

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт  
Кафедра социальной психологии образования и развития

**Особенности взаимосвязи социального интеллекта и копинг-  
стратегий студентов высших и средних учебных заведений  
гуманитарного направления**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 3 курса 354 группы  
направления 44.04.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиля подготовки «Психология образования и социальных  
взаимодействий»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**Пчелкиной Яны Александровны**

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент

\_\_\_\_\_

Е.Е. Бочарова

Зав. кафедрой  
доктор психол. наук, профессор

\_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов, 2026

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** На сегодняшний день подготовка высококвалифицированных сотрудников, разбирающихся в собственной профессии и неоднозначно личностно развитых, способных к непрерывному самосовершенствованию, неизменному пополнению и расширению кругозора знаний и умений, то есть способных обучаться в течение всей жизни, считается одной из наиглавнейших задач передового высшего образования.

Перемена общества усугубила проблему развития социального интеллекта личности в её взаимодействии с социумом. Трудность заключается в том, что развитие личности зависит от формирования способности к существованию в социуме. Понимание того, как эффективно взаимодействовать друг с другом складывается из особенности личности, которая называется – социальный интеллект.

Природа человека такова, что так или иначе он сталкивается со стрессовыми или трудными жизненными ситуациями. С этими ситуациям он справляется с помощью определенных механизмов, которые называются копинг-стратегиями. Каждый человек пользуется множеством различных стратегий совладания со стрессовой ситуацией, которые он приобрёл в течение своей жизни. Выбор стратегии определяется множествами факторов: от внутреннего плана, до внешних обстоятельств

Формирование социального интеллекта считается одним из наиглавнейших элементов социализации личности человека. Также социальный интеллект является неотъемлемой частью профессиональной компетенции студентов. Успешное становление социального интеллекта обеспечивает им продуктивность общественных контактов, быстрое приспособление к разным переменам в общественной среде и мире в целом.

Проблемой интеллекта занимались такие авторы как Ж. Годфруа, Д. Векслер, М.А. Холодная, Э.Л. Торндайк Социальный интеллект стал предметом исследования Дж. Гилфорда, Г. Олпорта, Г. Айзенка, В.С. Селиванов, О.В. Лунева, В.Н. Куницина Изучением феномена и понятия

копинг-стратегий занимались такие авторы как Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин, О.А. Сычѳв, В.Ю. Шевяхова, С.А. Кузнецова, Е.В. Битюцкая др.

Таким образом, исследование особенностей взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий студентов гуманитарного профиля является актуальным как с теоретической, так и с практической точек зрения и отвечает потребностям современной психолого-педагогической науки и образовательной практики.

**Цель исследования:** изучить особенности взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий студентов высших и средних учебных заведений гуманитарного направления.

**Объект исследования:** взаимосвязь социального интеллекта и копинг-стратегий студента.

**Предмет исследования:** особенности взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий студентов высших и средних учебных заведений гуманитарного направления.

**Гипотеза исследования** основана на предположении о том, существуют особенности взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий студентов высших и средних учебных заведений гуманитарного направления.

**Задачи исследования:**

1. провести теоретическое исследование по взаимосвязи проблеме социального и копинг-стратегий личности студента;
2. эмпирически изучить особенности взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий студентов высших и средних учебных заведений гуманитарного направления;
3. разработать психолого-педагогические рекомендации с учетом полученных результатов исследования.

**База исследования:** в качестве базы исследования были выбраны два образовательных учреждения: СГУ им Н.Г. Чернышевского (ПИСГУ факультет ППиСО) и ГАПОУ СО «Саратовский областной педагогический колледж». Выборку составили 60 студентов вуза в возрасте от 18 до 22 лет из

них 24 (40%) — мужского пола и 36 (60%) — женского пола, и 60 студентов колледжа в возрасте от 16 до 20 лет из них 18 (30%) — мужского пола и 42 (70%) — женского пола.

#### **Методы:**

- *Теоретические:* анализ, систематизация и обобщение современных научных публикаций по проблеме взаимосвязи социального интеллекта и копинг–стратегий студентов.

- *Методологические:* подбор психодиагностических методик и оценка их соответствия целям и задачам планируемого эмпирического исследования.

- *Психодиагностические методики:* тест «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (С.Н. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой); опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса (адаптивный вариант Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк); опросник «Социальный интеллект» Г.В. Резапкиной; тест «Социальный интеллект» Дж. Гилфорда.

- *Статистические:* корреляционный анализ, сравнительный анализ, вычисление средних значений, стандартных отклонений, выявление достоверности различий между группами.

**Структура работы.** Выпускная квалификационная работа магистра состоит из введения, 2-х глав, заключения, списка использованных источников, включающих 48 наименований и приложений. Иллюстрирована 6 рисунками, 7 таблицами. Общий объем составляет 112 страниц машинописного текста.

### **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

**Первая глава «Теоретические основы исследования особенностей взаимосвязи социального интеллекта и копинг–стратегий личности студентов в отечественной и зарубежной психологии»** позволила провести всесторонний анализ отечественных и зарубежных научных источников и уточнить содержание ключевых понятий, лежащих в основе рассматриваемой

проблемы. Были раскрыты сущность и структурные компоненты социального интеллекта, описаны его когнитивные, поведенческие и коммуникативные проявления, а также подходы к его пониманию в различных психологических школах. Отдельное внимание уделено анализу копинг-стратегий как системы способов совладания со стрессом и трудными жизненными ситуациями, рассмотрены основные классификации копинга, его функциональные цели и факторы, определяющие выбор стратегии. В контексте студенческого возраста были обозначены психологические особенности периода ранней взрослости, специфика учебно-профессиональных стрессоров и условия, влияющие на формирование адаптивных/неадаптивных способов совладания. В рамках главы были рассмотрены три взаимосвязанных аспекта:

### ***1.1 Социальный интеллект: понятие, сущность, структура и основные функции***

Исследования интеллекта давно остаются одновременно хорошо разработанной и дискуссионной областью: при большом количестве работ нет единого взгляда на его сущность. В отечественной традиции, например у С. Л. Рубинштейна, интеллект связывается с общей одарённостью и совокупным умственным потенциалом личности. На этом фоне «социальный интеллект» в российской психологии сравнительно поздно оформился как отдельное понятие и до сих пор находится в стадии уточнения: интерес к нему то усиливался, то ослабевал, что затрудняло выработку устойчивого определения и методологии исследования.

Изначально в зарубежной психологии социальный интеллект понимали как проницательность в отношениях и умение прогнозировать поведение людей (Г. Оллпорт), выделяя его наряду с абстрактным и конкретным интеллектом. Позднее он рассматривался в рамках общих моделей интеллекта (Г. Айзенк; Дж. Гилфорд), где социальный интеллект связывали прежде всего с познанием поведенческой информации и измеряли через специфические способности (распознавание элементов поведения, отношений, систем, трансформаций и последствий). В отечественных исследованиях социальный

интеллект часто сближается с коммуникативной компетентностью и социальным мышлением (Ю. Н. Емельянов, В. Н. Куницына и др.) и трактуется как самостоятельное, многокомпонентное образование, включающее когнитивный анализ, эмпатию, социальный опыт, саморегуляцию и прогнозирование межличностных событий, выполняющее когнитивно-оценочную, коммуникативно-ценностную и рефлексивно-корректирующую функции.

### ***1.2 Проблема копинг-стратегий в психологической науке***

Копинг-стратегии – это действия и способы, которые человек использует при столкновении со сложными, напряжёнными обстоятельствами, чтобы справиться с ними и снизить психологическое напряжение. В отечественной традиции близким по смыслу понятием выступает «переживание» как процесс преодоления стресса (Ф. Е. Василюк), а в зарубежной психологии ключевой вклад внёс Р. Лазарус, описавший преодоление стресса в рамках транзакционной модели: решающую роль играет когнитивная оценка ситуации и собственных ресурсов. Стресс, как показал Г. Селье, проходит фазы тревоги, сопротивления и истощения; при этом эустресс может мобилизовать, а дистресс – ухудшать состояние. В ответ на стресс человек выбирает стратегии адаптации, которые в общем виде делятся на проблемно-ориентированные (изменение ситуации) и эмоционально-ориентированные (регуляция переживаний), а завершается процесс переосмыслением опыта и накоплением новых способов совладания.

Единой универсальной классификации копинга нет, однако большинство подходов развивает идеи Лазаруса, дополняя их выделением когнитивных, поведенческих и эмоциональных стратегий, а также различением продуктивных и непродуктивных форм. Продуктивный копинг связан с активным решением проблемы, оптимизмом и сохранением социальной включённости; непродуктивный – чаще выражается в избегании и переносе напряжения «вглубь», что может усиливать дезадаптацию. Выбор стратегии зависит от ресурсов личности (внутренних и внешних), самооценки,

возраста, пола, социального статуса и поддержки окружения; поэтому в ресурсном подходе ключевым становится то, как человек распределяет и восполняет свои возможности. Копинг близок к механизмам психологической защиты, но отличается тем, что защита чаще бессознательна и направлена на быстрое снижение напряжения, тогда как копинг предполагает более осознанный выбор и формирование новой модели поведения; наиболее эффективным обычно считается гибкое сочетание стратегий в зависимости от ситуации.

### ***1.3 Особенности взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий студентов гуманитарных направлений***

В условиях быстро меняющегося социального и образовательного ландшафта особую значимость приобретает изучение внутренних ресурсов личности, обеспечивающих стрессоустойчивость и успешную адаптацию. Для студентов одним из ключевых факторов психологического благополучия становится способность реализовывать адаптивные копинг-стратегии, позволяющие конструктивно справляться с учебными и межличностными трудностями. Наряду с традиционными личностными характеристиками всё большее внимание уделяется социальному интеллекту как системному образованию, влияющему на качество общения, эмоциональную регуляцию и когнитивную переоценку стрессовых ситуаций. Согласно современным подходам (С. Н. Сорокоумова, М. А. Холодная), социальный интеллект представляет собой интегративную способность воспринимать, интерпретировать и прогнозировать социальные сигналы, управляя собственным поведением в межличностном контексте; он включает эмпатию, понимание мотивов других, навыки невербальной коммуникации, социальное прогнозирование и рефлекссию, что особенно важно для студентов гуманитарных специальностей.

Анализ исследований показывает, что развитие социального интеллекта способствует формированию психологических ресурсов личности и тем самым повышает вероятность выбора адаптивного копинга (С. Н.

Сорокоумова, В. О. Димидов), включая поиск социальной поддержки и проблемный анализ. Отмечается и функциональная близость социального интеллекта и копинг-поведения: оба связаны со снижением тревожности, переоценкой ситуации и мобилизацией ресурсов, что соотносится с транзакционной моделью стресса Р. Лазаруса (К. Б. Шестакова). При этом выраженность взаимосвязи зависит от возраста: у подростков она может не проявляться из-за незрелости саморефлексии и эмоциональной регуляции (Е. В. Богданова), тогда как у студентов ранней взрослости становится более заметной. Для гуманитариев выявляются и неоднозначные корреляции, включая сочетание высоких когнитивных компонентов социального интеллекта с избеганием или снижением спонтанности контакта (И. А. Воскобойникова). На уровне предпочтений копинга прослеживается тенденция: при низком социальном интеллекте чаще доминируют избегание, самообвинение и агрессивность, при среднем – смешанный профиль, при высоком — проблемный анализ, самообладание и обращение за помощью (Т. Л. Сморкалова). В целом социальный интеллект выступает важным ресурсом формирования адаптивных копинг-стратегий, однако характер связи остаётся контекстуально зависимым и может модифицироваться профессиональной направленностью, уровнем рефлексии и особенностями социально-эмоциональной регуляции, что делает тему перспективной для дальнейших эмпирических исследований.

**Во второй главе – «Эмпирическое исследование особенностей взаимосвязи социального интеллекта и копинг–стратегий студентов высших и средних учебных заведений гуманитарного направления» – приводится методическое обоснование исследования и его результаты.**

Было проведено исследование, включающее три этапа: подготовительный, эмпирический и аналитико-обобщающий. Базами исследования выступили СГУ им Н.Г. Чернышевского (ПИСГУ факультет ППиСО) и ГАПОУ СО «Саратовский областной педагогический колледж». Выборку составили 60 студентов вуза в возрасте от 18 до 22 лет из них 24

(40%) — мужского пола и 36 (60%) – женского пола, и 60 студентов колледжа в возрасте от 16 до 20 лет из них 18 (30%) – мужского пола и 42 (70%) – женского пола.

Результаты эмпирического исследования выявили значимые различия в уровне развития социального интеллекта и характере копинг-стратегий между студентами высших и средних профессиональных учебных заведений гуманитарного профиля. У студентов вузов отмечается более высокий уровень самосознания, коммуникабельности и самомотивации, что свидетельствует о сформированности способности к осознанному социальному взаимодействию, целенаправленной саморегуляции и стремлению к достижению личных и профессиональных целей. В копинг-поведении они чаще выбирают адаптивные стратегии – планирование, положительную переоценку, самоконтроль и конструктивный поиск социальной поддержки, что указывает на зрелую систему совладания со стрессом. Напротив, у студентов колледжей преобладают эмоционально-ориентированные, конфронтационные и избегающие стратегии, что может свидетельствовать о меньшей стрессоустойчивости, импульсивности и зависимости от внешних обстоятельств.

Корреляционный анализ показал, что у обеих групп существует положительная связь между высоким уровнем социального интеллекта и использованием продуктивных копинг-стратегий, однако характер этих взаимосвязей различается. У студентов вузов когнитивные компоненты социального интеллекта (понимание поведения других, рефлексия) тесно связаны с осознанным планированием и снижением склонности к социальному избеганию, что говорит о внутренней, автономной регуляции. У студентов колледжей коммуникабельность и эмпатия чаще выступают как компенсаторные механизмы – например, поддержка со стороны других помогает снизить уровень тревоги, а эмпатия может сопровождаться конфронтацией, что отражает активность, но не всегда адекватность поведения.

На основе полученных данных разработан дифференцированный комплекс рекомендации студентам высших и средних учебных заведений гуманитарного направления по развитию социального интеллекта, ориентированный на специфику каждой группы. Для студентов колледжей предложены формы работы, направленные на развитие базовых коммуникативных навыков, эмоциональной грамотности и умения просить поддержку – включая тренинги по ассертивности, групповые дискуссии и рефлексивные практики в сопровождении педагога. Для студентов вузов акцент сделан на углубление рефлексии, развитие когнитивной гибкости, навыков самоанализа и стратегического планирования – через проектное обучение, кейс-методы, менторство и самостоятельные рефлексивные дневники.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Результаты выполненного исследования подтвердили гипотезу исследования о существовании особенностей взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий студентов высших и средних учебных заведений гуманитарного направления.

На теоретическом уровне обоснована актуальность и значимость изучения взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий личности в контексте адаптации студентов гуманитарных специальностей к образовательной среде. Теоретический анализ позволил установить, что социальный интеллект представляет собой многомерное психологическое образование, включающее когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты — такие как эмпатия, рефлексия, самосознание и коммуникативная компетентность, — и выступает не как дополнение к общему интеллекту, а как самостоятельный ресурс, обеспечивающий успешное межличностное взаимодействие и устойчивое совладание со стрессом. В свою очередь, копинг-стратегии, как осознанные способы реагирования на трудные ситуации, зависят от уровня развития этого ресурса: чем выше социальный интеллект, тем более адаптивными и продуктивными

— такими как планирование, переосмысление и конструктивный поиск поддержки — являются стратегии совладания.

На эмпирическом уровне установлено наличие значимых различий в изучаемых характеристиках между студентами высшего и среднего профессионального образования. Студенты вуза демонстрируют более высокий уровень развития социального интеллекта, особенно в аспектах самосознания, коммуникабельности и самомотивации, что коррелирует с предпочтением рациональных, проблемно-ориентированных копинг-стратегий. Их система совладания характеризуется автономностью, когнитивной управляемостью и способностью к внутренней регуляции, что свидетельствует о более зрелой адаптационной организации личности. В то же время у студентов колледжей преобладают эмоционально-реактивные, избегающие и конфронтационные стратегии, что указывает на большую зависимость от внешних обстоятельств и потребность в поддержке, хотя и свидетельствует о высокой социальной вовлечённости.

Корреляционный анализ подтвердил выдвинутую гипотезу о наличии взаимосвязи между компонентами социального интеллекта и адаптивными формами копинга. У студентов вузов когнитивные аспекты социального интеллекта (понимание поведения других, рефлексия) служат основой для осознанного планирования и снижения склонности к избеганию, тогда как у студентов колледжей коммуникативные и эмоциональные качества чаще выполняют компенсаторную функцию, помогая справляться с тревогой через социальное взаимодействие.

На основе полученных данных разработан дифференцированный комплекс рекомендаций по развитию социального интеллекта, ориентированный на возрастные, когнитивные и социальные особенности каждой группы. Для студентов колледжей предложены практико-ориентированные формы работы — тренинги по ассертивности, групповые дискуссии, сопровождаемые рефлексивные упражнения, направленные на формирование базовых навыков самовыражения и эмоциональной регуляции.

Для студентов вузов рекомендованы методы, способствующие углублению самопонимания и стратегического мышления: проектное обучение, кейс-методы, менторство и ведение рефлексивных дневников.

Таким образом, исследование показало, что с повышением уровня образования и личностного развития социальный интеллект трансформируется из внешнего инструмента взаимодействия во внутренний механизм психологической устойчивости, что требует не универсальных, а дифференцированных педагогических подходов. В перспективе представляется целесообразным расширить исследование за счёт учёта гендерных различий, профессиональной направленности и длительности обучения, а также разработать и апробировать программу формирующего эксперимента на основе предложенного комплекса рекомендаций. Это позволит не только углубить понимание природы взаимосвязи социального интеллекта и копинг-стратегий, но и внести вклад в создание эффективных технологий сопровождения психологического развития студентов в современной образовательной среде.