. Крайга, в соответствии с которой регуляция негативных эмоций и эмоциональных переживаний, возникающих как в текущей стрессовой ситуации (в нашем случае — ситуации буллинга), так и после нее, реализуется с помощью познавательных процессов [8];

– теория регуляции эмоций Дж. Гросса, согласно которой выбор стратегии регуляции эмоций зависит от временного континуума развертывания события [9]. Соответственно, стратегии регуляции эмоций на этапе, предшествующем возникновению эмоциональной реакции (когнитивная переоценка), не идентичны стратегиям регуляции возникшей эмоциональной реакции в качестве ответа на внешнее воздействие (подавление экспрессии). При этом объектом регуляции выступают переживаемые эмоции, ситуации, в которых эти эмоции возникают, способы их выражения;

– системный подход к рассмотрению буллинга Д. Олвеуса, согласно которому буллинг представляет собой деструктивное поведение одного человека или группы людей по отношению к другому человеку, наносящее ему вред и характеризующееся целенаправленностью, повторяемостью и систематичностью, явным преимуществом агрессора над жертвой ввиду неравенства физических и психологических сил и, как следствие, отсутствием возможности у жертвы защитить себя [10]. Дэн Олвеус впервые описал роли обучающихся в ситуации

травли и назвал эту схему «Круг буллинга»: жертва, буллер, последователь, сторонники, пассивные сторонники, безразличные наблюдатели, пассивные защитники, активные защитники.

Методы исследования: тестирование, статистические методы (корреляционный анализ данных (коэффициент корреляции Пирсона)).

Методики исследования: «Тест эмоционального интеллекта» (Д. В. Люсин); «Методика определения эмоционального интеллекта» (Н. Холл, представлена Е. П. Ильиным); «Когнитивная регуляция эмоций» (Н. Гранефски и В. Крайг в адаптации О. Л. Писаревой, А. Гриценко); «Опросник регуляции эмоций» (Дж. Гросс и О. Джон в адаптации А. А. Панкратовой и Д. С. Кориенко); «Методика на выявление «буллинг-структуры»» (Е. Г. Норкина); «Буллинг» (Д. Олвеус в адаптации Е. В. Бушиной, А. М. Муминовой); «Переживание социального исключения» (Г. В. Семенова, С. А. Векилова, О. В. Рудыхина); «Опросник киберагрессии» (А. А. Шаров); «Тип ролевой виктимности» (М. А. Одинцова, Н. П. Радчикова).

Результаты исследования и их обсуждение. На основе обобщения дефиниций отечественных и зарубежных ученых, занимающихся проблематикой эмоционального интеллекта, И. Н. Андреева предлагает рассматривать эмоциональный интеллект как «совокупность умственных способностей к пониманию эмоций и управлению ими, а также компетенций, связанных с обработкой и преобразованием эмоциональной информации» [11, с. 51]. При этом ученая обращает внимание на то, что эмоциональный интеллект является умственной способностью, включающей эмоциональную перцепцию, понимание эмоций и управление эмоциями [11, с. 15].

Учеными констатируется защитная функция эмоционального интеллекта. Он рассматривается как протективный фактор к риску суицидального поведения [12; 13], что значимо при рассмотрении проблемы совладания с ситуациями буллинга подростками-жертвами, склонными к катастрофизации ситуации, сверхобобщениям, выученной беспомощности, пессимистическому стилю мышления и самостигматизации.

Эмоциональная саморегуляция выступает составляющей эмоционального интеллекта. Ученые (Д. В. Люсин, Н. Холл и др.) не оперируют самим термином «эмоциональная саморегуляция», описывая структуру эмоционального интеллекта, однако выделяют в его составе управление своими эмоциями в аспекте эмоциональной отходчивости и гибкости в ответ на внешние стимулы, а также произвольное управление своими эмоциями, что соответствует содержанию эмоциональной саморегуляции. Эмоциональная саморегуляция трактуется преимущественно как осознанный и преднамеренный процесс «инициирования, торможения и/или изменения эмоционального состояния служащего для достижения биологической или социальной адаптации (связанной с воздействием) или достижения индивидуальных целей» [14]. Причем имеет место временная протяженность эмоциональной саморегуляции: как в момент возникновения инцидента, требующего эмоциональной реакции человека, на протяжении ситуации эмоционального реагирования и после завершения ситуации.

Эмоциональные реакции жертвы как до самой ситуации травли, так и в процессе ее и после самого инцидента могут выступать триггером буллинга. Неумение распознавать эмоциональные реакции и переживания жертвы, а также неумение совладать со своими эмоциями могут выступать факторами пассивной позиции наблюдателей в буллинге и снижать их готовность перейти в позицию защитника жертвы. Кроме того, неумение регулировать свои негативные эмоции может приводить к стремлению подростка-буллера найти безопасный объект, на который может быть переориентирована агрессивная реакция, чтобы посредством такой реакции замещения в символической форме возместить потери, вызванные ситуацией фрустрации потребности в уважении и принятии в буллинге.

В целях выявления вариативных и инвариантных характеристик эмоционального интеллекта и эмоциональной саморегуляции подростков, занимающих различное место в буллинг-структуре, нами было проведено исследование на базе учреждений общего среднего образования г. Барановичи. Выборку исследования составили 100 подростков (50 девочек и 50 мальчиков) в возрасте 12—14 лет.

Характеристики эмоционального интеллекта и эмоциональной саморегуляции мальчиков, являющихся жертвами буллинга, представлены в таблице 1.

Мальчики-подростки, имеющие опыт переживания буллинга в школьной среде, в отличие от мальчиков-подростков, испытавших отвержение в диадных отношениях, со стороны статусных фигур и социальное исключение в целом, не имеют устойчиво предпочитаемых когнитивных стратегий регуляции эмоций. Показательно, что чем чаще они оказываются в статусе жертвы школьной травли, тем меньше они пытаются регулировать возникающие страх, тревогу, разочарование, обиду, чувство беспомощности и безысходности с помощью когнитивной переоценки ситуации, т. е. изменения своего отношения к ситуации (восприятие ее как незначимой, не влияющей на модификацию представлений о себе в деструктивном направлении, или как опыта, полезного для выстраивания отношений в будущем, хоть и травматичного). При этом только у части мальчиков отмечается в низкой степени ориентация на внутреннюю отстраненность от осмысления травмирующей ситуации буллинга посредством переключения внимания на мысли или воспоминания о приятных событиях, а также на активацию эмоционально-фокусированных мыслей, связанных с поиском причин произошедшего в собственной личности и поведении.

Т а б л и ц а 1. — Результаты вычисления коэффициента корреляции Пирсона между склонностью становиться жертвой и развитием эмоционального интеллекта, эмоциональной саморегуляции

Вид жертвы	ВЭИ	МЭИ	ЭС	ЭИ
Жертва школьной травли	Низкий уровень умения управлять эмоциями ($r = -0,22$; $p = 0,1$)	—	Редкое применение стратегии «когнитивная переоценка» ($r = -0,29$; $p = 0,04$). Тенденция к редкому применению стратегий «позитивная перефокусировка» ($r = -0,26$; $p = 0,06$), «самообвинение» ($r = -0,22$; $p = 0,1$)	—
Жертва отвержения в диаде	Низкий уровень ВЭИ ($r = -0,30$; $p = 0,04$), умения контролировать экспрессию ($r = -0,33$; $p = 0,02$)	—	Частое обращение к стратегии «самообвинение» ($r = 0,44$; $p = 0,001$), «руминация» ($r = 0,32$; $p = 0,03$), «рассмотрение в перспективе» ($r = 0,33$; $p = 0,02$). Тенденция к применению стратегий «фокусировка на планирование» ($r = 0,25$; $p = 0,08$), «катастрофизация» ($r = 0,23$; $p = 0,1$), «обвинение других» ($r = 0,22$; $p = 0,1$)	Низкий уровень умения управлять эмоциями ($r = -0,25$; $p = 0,08$)
Жертва исключения со стороны статусных фигур	Тенденция к низкому уровню понимания своих эмоций ($r = -0,24$; $p = 0,09$), ВЭИ ($r = -0,24$; $p = 0,09$)	—	Частое применение стратегии «принятие» ($r = 0,28$; $p = 0,05$)	—
Жертва социального отвержения и социального исключения	Тенденция к низкому уровню управления своей экспрессией ($r = -0,27$; $p = 0,06$). Низкий уровень ВЭИ ($r = -0,29$; $p = 0,04$)	—	Частое применение стратегии «самообвинение» ($r = 0,31$; $p = 0,03$)	Тенденция к низкому уровню умения управлять эмоциями ($r = -0,26$; $p = 0,07$) и ЭИ ($r = -0,34$; $p = 0,02$)

Примечание — здесь и далее в таблицах ВЭИ — внутриличностный эмоциональный интеллект; МЭИ — межличностный эмоциональный интеллект; ЭС — эмоциональная саморегуляция; ЭИ — эмоциональный интеллект.

Вне зависимости от масштаба социального отвержения и исключения (в диаде, со стороны статусных фигур, социальное исключение в целом, включая близких людей) мальчики-подростки обладают низким уровнем развития внутриличностного эмоционального интеллекта, т. е. способности к пониманию собственных эмоций и управления ими. Показательно, что основным фактором низкого уровня внутриличностного эмоционального интеллекта у мальчиков, испытывавших на себе микроагрессивное поведение сверстников и взрослых, депривирующее их потребность быть включенным в значимые диадические дружеские и доверительные межличностные отношения, выступает низкий уровень умения контролировать экспрессию, т. е. неумение сдерживать озвучивание необдуманных суждений, возникших спонтанно под влиянием негативной эмоции, регулировать интенсивность выражения возникающих негативных эмоций. Низкий уровень эмоционального интеллекта мальчиков, переживающих отвергнутость и обесценивание со стороны значимых взрослых, обладающих социальным статусом и авторитетом, связан главным образом с низким уровнем развития умения понимать свои эмоции (осознание причин, их вызывающих, идентификация вида эмоции, различение оттенков эмоций и пр.). Как следствие, они могут не осознавать, что разочарование, раздражение или обида вызваны поведением статусных взрослых.

Не выявлены показатели межличностного эмоционального интеллекта, устойчиво проявляющиеся у мальчиков, являющихся жертвами школьной травли или социального исключения, что может свидетельствовать о том, что фокус внимания данной категории подростков смещен в большей степени на свои переживания и эмоциональное состояние при отсутствии интереса к эмоциональным проявлениям партнеров по коммуникации, эмоции которых не рассматриваются как источник информации, позволяющей своевременно скорректировать свое поведение, чтобы предупредить ситуации буллинга. У жертв социального исключения, проявляющегося в форме прерывания общения контакта, бойкота, игнорирования, пренебрежения, отмечается низкий уровень эмоционального интеллекта в целом, вызванного в основном неумением управлять эмоциями своими и чужими, т. е. переориентировать окружающих на позитивный эмоциональный фон и демонстрацию позитивных эмоций.

В зависимости от степени сформированности рентных установок на виктимное поведение подростки жертвы буллинга могут быть дифференцированы на аутовиктимных, осознавших преимущества от нахождения в позиции жертвы (снисхождение, оправдание своих ошибок сниженным эмоциональным фоном вследствие социального непринятия, перекладывание ответственности за свою жизнь, получение необоснованной помощи, сочувствия и пр.) и виктимных, исполняющих роль жертвы вследствие их стигматизации, переживающих дискомфорт от нахождения в позиции жертвы (таблица 2).

Т а б л и ц а 2. — Результаты вычисления коэффициента корреляции Пирсона между склонностью исполнять игровую/социальную роль жертвы и развитием эмоционального интеллекта, эмоциональной саморегуляции

Вид жертвы	ВЭИ	МЭИ	ЭС	ЭИ
Аутовиктимная (игровая роль жертвы)	Низкий уровень ВЭИ ($r = -0,34$; $p = 0,02$), контроля экспрессии ($r = -0,38$; $p = 0,01$), понимания эмоций ($r = -0,26$; $p = 0,07$)	Низкий уровень МЭИ ($r = -0,27$; $p = 0,05$), развития умения управлять чужими эмоциями ($r = -0,24$; $p = 0,09$)	Стратегия «принятие» ($r = 0,30$; $p = 0,03$). Тенденция к частому использованию стратегии «обвинение других» ($r = 0,30$; $p = 0,1$)	Низкий уровень ЭИ ($r = -0,36$; $p = 0,01$), умения понимать эмоции ($r = -0,29$; $p = 0,04$), управлять эмоциями
Виктимная (социальная роль жертвы)	Низкий уровень ВЭИ ($r = -0,34$; $p = 0,01$), умения управлять экспрессией ($r = -0,38$; $p = 0,01$)	Низкий уровень МЭИ ($r = -0,29$; $p = 0,04$) тенденция к низкому уровню понимания эмоций ($r = -0,25$; $p = 0,08$), управления эмоциями ($r = -0,26$; $p = 0,08$)	—	Низкий уровень ЭИ ($r = -0,37$; $p = 0,01$), умения понимать эмоции ($r = -0,30$; $p = 0,03$), управлять эмоциями ($r = -0,36$; $p = 0,01$)

Как аутовиктимные, так и виктимные подростки обладают низким уровнем развития эмоционального интеллекта, а также его видов. Однако выявлены некоторые различия: аутовиктимные жертвы испытывают сложности в понимании своих эмоций, а виктимные жертвы-подростки — в понимании эмоций других людей, т. е. им сложно определить эмоциональный фон собеседника по невербальным сигналам, понять, какие эмоции скрывает собеседник, прогнозировать возможные эмоциональные реакции и определять причины эмоциональных реакций других людей, адресованных им. Можно полагать, что когнитивные усилия аутовиктимных мальчиков нацелены на получение детальной информации об эмоциональном состоянии партнера по коммуникации и его склонности испытывать те или иные эмоции в конкретном типе ситуаций с тем, чтобы манипулировать им в последующем. Однако получаемое аутовиктимными подростками знание об эмоциональных характеристиках личности других людей либо является недостоверным, либо неверно применяется во взаимодействии, так как данная категория мальчиков испытывает сложности в управлении эмоциями других людей, им трудно добиваться от них желаемой эмоциональной реакции.

Виктимные мальчики, страдающие от навязывания им роли жертвы в межличностных отношениях, пренебрежительного и оскорбительного отношения, сконцентрированы на дифференциации своих эмоций, осознании причин своих переживаний. Возможно, погруженность в свой внутренний мир является свидетельством попытки мальчиков совладать с негативными эмоциональными переживаниями (отчаяние, беспомощность и пр.). Однако у них не сформирован репертуар когнитивных стратегий регуляции эмоций, позволяющий решать данную задачу.

Аутовиктимные мальчики для контроля и регуляции своих эмоций, реализуемых на низком уровне эффективности, используют стратегию принятия произошедших инцидентов виктимизации и обвинения других людей в переживаемом ими эмоциональном дискомфорте, что не мотивирует их на развитие эмоционального интеллекта и поиск способов предупреждения буллинга посредством прогнозирования и коррекции своей эмоциональной экспрессии.

Мальчики, переживающие прямую виктимизацию (открытая демонстрация сверстниками неприятия, выражающегося в нанесении телесных повреждений, запугивании, публичном унижении), в большинстве своем демонстрируют низкий уровень развития внутриличностного эмоционального интеллекта, т. е. им сложно рефлексировать свои переживания в ситуации буллинга и после нее, они не отличаются высокой чувствительностью к себе. При этом наблюдается диссонанс между стремлением подростков подавлять экспрессию, т. е. внешнее выражение эмоциональных реакций, отражающих обиду, злость, разочарование, отчаяние, применяя соответствующую стратегию когнитивной регуляции эмоций, и низким уровнем развития умения контролировать экспрессию. Учитывая предпочитаемые подростками когнитивные стратегии регуляции эмоций, можно констатировать, что подростки могут демонстрировать в высокой степени интенсивности эмоции, вызванные убежденностью в том, что виктимизация, пережитая ими, более травматична, чем идентичный опыт других сверстников (стратегия «катастрофизация»), и негативные эмоции, адресованные другим людям (сверстникам, не защитившим их, взрослым, проявляющим попытку формирования оптимистичного взгляда на возможность разрешения ситуации, и др.) (стратегия «обвинение других») наряду с уклонением от осмысления причин возникновения собственных эмоциональных реакций, их влияния на восприятие и интерпретацию действительности и самого себя (таблица 3).

Мальчики, являющиеся жертвами косвенной виктимизации (проявление неприятия через уклонение от общения, дистанцирование, дискредитацию в форме слухов), отличаются преимущественно низким уровнем не только внутриличностного, но и межличностного эмоционального интеллекта. Им сложно прогнозировать эмоциональные реакции других людей, понимать их детерминанты, виктимизирующие реакции других людей, интерпретировать их поступки как намеренно направленные на причинение психологической боли. Однако чем чаще они оказываются в ситуациях косвенного буллинга, тем реже они применяют стратегию «когнитивная переоценка», сопряженную с попыткой найти рациональное конструктивное обоснование причин неуважительного отношения со стороны сверстников (плохое самочувствие, неудачный день и пр.), и таким образом сохранить оптимизм, уверенность в позитивном исходе ситуации.

Т а б л и ц а 3. — Результаты вычисления коэффициента корреляции Пирсона между склонностью быть жертвой виктимизации и развитием эмоционального интеллекта, эмоциональной саморегуляции

Жертвы в зависимости от вида переживаемой виктимизации	ВЭИ	МЭИ	ЭС	ЭИ
Жертвы прямой виктимизации	Тенденция к низкому уровню понимания своих эмоций ($r = -0,23$; $p = 0,1$), контроля своей экспрессии ($r = -0,23$; $p = 0,1$), ВЭИ ($r = -0,27$; $p = 0,06$)	—	Тенденция к частному применению стратегий «катастрофизация» ($r = 0,21$; $p = 0,1$), «обвинение других» ($r = 0,25$; $p = 0,08$), «подавление экспрессии» ($r = 0,22$; $p = 0,1$)	—
Жертвы косвенной виктимизации	Низкий уровень ВЭИ ($r = -0,46$; $p = 0,001$), понимания своих эмоций ($r = -0,31$; $p = 0,037$), контроля своей экспрессии ($r = -0,46$; $p = 0,001$). Тенденция к низкому уровню управления своими эмоциями ($r = -0,24$; $p = 0,09$)	Тенденция к низкому уровню МЭИ ($r = -0,26$; $p = 0,07$), понимания эмоций других людей ($r = -0,25$; $p = 0,08$)	Тенденция к редкому применению стратегии «когнитивная переоценка» ($r = -0,23$; $p = 0,1$)	Низкий уровень ЭИ ($r = -0,39$; $p = 0,01$), понимание эмоций ($r = -0,33$; $p = 0,02$), управления эмоциями ($r = -0,37$; $p = 0,01$)

Характеристики эмоционального интеллекта и эмоциональной саморегуляции мальчиков, являющихся преследователями в буллинге, представлены в таблице 4.

Среди инициаторов буллинга встречаются мальчики, обладающие как высоким, так и низким уровнем развития внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта. Однако среди инициаторов прямого буллинга большее количество мальчиков с низким уровнем эмоционального интеллекта по сравнению с инициаторами косвенного буллинга. Вне зависимости от вида буллинга (прямой/косвенный), на который ориентированы подростки, у них отмечается приверженность такой стратегии когнитивной регуляции эмоций, как принятие случившегося, не требующей активации эмоции стыда или чувства вины. Приверженность стратегии регуляции эмоций «катастрофизация» позволяет инициаторам прямого буллинга отрицать собственную жестокость в обращении со сверстниками, так как они склонны считать, что переживаемые ими события жизни, отношение к ним являются более негативно окрашенными и ужасающими, чем переживания других людей.

Инициаторы косвенного буллинга умеют скрывать свои истинные эмоциональные реакции, адресованные жертве (стратегия «подавление экспрессии»), вследствие чего виктимизируемые подростки могут не догадываться об истинном отношении к ним сверстников-буллеров. Они склонны уходить от осознания своих переживаний по поводу собственного деструктивного поведения в ситуации буллинга посредством переключения на мысли о других, более приятных, событиях и ситуациях (стратегия «позитивная перефокусировка»). Например, сама ситуация буллинга, неприятие себя вытесняется посредством перенесения внимания на достигнутый результат буллинга — авторитет среди сверстников, лидерская позиция — и переживание чувства гордости за умение удерживать высокий социальный статус в среде сверстников. Кроме того, инициаторы косвенного буллинга склонны планировать деструктивные действия по стимуляции нужной эмоциональной реакции у жертвы, позволяющие им отреагировать на негативные эмоции, вызванные иными ситуациями или действиями жертвы.

Т а б л и ц а 4. — Результаты вычисления коэффициента корреляции Пирсона между склонностью становиться преследователем и развитием эмоционального интеллекта, эмоциональной саморегуляции

Вид инициатора буллинга	ВЭИ	ЭС	ЭИ
Инициаторы прямого буллинга	—	Частое применение стратегий «принятие» ($r = 0,30$; $p = 0,04$), «катастрофизация» ($r = 0,30$; $p = 0,04$)	Тенденция к низкому уровню самомотивации ($r = -0,24$; $p = 0,1$)
Инициаторы косвенного буллинга	—	Частое применение стратегий «принятие» ($r = 0,35$; $p = 0,01$). Тенденция к применению стратегий «позитивная перефокусировка» ($r = 0,23$; $p = 0,1$), «перефокусировка на планирование» ($r = 0,23$; $p = 0,1$), «подавление экспрессии» ($r = 0,26$; $p = 0,07$)	
Инициаторы секстинга	Низкий уровень управления своими эмоциями ($r = -0,29$; $p = 0,04$)	—	Низкий уровень эмоциональной осведомленности ($r = -0,42$; $p = 0,2$), управления эмоциями ($r = -0,41$; $p = 0,003$), самомотивации ($r = -0,43$; $p = 0,002$), эмпатии ($r = -0,29$; $p = 0,04$), распознавания эмоций других ($r = -0,30$; $p = 0,03$), ЭИ ($r = -0,40$; $p = 0,004$)
Инициаторы вербально-визуальной агрессии	—	—	Тенденция к низкому уровню ЭИ ($r = -0,22$; $p = 0,1$), эмпатии ($r = -0,25$; $p = 0,08$)
Инициаторы киберагрессии	—	—	Низкий уровень самомотивации ($r = -0,27$; $p = 0,05$). Тенденция к низкому уровню управления эмоциями ($r = -0,25$; $p = 0,08$), эмпатии ($r = -0,24$; $p = 0,09$), ЭИ ($r = -0,26$; $p = 0,06$)

Характеристики эмоционального интеллекта и эмоциональной саморегуляции, повышающие вероятность совершения подростками имперсонации, т. е. выдачи себя за другого человека в виртуальной среде, не выявлены.

К киберагрессии склонны мальчики-подростки, обладающие преимущественно низкими показателями таких составляющих эмоционального интеллекта, как самомотивация (умение посредством волевых усилий, осмысления ситуации вызывать у себя позитивные эмоции, ослаблять или подавлять негативные эмоции, снижать интенсивность возникших эмоций для рационального восприятия ситуации), управление возникающими негативными эмоциями (злость, раздражение) в аспекте их подавления и снижения экспрессии, эмпатия (чувствительность к эмоциональным потребностям других людей, склонность к сопереживанию, внимательность к эмоциональному состоянию другого человека).

Инициаторы вербально-визуальной киберагрессии (создание двойника виртуальной реальности — ложного профиля жертвы в социальных сетях Интернет — и ведение деструктивной активности в сети Интернет от имени жертвы, игнорирование в виртуальных сооб-

ществах жертвы, исключение ее из онлайн-группы, выкладывание записанных сцен буллинга жертвы в сеть Интернет и пр.), как и секстинга (размещение фото- и видео-материалов компрометирующего характера о другом человеке, рассылка сообщений некорректного содержания от его имени и пр.), отличаются низким уровнем эмоционального интеллекта, особенно такой его составляющей, как эмпатия. Они не склонны ставить себя на место другого человека, пытаются понять и почувствовать его переживания в данных ситуациях. Показательно, что мальчики, инициирующие сексуальный кибербуллинг, имеют низкие показатели по большинству составляющих эмоционального интеллекта и, как следствие, действуют под влиянием спонтанно возникших эмоциональных реакций, не склонны рассматривать пережитые негативные и позитивные эмоции как источник знания о том, как поступать в будущем в схожих ситуациях, не пытаются лучше узнать себя, анализируя эмоции, к которым склонны в большинстве ситуаций, чтобы лучше регулировать свое поведение.

Стратегии когнитивной регуляции эмоций у мальчиков, склонных к кибербуллингу, ситуативны, отсутствует их четкая иерархия. Можно полагать, что у них не сформирована потребность в когнитивной регуляции эмоций.

Характеристики эмоционального интеллекта и эмоциональной саморегуляции мальчиков, являющихся участниками в буллинге, представлены в таблице 5.

Т а б л и ц а 5. — Результаты вычисления коэффициента корреляции Пирсона между склонностью становиться защитником жертвы, наблюдателем, помощником преследователя и развитием эмоционального интеллекта, эмоциональной саморегуляции

Участник буллинга	Эмоциональная саморегуляция	Эмоциональный интеллект
Помощник буллера	Частое применение стратегии «подавление экспрессии» ($r = 0,37; p = 0,01$). Тенденция к использованию стратегии «принятие» ($r = 0,23; p = 0,1$)	Тенденция к низкому уровню ЭИ ($r = -0,23; p = 0,1$), самотивации ($r = -0,23; p = 0,1$),
Защитник жертвы	Тенденция к редкому применению стратегий «принятие» ($r = -0,23; p = 0,1$), «катастрофизация» ($r = -0,23; p = 0,1$), «подавление экспрессии» ($r = -0,25; p = 0,08$)	Тенденция к высокому уровню понимания эмоций ($r = 0,23; p = 0,1$), ЭИ ($r = 0,24; p = 0,1$)
Наблюдатель	Редкое обращение к стратегии «принятие» ($r = -0,39; p = 0,01$). Тенденция к редкому применению стратегий «позитивная переоценка» ($r = -0,22; p = 0,1$), «когнитивная переоценка» ($r = -0,23; p = 0,1$)	

Наблюдатели из числа мальчиков подросткового возраста склонны редко обращаться к стратегии принятия при регуляции негативных эмоций, возникающих в ситуации буллинга. По данному параметру они приближаются к защитникам жертвы, соответственно, испытывают несогласие на эмоциональном уровне с происходящей несправедливостью в отношении сверстников, в то время как помощники буллера используют данную стратегию в регуляции эмоционального дискомфорта, возникшего в процессе буллинга или после него, успокаивая себя и снимая таким образом ответственность. При этом наблюдатели не склонны совладать с негативными эмоциями в ситуации буллинга посредством переосмысления ситуации буллинга в конструктивном ключе, не пытаются оправдывать поведение буллера и отрицать адекватность своих эмоциональных реакций на нарушение границ сверстника-жертвы со стороны других подростков.

Мальчики подросткового возраста, выбирающие позицию защитника жертвы в буллинге, редко осуществляют регуляцию эмоций с помощью стратегии катастрофизации, т. е. не склонны преувеличивать свой дискомфорт и страдания в ситуации, искать доказательство того, что они находятся в менее выгодных и справедливых условиях, чем их сверстники.

Также они не склонны сдерживать внешнее выражение возникающих у них эмоций, как негативных (злость, негодование, отвращение, возмущение в ответ на наблюдаемые буллинговые действия по отношению жертвы), так и позитивных (радость, восхищение в ответ на удачные попытки жертвы совладать с ситуацией буллинга). Важен тот факт, что защитники жертвы стремятся к пониманию эмоционального мира жертвы и обладают преимущественно высоким уровнем эмоционального интеллекта.

Мальчики, выполняющие функции помощника буллера, стараются скрывать свои эмоции, демонстрировать эмоциональную холодность, что может быть связано с неумением контролировать свои эмоции, стимулировать у себя нужное эмоциональное состояние (спокойствие в противовес тревожности и страху, безразличие в противовес жалости и пр.). Подавление экспрессии может выступать стратегией некритичного подчинения инициатору буллинга. У подростков — помощников инициатора буллинга отмечается низкий уровень эмоционального интеллекта.

Заключение. Проведенное эмпирическое исследование позволяет сформулировать ряд выводов.

Мальчики подросткового возраста, являющиеся жертвой виктимизации в буллинге, подвергающиеся буллингу со стороны статусных фигур, значимых других или авторитетного сверстника, отличаются низким уровнем развития внутриличностного эмоционального интеллекта. Уровень развития межличностного эмоционального интеллекта не сказывается на нахождении подростка в позиции жертвы буллинга. Подверженность множественному буллингу или социальному отвержению в различных социальных группах обуславливает формирование склонности к самобичеванию и активации негативных эмоций в отношении себя (неприятие, отвращение, злость и пр.), ориентацию на стратегию самообвинения в когнитивной регуляции эмоций. Подверженность подростков буллингу со стороны статусных фигур, имеющих авторитет роли и функцию власти, формирует у них смирение со своими негативными переживаниями, принятие их как неизбежности.

Мальчики, составляющие группу риска с точки зрения высокой вероятности стать жертвой буллинга в силу повышенной склонности к позиционированию себя в качестве жертвы виктимного или аутовиктимного типа, отличаются низким уровнем развития внутриличностного эмоционального интеллекта и межличностного эмоционального интеллекта. Мальчики виктимного типа не имеют устойчивых стратегий когнитивной регуляции эмоций, а мальчики аутовиктимного типа используют стратегии когнитивной регуляции эмоций, ориентирующие их на снятие с себя ответственности за случаи виктимизации и принятие ситуации эмоционального дискомфорта во взаимоотношениях как неизбежной.

Мальчики — жертвы прямого буллинга пытаются регулировать эмоции посредством подавления экспрессии, чем могут формировать предостережение у наблюдателей и инициаторов буллинга об их невосприимчивости к таким воздействиям и, следовательно, нетравматичности подобного обращения с ними. Жертвы косвенного буллинга отличаются низким уровнем эмоционального интеллекта, испытывают сложности в понимании истинных и скрытых эмоций других людей, что не позволяет им адекватно и своевременно реагировать на эмоциогенные воздействия сверстников, ориентированных на скрытый буллинг.

Инициаторы буллинга в реальной среде, как и мальчики — наблюдатели в буллинге, могут обладать как высоким, так и низким уровнем развития эмоционального интеллекта, в то время как инициаторы буллинга в виртуальной среде отличаются низким уровнем развития эмоционального интеллекта. Инициаторы буллинга в реальной среде привержены применению стратегии когнитивной регуляции эмоции «принятие» в отличие от мальчиков, которые могут вносить вклад в прекращение или предупреждение буллинга — защитники жертвы и наблюдатели (они редко используют стратегию «принятие»). Инициаторы косвенного буллинга не имеют конкретного репертуара когнитивных стратегий регуляции эмоций и устойчиво демонстрируют низкий уровень эмпатии, как составляющей эмоционального интеллекта.

Высокий уровень развития эмоционального интеллекта присущ подросткам, исполняющим роль защитника жертвы в буллинге. Помощники буллера плохо дифференцируют и осознают свои эмоции, стараются их подавлять, имеют преимущественно низкий уровень развития эмоционального интеллекта.

Список цитируемых источников

1. Чупина, В. Б. Особенности эмоционального интеллекта подростков / В. Б. Чупина, К. В. Позднякова // Форум молодых ученых. — 2018. — № 12-4 (28). — С. 577—582.
2. Алимбаева, Р. Т. Теоретические аспекты эмоционального интеллекта / Р. Т. Алимбаева, Л. У. Есназарова // Инновационная наука. — 2017. — № 3-1. — С. 242—243.
3. Мони́на, Г. Б. Развитие эмоционального интеллекта / Г. Б. Мони́на // Социальная психология. — 2009. — № 2 (24). — С. 144—155.
4. Ларина, А. Т. Эмоциональный интеллект / А. Т. Ларина // АНИ: педагогика и психология. — 2016. — Т. 5, № 3 (16). — С. 275—278.
5. Угрюмова, Н. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте и эмоциональной креативности в психологии / Н. В. Угрюмова // Современная наука. — 2013. — № 1. — С. 30—32.
6. Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте. / Д. В. Люсин // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования ; под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. — М. : Ин-т психологии РАН, 2004. — С. 29—35.
7. Goetz, T. Emotional Intelligence in the Context of Learning and Achievement / T. Goetz, A. C. Frenzel, R. Pekrun, N. C. Hall // In R. Schulze, & R. D. Roberts (Eds.), *Emotional Intelligence: An International Handbook*. — Cambridge : Hogrefe & Huber Publishers, 2005. — P. 233—253.
8. Garnefski, N. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems / N. Garnefski, V. Kraaij, Ph. Spinhoven // *Personality and Individual Differences*. — 2001. — Vol. 30. — P. 1311—1327.
9. Gross, J. J. Emotion regulation: Current status and future prospects / J. J. Gross // *Psychological Inquiry*. — 2015. — Vol. 26 (1). — P. 1—26.
10. Olweus, D. Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program / D. Olweus // *The development and treatment of childhood aggression*. — 1991. — Vol. 17. — P. 411—448.
11. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие: монография / И. Н. Андреева. — Новополюцк : Полоц. гос. ун-т, 2020. — 356 с.
12. Cha, C. B. Emotional intelligence is a protective factor for suicidal behavior / C. B. Cha, M. K. Nock // *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. — 2009. — Т. 48, № 4. — С. 422—430.
13. Васягина, Н. Н. Связь риска суицидального поведения и личностных ресурсов обучающихся / Н. Н. Васягина, Е. С. Барина, Е. Н. Григорян, Н. И. Шемпелева // *Национальный психологический журнал*. — 2023. — № 1 (49). — С. 114—125.
14. Савеньшева, С. С. Эмоциональная саморегуляция: подходы к определению в зарубежной психологии / С. С. Савеньшева // *Мир науки. Педагогика и психология*. — 2019. — Т. 7, № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/09PSMN119.pdf> (дата обращения: 10.10.2024).

Поступила в редакцию 05.01.2025.