

## ИССЛЕДОВАНИЕ САМООЦЕНОК ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПЕРИОД ЭКЗАМЕНАЦИОННОЙ СЕССИИ

© 2017

*В.И. Долгова*, доктор психологических наук, кандидат педагогических наук, декан факультета психологии  
Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск (Россия)

**Ключевые слова:** самооценка; эмоциональный интеллект; эмоциональное состояние; тревожность; фрустрация; ригидность; агрессия; сессия; студент.

**Аннотация:** Актуальность исследования эмоционального состояния студентов в период экзаменационной сессии обусловлена особенностями психического напряжения, превышение пороговой величины которого оказывает деструктивное влияние на психику, обуславливает беспокойство, утомляемость, повышенную чувствительность и раздражительность, внутреннюю неудовлетворенность и негативные самооценки. Установление взаимосвязи самооценок эмоциональных состояний студентов в период экзаменационной сессии с их эмоциональным интеллектом стало целью нашего исследования. Основные действия по достижению цели состояли в проведении констатирующего эксперимента на выборке студентов колледжа. Использовали тесты Н. Холла «Диагностика эмоционального интеллекта», Г.Ю. Айзенка «Самооценка психических состояний», тест «Методика самооценки эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса, метод ранговой корреляции Спирмена. По тесту «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла проявились в основном низкие самооценки по всем пяти шкалам эмоционального интеллекта: управления своими эмоциями, распознавания эмоций, эмпатии, эмоциональной осведомленности и самомотивации. Параллельно по тесту «Самооценка психических состояний» Г.Ю. Айзенка получено наибольшее число средних и высоких значений по шкалам агрессивность, ригидность, фрустрация и тревожность. Данные, собранные по тесту «Методика самооценки эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса, свидетельствуют о преимущественно средних и низких значениях шкал «спокойности/тревожности», «чувства уверенности в себе», «энергичности/усталости», «приподнятости/подавленности». Выводы, сделанные на основании этих методик, соотносятся с тем, что более половины студентов поставили себе средние оценки по шкале «сумма эмоциональных состояний». Этим студентам характерна раздражительность, тревожность, ригидность в ситуации экзамена. Выявленные с помощью метода ранговой корреляции Спирмена корреляционные связи также подтверждают влияние эмоционального интеллекта на самооценку студентами колледжа собственных эмоциональных состояний в период экзаменационной сессии.

### ВВЕДЕНИЕ

На всем протяжении изучения эмоциональных состояний именно они определяли внутреннюю и внешнюю жизнь людей. Сейчас наблюдается спад интереса к таким исследованиям, потому что сложность и многокомпонентность состояний не всегда позволяет разделить их и именно это затрудняет создание и развитие общепсихологических теорий [1–3].

Впервые феномен эмоционального интеллекта и одну из самых популярных его моделей как совокупности способностей обосновали П. Сэловей и Дж. Мэйер [4]. Это компетентность в сфере восприятия и понимания интеллектуальных процессов управления эмоционально выраженными личностными проявлениями. Дальнейшее развитие теоретических подходов к определению эмоционального интеллекта [5; 6] и выводы об основных последствиях его развития [7], о взаимосвязи эмоционального интеллекта и эмоционального творчества [8] с учетом психологических и психофизиологических особенностей эмоционального интеллекта в юношеском возрасте [9] позволяют нам сегодня понимать под этим определением проявление сложного интегративного образования, которое включает когнитивные, поведенческие, и собственно эмоциональные качества, способствующие осознанию, пониманию и регуляции эмоциональных паттернов межличностного взаимодействия и личностного развития и самого себя, и окружения.

Психические проявления тревоги и фрустраций, ригидности и агрессивности, развиваются под действием

стрессогенных факторов [10–13]. Состояния тревожности связаны с переживанием эмоциональных дискомфортных ощущений, связанных с ожиданиями неблагоприятных последствий и стрессогенных ситуаций. Фрустрации выражаются в характерных особенностях переживаний и поведения, вызываемых объективно непреодолимыми затруднениями в процессе достижения поставленных целей. Ригидность обозначает специфику в организации индивидуального восприятия – недостаток гибкости, зависимость от сформированных в прошлом образов. Агрессивность характеризует любую форму поведения, которое нацелено на оскорбление и вред другому.

Цель исследования состоит в установлении взаимосвязи самооценок эмоциональных состояний студентов в период экзаменационной сессии с их эмоциональным интеллектом.

Объектом исследования являются эмоциональные состояния и эмоциональный интеллект студентов, а предметом исследования – самооценки эмоциональных состояний студентов с различным уровнем эмоционального интеллекта в период экзаменационной сессии.

Гипотеза – в период экзаменационной сессии эмоциональные состояния студентов взаимосвязаны с уровнем их эмоционального интеллекта.

### МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

База проведения исследований – Челябинский Государственный Педагогический Колледж № 1. Выборка

состоит из 38 студентов, обучающихся по специальности учитель музыки, средний возраст – 17 лет.

Использованы три методики – тест Г.Ю. Айзенка «Самооценка психических состояний» [14]; тест Н. Холла «Диагностика эмоционального интеллекта» [15] и «Методика самооценки эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса [16].

Тест Н. Холла «Диагностика эмоционального интеллекта» выявляет совокупность способностей понимания межличностных отношений, репрезентуемых эмоциональными проявлениями и управления ими. Тест оперирует пятью шкалами: эмоциональной осведомленностью, управлением своих эмоций, самомотивацией, эмпатией, распознаванием эмоционального состояния окружающих. Тест Айзенка «Самооценка психических состояний» изучает такие состояния, как тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность. «Мето-

дика самооценки эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса включает четыре шкалы: «Спокойствие/тревожность», «Энергичность/усталость», «Приподнятость/подавленность», «Чувство уверенности в себе/чувство беспомощности».

Метод ранговой корреляции Спирмена показывает, каковы теснота (сила) и направленность корреляционных связей исследуемых самооенок, чем ближе модуль коэффициента корреляции к единице, тем более сильной является связь между измеряемыми величинами [17].

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Результаты исследования эмоционального интеллекта студентов в период проведения экзаменационной сессии по тесту «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла показаны на рисунке 1.



**Рис. 1.** Результаты исследования эмоционального интеллекта студентов в период проведения экзаменационной сессии по тесту «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла

Как видно по рисунку 1, высокие значения по шкале «эмоциональная осведомленность» имеют 15,8 % (6 чел.); по шкалам «управление своими эмоциями», «самомотивация», «распознавание эмоций» – 10,5 % (4 чел.); по шкале «эмпатия» – 5,3 % (2 чел.). Только у этого небольшого числа студентов наблюдается проявление личностных характеристик, позволяющих распознавать свои эмоции, управлять ими, распознавать чувства в каждой конкретной ситуации и т. д. Вместе с тем, высокие значения «суммы эмоционального интеллекта» не получил ни один студент из нашей выборки.

Средние значения самомотивации выявлены у 47,4 % (9 чел.); эмпатии у 42,1 % (16 чел.); эмоциональной осведомленности у 31,6 % (12 чел.); распознавания эмоций у 21 % (8 чел.). В то же время средние значения суммы эмоционального интеллекта выявлены только у 6 человек (15,8 %).

Низкие значения управления своими эмоциями у 89,5 % (34 чел.); распознавания эмоций у 68,4 %

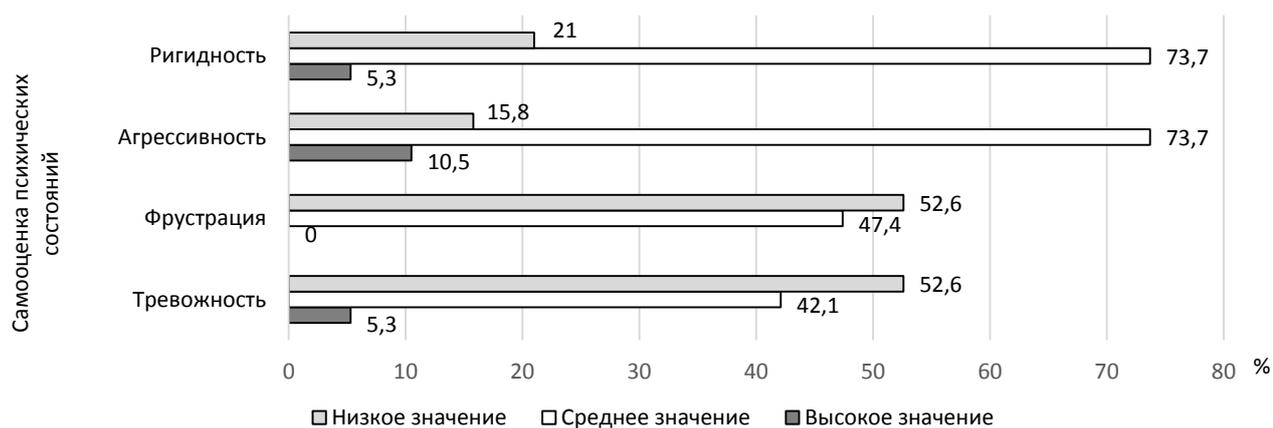
(26 чел.); эмпатии и эмоциональной осведомленности у 52,6 % (20 чел.); самомотивации у 42,1 % (16 чел.).

Низкое значение суммы эмоционального интеллекта у 84,2 % студентов нашей выборки согласуется с тем, что почти по всем его показателям получены низкие самооценки.

Результаты исследований самооценки психических состояний студентов в период проведения экзаменационной сессии по тесту «Самооценка психических состояний» Г.Ю. Айзенка представлены на рисунке 2.

Как показано на рисунке 2, наибольшее количество студентов имеют средние значения по представленным шкалам. Причем, более всего на среднем уровне проявляются агрессивность и ригидность 73,7 % (28 чел.); средний же уровень фрустрации выявлен у 47,4 % (18 чел.); тревожности – у 42,1 % (16 чел.).

Низкие значения тревожности и фрустрации выявлены у 52,6 % (22 чел.); агрессивности у 15,8 % (6 чел.); ригидности у 21 % (8 чел.). Студенты с низким уровнем тревожности, фрустрации, агрессивности и ригидности



**Рис. 2.** Результаты исследования самооценки психических состояний студентов в период проведения экзаменационной сессии по тесту «Самооценка психических состояний» Г.Ю. Айзенка

испытывают уверенность в себе, в своих знаниях, остаются спокойными в стрессовых ситуациях.

Выявлены высокие значения агрессивности у 10,5 % (4 чел.); тревожности и ригидности у двух человек (5,3 %); высокие значения фрустрации не проявились ни у кого, именно эти студенты раздражительны, постоянно ощущают тревожность и невозможность быстро «перестроиться» в ситуации экзамена.

Низкие значения шкал «спокойности/тревожности» и «чувство уверенности в себе» имеют по 47,4 % (18 студентов); энергичность/усталость и приподнятость/подавленность – по 36,8 % (по 14 студентов). Эти четыре студента (10,5 %) считают себя слабохарактерными, нерешительными, подавленными, у них выявилось эмоциональное истощение. Низкое значение суммы эмоционального интеллекта и здесь сказалось на особенностях самооценки студентами своих эмоциональных состояний.

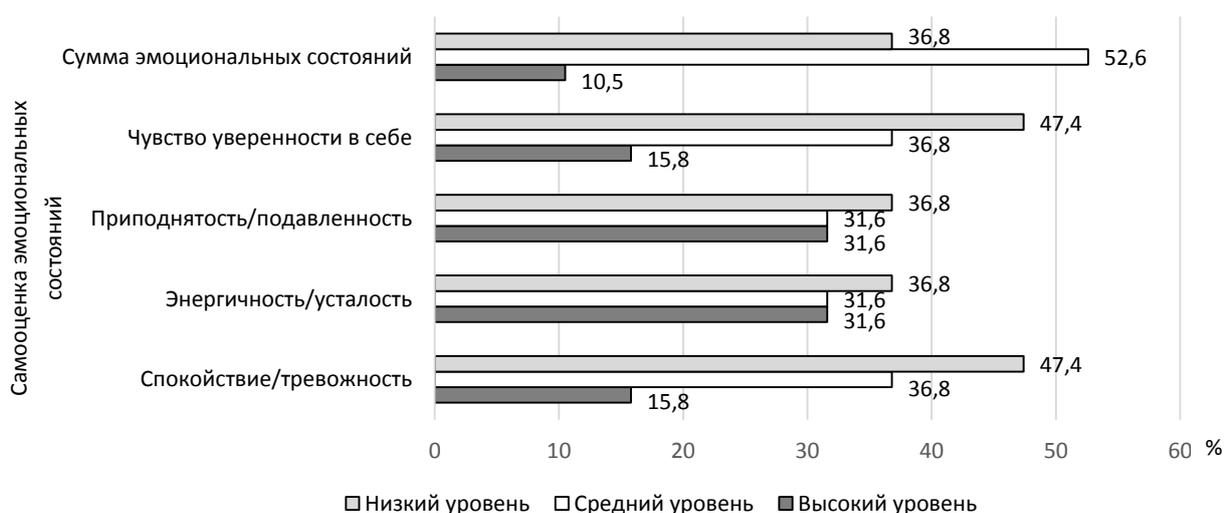
Результаты исследования самооценок эмоциональных состояний студентов в период проведения экзаменационной сессии по тесту «Методика самооценки

эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса представлены на рисунке 3.

По рисунку 3 видно, что высокие значения шкал «спокойности/тревожности» имеют 15,8 % (6 студентов); «энергичности-усталости» – 21% (8 чел.); «приподнятости-подавленности» 31,6 % (12 чел.); «чувство уверенности в себе» 15,8 % (6 чел.). Высокие значения суммы эмоциональных состояний и вместе с этим эмоциональный подъем имеют всего четыре студента (10,5 %), они поставили высокие оценки своей выдержанности, уравновешенности, инициативности, активности.

Средние значения шкал «спокойности/тревожности» и «чувства уверенности в себе» по 36,8 % (14 чел.); «энергичности/усталости» и «приподнятости/подавленности» по 31,6 % (12 чел.); суммы эмоциональных состояний 52,6 % (20 чел.) показывают, что самооценки этих студентов не отличаются преобладанием какого-либо одного полюса.

Низкие значения шкал «спокойности/тревожности» и «чувство уверенности в себе» имеют по 47,4 %



**Рис. 3.** Результаты исследования самооценок эмоциональных состояний студентов в период проведения экзаменационной сессии по тесту «Методика самооценки эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса

(18 студентов); энергичность/усталость и приподнятость/подавленность – по 36,8 % (14 чел.). Эти студенты считают себя несмелыми, нерешительными, чувствующими эмоциональное истощение. Низкое значение суммы эмоционального интеллекта здесь также сказало на особенностях самооенок студентами колледжа своих эмоциональных состояний во время экзаменационной сессии.

Далее с помощью критерия Спирмена определили тесноту и направление корреляционной связи между двумя исследуемыми признаками.

$H_0$ : корреляция между показателями самооенок эмоциональных состояний и уровнем эмоционального интеллекта отличается от 0 (коэффициент не равен 0, тогда связь есть.).

$H_1$ : корреляция между показателями самооенок эмоциональных состояний и уровнем эмоционального интеллекта не отличается от 0 (коэффициент корреляции Спирмена равняется 0 – это значит, что связи не будет).

Значение коэффициента корреляции Спирмена вычислили по формуле:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{N(N^2 - 1)},$$

где  $\sum d^2$  – сумма квадратов разностей между рангами;  $N$  – количество испытуемых.

Критические значения ( $r_{кр}$ ) коэффициента корреляции рангов Спирмена (по таблице для  $N=38$ ): для  $p \leq 0,05$   $r_{кр}=0,32$ ; Для  $p \leq 0,01$   $r_{кр}=0,41$ .

Ответ: принимается  $H_0$ , так как  $r_{эмп}=0,82$ ;  $r_{кр} < r_{эмп}$  находится в зоне значимых различий, поэтому существует корреляция между показателями самооенок эмоциональных состояний и уровнем эмоционального интеллекта.

Полученные выводы соотносятся с результатами отечественных и зарубежных исследований, проведенных на других выборках. Так, подтверждается роль эмоционального интеллекта в оценке собственных эмоциональных состояний [18; 19]. Эмоциональный интеллект связан с эмоциональной осведомленностью, то есть с осознанием и пониманием своего эмоционального состояния, с пополнением словарного запаса в этой области. Студенты с высокой эмоциональной осведомленностью более уверенно оценивают свои эмоциональные состояния [20; 21]. Эмоциональный интеллект студентов влияет на характер управления своим эмоциональным состоянием – на эмоциональную отходчивость, эмоциональную гибкость, волевые усилия и терпимость [22–24]. От уровня эмоционального интеллекта зависит успех самомотивации и коррекции собственного поведения, эмпатии и готовности помочь другому человеку конструктивно пережить отрицательные эмоции. Это совпадает с раскрытыми ранее конкретными закономерностями исследуемого влияния, имеющего в целом позитивный характер.

### ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ВЫВОДЫ

По тесту «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла получилось, что только у небольшого числа студентов колледжа наблюдается проявление лично-

стных характеристик, позволяющих распознавать свои эмоции, управлять ими в конкретной ситуации экзамена.

В абсолютном большинстве, в разы превосходящем благополучные показатели, выставлены низкие самооенки по всем пяти шкалам эмоционального интеллекта: управления своими эмоциями, распознавания эмоций, эмпатии, эмоциональной осведомленности и самомотивации.

По тесту «Самооценка психических состояний» Г.Ю. Айзенка получилось, что и наибольшее количество студентов имеют или средние значения агрессивности, ригидности, фрустрации и тревожности, или же их высокие значения.

Полученные по тесту «Методика самооенок эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса средние и низкие значения шкал «спокойности/тревожности», «чувства уверенности в себе», «энергичности/усталости», «приподнятости/подавленности» соответствуют и среднему значению суммы эмоциональных состояний (52,6 %).

Выявленные с помощью метода ранговой корреляции Спирмена теснота и направление корреляционной связи между исследуемыми признаками ( $r_{эмп}=0,82$ ) также подтверждают гипотетическое предположение о роли эмоционального интеллекта в процессе оценивания студентами колледжа собственных эмоциональных состояний в период экзаменационной сессии.

Определено, что низкое значение суммы эмоционального интеллекта сказывается на особенностях самооенок студентами своих эмоциональных состояний и, чем выше эмоциональный интеллект, тем легче они определяют свои состояния и быстрее меняют свою модель поведения.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Dudina M.N., Dolgova V.I. The crisis of upbringing in the contemporary chronotope: potential solutions // *Man in India*. 2016. Vol. 96. № 10. P. 3503–3511.
2. Dudina M.N., Dolgova V.I. New educational paradigm: existentialism is a humanism // *Man in India*. 2016. Vol. 96. № 10. P. 4043–4050.
3. Côté S., Miners C.T.H. Emotional intelligence, cognitive intelligence, and job performance // *Administrative Science Quarterly*. 2006. Vol. 51. № 1. P. 1–28.
4. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications // *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15. № 3. P. 197–215.
5. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М.: АСТ, 2008. 478 с.
6. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. СПб.: БХВ-Петербург, 2012. 288 с.
7. Диомидова Н.Ю. Теоретические подходы к определению эмоционального интеллекта // *Научный огляд*. 2015. № 4. С. 175–185.
8. Ivcevic Z., Brackett M.A., Mayer J.D. Emotional intelligence and emotional creativity // *Journal of Personality*. 2007. Vol. 75. № 2. P. 199–235.
9. Изотова Е.И., Максимова Е.Б. Психологические и психофизиологические аспекты исследования эмоционального интеллекта в подростковом и юношеском возрастах // *Психологические исследования: электронный научный журнал*. 2016. Т. 9. № 46. С. 7.

10. Dahlin M., Joneborg N., Runeson B. Stress and depression among medical students: a cross-sectional study // *Medical Education*. 2005. Vol. 39. № 6. P. 594–604.
11. Dimitriev D.A., Saperova E.V., Karpenko Yu.D., Dimitriev A.D. Regression to mean: modification of examination stress data // *Acta Physiologica*. 2011. Vol. 202. № S685. P. 83.
12. Dolgova V.I., Mamylyna N.V., Belousova N.A., Melnik E.V., Arkayeva N.I. Problems of mental regulation of personal behavior patterns in stressful conditions // *Man in India*. 2016. Vol. 96. № 10. P. 3485–3491.
13. Korniyenko Y.A. The problem mastering in high anxiety situations // *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія: педагогіка та психологія*. 2015. № 1. P. 147–153.
14. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Самара: БАХРАХ-М, 2001. 672 с.
15. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии, 2009. 544 с.
16. Сонин В.А. Психодиагностическое познание профессиональной деятельности. СПб.: Речь, 2004. 408 с.
17. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб.: Речь, 2003. 350 с.
18. Brackett M.A., Mayer J.D. Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2003. Vol. 29. № 9. P. 1147–1158.
19. Brackett M.A., Rivers S.E., Shiffman S., Lerner N., Salovey P. Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2006. Vol. 91. № 4. P. 780–795.
20. Романова Н.Н. Особенности развития рефлексии эмоциональных состояний у будущих педагогов по физической культуре // *Теория и практика физической культуры*. 2015. № 5. С. 35–37.
21. Dolgova V.I. Aspects of emotional stability in volunteers of gerontology programs // *Advances in Gerontology*. 2014. Vol. 4. № 4. P. 278–282.
22. Kerr R., Garvin J., Heaton N., Boyle E. Emotional intelligence and leadership effectiveness // *Leadership and Organization Development Journal*. 2006. Vol. 27. № 4. P. 265–279.
23. Lopes P.N., Grewal D., Kadis J., Gall M., Salovey P. Evidence that emotional intelligence is related to job performance and affect and attitudes at work // *Psicothema*. 2006. Vol. 18. № S1. P. 132–138.
24. Rosete D., Ciarrochi J. Emotional intelligence and its relationship to workplace performance // *Leadership and Organization Development Journal*. 2005. Vol. 26. № 5. P. 388–399.
25. Côté S., Miners C.T.H. Emotional intelligence, cognitive intelligence, and job performance. *Administrative Science Quarterly*, 2006, vol. 51, no. 1, pp. 1–28.
26. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 2004, vol. 15, no. 3, pp. 197–215.
27. Goleman D. *Emotsionalniy intellekt* [Emotional intelligence]. Moscow, AST Publ., 2008. 478 p.
28. Andreeva I.N. *Azbuka emotsionalnogo intellekta* [The ABC of emotional intelligence]. Sankt Petersburg, BKhV-Peterburg Publ., 2012. 288 p.
29. Diomidova N.Yu. Theoretical approaches to the definition of emotional intelligence. *Naukoviy oglyad*, 2015, no. 4, pp. 175–185.
30. Ivcevic Z., Brackett M.A., Mayer J.D. Emotional intelligence and emotional creativity. *Journal of Personality*, 2007, vol. 75, no. 2, pp. 199–235.
31. Izotova E.I., Maksimova E.B. Psychological and physiological aspects of the study of emotional intelligence in adolescence and adulthood. *Psikhologicheskie issledovaniya: elektronniy nauchniy zhurnal*, 2016, vol. 9, no. 46, p. 7.
32. Dahlin M., Joneborg N., Runeson B. Stress and depression among medical students: a cross-sectional study. *Medical Education*, 2005, vol. 39, no. 6, pp. 594–604.
33. Dimitriev D.A., Saperova E.V., Karpenko Yu.D., Dimitriev A.D. Regression to mean: modification of examination stress data. *Acta Physiologica*, 2011, vol. 202, no. S685, p. 83.
34. Dolgova V.I., Mamylyna N.V., Belousova N.A., Melnik E.V., Arkayeva N.I. Problems of mental regulation of personal behavior patterns in stressful conditions. *Man in India*, 2016, vol. 96, no. 10, pp. 3485–3491.
35. Korniyenko Y.A. The problem mastering in high anxiety situations. *Naukoviy visnik Mukachevskogo derzhavnogo universitetu. Seriya: pedagogika i psikhologiya*, 2015, no. 1, pp. 147–153.
36. Raygorodsky D.Ya. *Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metody i testy* [Practical psychodiagnostics. Techniques and tests]. Samara, BAKhRAKh-M Publ., 2001. 672 p.
37. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuylov G.M. *Sotsialno-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp* [Socio-psychological diagnosis of personality development and small groups]. Moscow, Institut psikhoterapii Publ., 2009. 544 p.
38. Sonin V.A. *Psikhodiagnosticheskoe poznanie professionalnoy deyatel'nosti* [Psychodiagnostic knowledge of professional activity]. Sankt Petersburg, Rech Publ., 2004. 408 p.
39. Sidorenko E.V. *Metody matematicheskoy obrabotki v psikhologii* [Methods of mathematical processing in psychology]. Sankt Petersburg, Rech Publ., 2003. 350 p.
40. Brackett M.A., Mayer J.D. Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2003, vol. 29, no. 9, pp. 1147–1158.
41. Brackett M.A., Rivers S.E., Shiffman S., Lerner N., Salovey P. Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2006, vol. 91, no. 4, pp. 780–795.

## REFERENCES

1. Dudina M.N., Dolgova V.I. The crisis of upbringing in the contemporary chronotope: potential solutions. *Man in India*, 2016, vol. 96, no. 10, pp. 3503–3511.
2. Dudina M.N., Dolgova V.I. New educational paradigm: existentialism is a humanism. *Man in India*, 2016, vol. 96, no. 10, pp. 4043–4050.

20. Romanova N.N. Specifics of reflection of emotional states by future teachers of physical education. *Theory and practice of physical culture*, 2015, no. 5, p. 12.
21. Dolgova V.I. Aspects of emotional stability in volunteers of gerontology programs. *Advances in Gerontology*, 2014, vol. 4, no. 4, pp. 278–282.
22. Kerr R., Garvin J., Heaton N., Boyle E. Emotional intelligence and leadership effectiveness. *Leadership and Organization Development Journal*, 2006, vol. 27, no. 4, pp. 265–279.
23. Lopes P.N., Grewal D., Kadis J., Gall M., Salovey P. Evidence that emotional intelligence is related to job performance and affect and attitudes at work. *Psicothema*, 2006, vol. 18, no. S1, pp. 132–138.
24. Rosete D., Ciarrochi J. Emotional intelligence and its relationship to workplace performance. *Leadership and Organization Development Journal*, 2005, vol. 26, no. 5, pp. 388–399.

**THE RESEARCH OF SELF-ASSESSMENT OF EMOTIONAL STATES OF THE STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE DURING EXAMINATION PERIOD**

© 2017

*V.I. Dolgova*, Doctor of Sciences (Psychology), Professor, Dean  
South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk (Russia)

*Keywords:* self-assessment; emotional intelligence; emotional state; anxiety; frustration; rigidity; aggression; examination period; student.

*Abstract:* The relevance of the study of the emotional state of the students during examination period is determined by the peculiarities of psychic tension, the excess of the threshold value of which influences destructively the psyche, causes anxiety, fatigue, hypersusceptibility and irritation, self-dissatisfaction, and negative self-feelings. The goal of the research is the determining of the relationship between the self-assessments of the students' emotional states during examination period with their emotional intelligence. The main actions to achieve the goal were to carry out a summative experiment using the selected group of college students. The author used N. Hall's test "The Emotional Intelligence Self-Evaluation", H. Eysenck's test "Self-assessment of Mental State", A. Wessman and D. Ricks's Test for Self-assessment of the Emotional State, Spearman's Rank Correlation method. In the result of N. Hall's test "The Emotional Intelligence Self-Evaluation", mainly low self-esteems according to all five emotional intelligence scales were manifested: control of own emotions, emotion recognition, empathies, emotional awareness, and self-motivation. At the same time, in the result of H. Eysenck's test "Self-assessment of Mental State", the largest number of medium and high values according to the scales of aggression, rigidity, frustration, and anxiety were received. The data collected through the test for Self-assessment of the Emotional State of A. Wessmann and D. Ricks speak for the predominantly medium and low values of "tranquility/anxiety", "self-confidence", "vitality/fatigue", "elation/despondency" scales. The conclusions made on the basis of these techniques are relevant to the fact that more than half of the students selected average values on the "sum of emotional states" scale. These students are characterized by the irritability, anxiety, and rigidity in the situation of the exam. The correlation relationships identified using the Spearman's rank correlation method confirm as well the influence of emotional intelligence on the self-assessment of college students of their emotional states during the examination period.