

## ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У КИТАЙСКИХ И РОССИЙСКИХ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОСТОЧНЫМИ ВИДАМИ ЕДИНОБОРСТВ

**Ч. Шаохан, А. А. Карманов, Л. А. Боярская, Е. Е. Леонова**

Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

**Аннотация.** Эмоциональный интеллект спортсменов рассматривается как условие успешности спортивной деятельности, поэтому важно изучение факторов влияющих на его развитие. Цель исследования заключалась в изучение культурных различий в развитии эмоционального интеллекта китайских и российских студентов-спортсменов, занимающихся восточными видами единоборств. В исследовании приняли участие 28 студентов-спортсменов, из них 14 китайских спортсменов, средний возраст 20 лет, длительность занятий спортом (ушу, тай-чи) от 4 до 10 лет, а так же 14 российских студентов-спортсменов, занимающихся ушу, каратэ, тхэквандо, джиу-джитсу, средний возраст 18 лет, длительность занятий спортом от 4 лет до 10 лет. Для изучения уровня эмоционального интеллекта был использован тест «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина. Результаты исследования эмоционального интеллекта не выявили достоверных различий между спортсменами, но доказывают наличие культурных различий влияющих на развитие эмоционального интеллекта. Выявлено, что внутриличностный эмоциональный интеллект не имеет сильных индивидуальных различий у китайских студентов-спортсменов, в то время как у российских студентов-спортсменов наблюдаются значительные индивидуальные различия по данному показателю. Данные свидетельствуют, что восточная спортивная культура в большей степени влияет на развитие внутриличностного эмоционального интеллекта и контроль внешнего проявления эмоций. Полученные данные требуют проведения дальнейших исследований, поскольку выявляют роль культурных различий на развитие эмоционального интеллекта спортсменов.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, студенты-спортсмены, восточные виды единоборств.

**Для цитирования:** Шаохан Ч., Карманов А. А., Боярская Л. А., Леонова Е. Е. Особенности эмоционального интеллекта у китайских и российских студентов-спортсменов, занимающихся восточными видами единоборств// Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2023. Т. 3. № 1. С. 24–33.

## FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF CHINESE AND RUSSIAN STUDENT-ATHLETES ENGAGED IN ORIENTAL MARTIAL ARTS

**Ch. Shaohan, A. A. Karmanov, L. A. Boyarskaya, E. E. Leonova**

Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

**Аннотация.** Emotional intelligence of athletes is considered as a condition for the success of sports activities therefore it is important to study the factors influencing its development. The purpose of the study was to study cultural differences in the development of emotional intelligence of Chinese and Russian student-athletes engaged in martial arts. The study involved 28 student-athletes, including 14 Chinese athletes, the average age of 20 years, the duration of sports (Wushu, Tai-Chi) is from 4 to 10 years, as well as 14 Russian student-athletes engaged in Wushu, Karate, Taekwando, Jiu-Jitsu the average age of 18 years, the duration of sports- from 4 years to 10 years. D. V. Lyusin's Emotional Intelligence test was used to study the level of emotional intelligence. The results of the emotional intelligence study have not revealed significant differences between athletes, but prove the presence of cultural differences affecting the development of emotional intelligence. It has revealed that intrapersonal emotional intelligence does not have strong individual differences in Chinese student-athletes, while Russian student-athletes have significant individual differences in this indicator. The data show that the Eastern sports culture has a greater influence on the development of intrapersonal emotional intelligence and control of the external manifestation of emotions. The obtained data require further research, since it reveals the role of cultural differences in the development of emotional intelligence of athletes.

**Keywords:** emotional intelligence, student-athletes, martial arts.

**For citation:** Shaohan Ch., Karmanov A. A., Boyarskaya L. A., Leonova E. E. Features of emotional intelligence of Chinese and Russian student-athletes engaged in oriental martial arts// Current issues of sports psychology and pedagogy. 2023. Vol. 3. No.1. P. 24–33.

Специалисты в области спортивной психологии все больше и больше осознают важность поиска средств, способствующих развитию эмоционального интеллекта (ЭИ) у спортсменов. Анализ литературы позволяет говорить, что исследования влияния спорта на эмоциональный интеллект спортсменов являются достаточно актуальными.

Под эмоциональным интеллектом Гоулман Д. с соавторами определяют совокупность способностей, которые включают понимание, интерпретацию и управление собственными эмоциями и эмоциями других людей [4]. Можно выделить два основных направления исследований, связанных с изучением эмоционального интеллекта спортсменов. Первое направление обосновывает, какова роль эмоционального интеллекта в успешности спортивной деятельности [2, 5, 8, 14], а второе – выявляет особенности развития эмоционального интеллекта у спортсменов в зависимости от видов спорта, квалификации, гендерных и возрастных особенностей, от степени включенности в занятия спортом и т.д. [7, 9,13].

Занятия восточными видами единоборств, такие как ушу, каратэ, тхэквандо, также могут быть важным фактором в развитии эмоционального интеллекта спортсменов. Это связано с тем, что восточные виды единоборств в большей степени ориентированы на формирование у занимающихся осознанного отношения к выполнению упражнений и развитию самоконтроля эмоциональных состояний [1, 3].

Несмотря на достаточно большое количество исследований ЭИ, нами отмечено, что влияние восточных видов единоборств на эмоциональный интеллект спортсменов специально не рассматривалось.

Цель исследования заключалась в изучении эмоционального интеллекта спортсменов, занимающихся восточными видами единоборств, в зависимости от культурных и индивидуальных различий.

Методы исследования. В исследовании приняли участие китайские и российские студенты-спортсмены, занимающиеся восточными видами единоборств. Состав китайских спортсменов: 11 юношей и 3 девушки, средний возраст 20 лет, длительность занятий спортом (ушу, тай-чи) от 4 до 10 лет. Студенты-спортсмены занимаются в спортивных клубах университетов Китая.

Состав российских студентов-спортсменов: 14 юношей, занимающихся такими восточными видами единоборств как ушу, каратэ, тхэквандо, джиу-джитсу, средний возраст 18 лет, длительность занятий спортом от 4 лет до 10 лет. Все студенты занимаются в спортивных клубах г. Екатеринбурга. Для изучения уровня эмоционального интеллекта был использован тест «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина. Методика позволяет оценить общий эмоциональный интеллект и его компоненты: внутриличностный и межличностный [10]. Исследование проводилось путем сравнения развития компонентов эмоционального интеллекта у спортсменов в зависимости от культурных различий (российские и китайские спортсмены) и с учетом индивидуальных особенностей. Для оценки достоверности различий использовался t-критерий Стьюдента.

Результаты исследования. Первое исследование было посвящено изучению эмоционального интеллекта у спортсменов, занимающихся восточными видами единоборств, в зависимости от культурных особенностей. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

**Сравнительный анализ развития эмоционального интеллекта у спортсменов восточных видов единоборств в зависимости от культурных особенностей (Россия – Китай)**

Шкалы	1 группа Китайские спортсмены (n=14)	2 группа Российские спортсмены (n=14)	t-критерий Стьюдента
ОЭИ – общий уровень эмоционального интеллекта	79,5	86.6	P> 0.05

Окончание табл. 1

Шкалы	1 группа Китайские спортсмены (n=14)	2 группа Российские спортсмены (n=14)	t-критерий Стьюдента
МЭИ – межличностный эмоциональный интеллект	37.6	40.6	P> 0.05
ВЭИ – внутриличностный эмоциональный интеллект	41.5	46.0	P> 0.05
ПЭ – понимание эмоций, как своих, так и чужих	36.7	41.6	P> 0.05
УЭ – управление эмоциями, как своими, так и чужими	42.4	45.2	P> 0.05
ВП – понимание собственных эмоций	17.0	19.0	P> 0.05
ВУ – управление собственными эмоциями	12.2	14.6	<b>P &lt; 0.05</b>
ВЭ – контроль экспрессии	12.7	12.2	P> 0.05
МП – понимание чужих эмоций	19.7	22.5	P> 0.05
МУ – управление чужими эмоциями	17.9	18.3	P> 0.05

По результатам исследования можно отметить, что показатель развития общего эмоционального интеллекта в группе китайских и российских студентов-спортсменов достоверно не различается. При этом выявлено, что по нормативным показателям уровень как китайских, так и российских студентов-спортсменов соответствует среднему уровню развития эмоционального интеллекта (диапазон 79-92 балла).

Как видно из результатов таблицы 1, у респондентов отсутствуют достоверные различия по показателям внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта в зависимости от культурных особенностей, но, в тоже время, средние значения по всем компонентам выше у российских студентов-спортсменов. Можно отметить, что есть достоверные различия только по единственному показателю «управлению собственными эмоциями» ( $p < 0.05$ ).

Данные факты можно объяснить следующим: во-первых, в российской традиции занятия восточными видами единоборств предпочитают, прежде всего, соревновательную деятельность и поэтому требуют от занимающихся большего самоконтроля во время выступлений, в то время как китайские студенты-спортсмены занимаются в большей степени для личностного совершенствования; во-вторых, наличием индивидуальных личностных характеристик студентов-спортсменов.

При анализе результатов мы выделили несколько важных положений. С одной стороны, уровень внутриличностного ЭИ у студентов-спортсменов, занимающихся восточными единоборствами, независи-

мо от культурных различий значительно выше, чем межличностного, следовательно, можно утверждать, что восточные практики развивают в большей степени внутриличностный ЭИ. С другой стороны, наиболее высокие показатели получены по шкале внешней экспрессии, означающей способность контролировать внешние проявления эмоций, у китайских студентов-спортсменов. Это связано, на наш взгляд тем, что именно в восточной культуре и философии принято более сдержанно проявлять свои эмоции и обеспечивать их контроль.

Мы сравнили результаты нашего исследования с работами других авторов, изучающих эффект влияния занятий восточными видами единоборств на развитие эмоционального интеллекта спортсменов. Так, в работе Завьялова О. Б. и Бурлаковой М.В. доказывается, что под влиянием занятий ушу у девушек значительно повышается способность распознавать эмоции других людей и эмоциональная осведомленность, но способность управлять своими эмоциями у них недостаточно развита и требует специальной психологической работы со спортсменами [6]. Нами выявлено, что среди российских исследователей есть убежденность в том, что развитие внутриличностного интеллекта у лиц, занимающихся восточными практиками, требует проведения специальной психологической работы со стороны тренера, в то время как при обучении китайских студентов-спортсменов акцент делается на познание традиционной китайской спортивной философии [12].

Как отмечает Музруков Г.Н., занятия ушу, согласно традиционной китайской философии, предъявляют к личности требование всегда соответствовать обстоятельствам, условиям времени и места, космическим, природным макро- и микроциклам [11].

Таким образом, можно заключить, что различные подходы к организации занятий восточными видами единоборств в России и Китае практически приводят к равнозначному развитию эмоционального интеллекта у занимающихся, поскольку мы не выявили достоверных различий, кроме одного показателя как «управление собственными эмоциями» ( $p < 0.05$ ).

Исследование индивидуальных различий эмоционально интеллекта представлены на рисунках 1 и 2.

При анализе индивидуальных различий из рисунка 1 нами выделены следующие основные моменты. Спортсмены по уровню развития общего ЭИ значительно различаются, диапазон которого варьируется от низкого до высокого уровней. В то время как по внутриличностному эмоциональному интеллекту у большинства занимающихся отмечены сходные значения (от среднего до высокого уровня), а компонент «контроль экспрессии» практически одинаков у всех и соответствует высокому уровню. Данные позволяют сделать вывод о том, что в процессе занятий восточными видами единоборств у спортсменов в большей степени развивается контроль за внешним проявлением эмоций и управление своими эмоциями, то есть внутриличностный интеллект. В то время как индивидуальные различия больше связаны

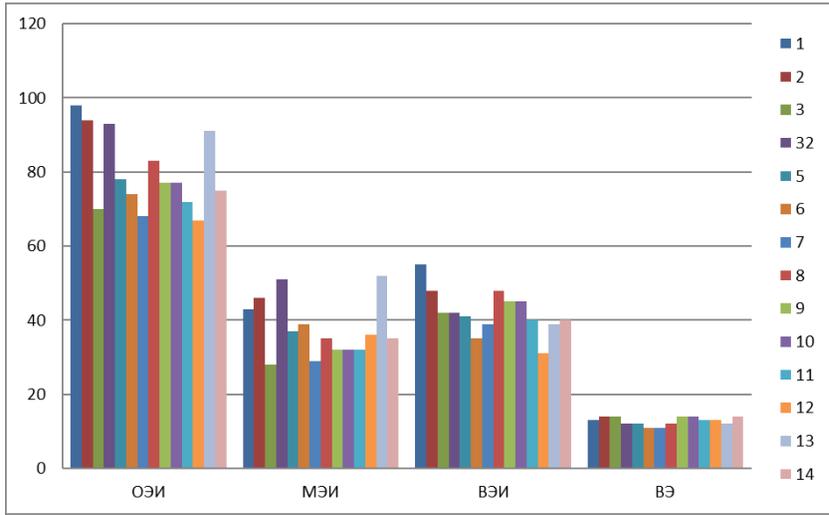


Рисунок 1– Индивидуальные различия эмоционального интеллекта среди китайских студентов-спортсменов

с различием в межличностном эмоциональном интеллекте, в таких показателях как понимание и управление чужими эмоциями.

Анализ индивидуальных различий, представленный на рисунке 2, выявил, что существует значительно более широкий диапазон различий по общему уровню ЭИ и внутриличностному ЭИ, в то время как по межличностному эмоциональному интеллекту различие несущественны.

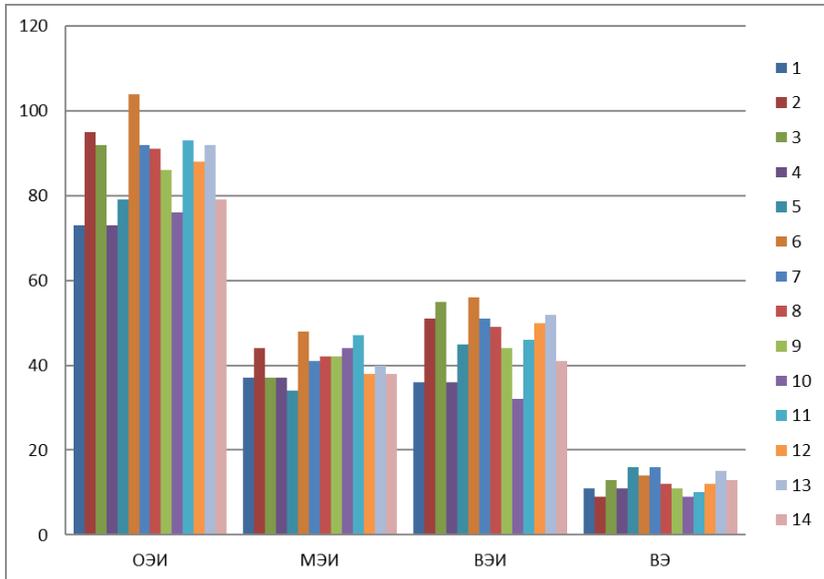


Рисунок 2– Индивидуальные различия эмоционального интеллекта среди российских студентов-спортсменов

Также определено наличие значительных индивидуальных различий по контролю внешнего проявления эмоций. Это свидетельствует о том, что влияние занятий восточными видами единоборств на эмоциональный интеллект российских студентов-спортсменов не однозначно. То есть, индивидуальное формирование эмоционального интеллекта у российских студентов-спортсменов будет отличаться от китайских студентов-спортсменов. Причина этих различий, на наш взгляд, также связана с особенностями восточной культуры, которая может оказывать более существенное влияние на занимающихся, в отличие от психологической подготовки, проводимой российскими тренерами и спортсменами.

Сравнительные данные по индивидуальным показателям по всей выборке представлены на рисунке 3.

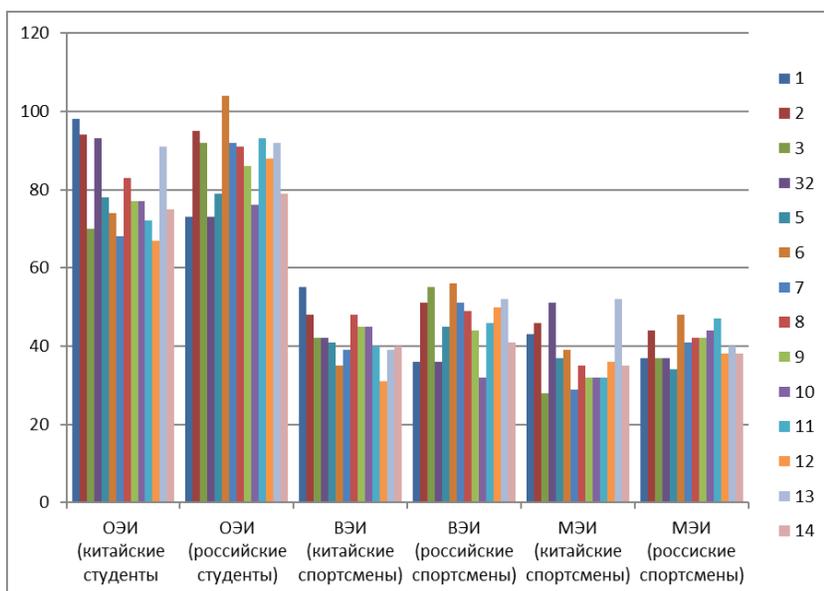


Рисунок 3 – Индивидуальные различия эмоционального интеллекта среди российских и китайских спортсменов-спортсменок

По данным рисунка 3 мы можем выделить несколько тенденций: во-первых, более высокие показатели по общему ЭИ у российских студентов-спортсменов; во-вторых, более высокие значения по внутриличностному ЭИ и широкий диапазон различий среди российских спортсменов по сравнению с китайскими студентами-спортсменами; в-третьих, более высокие значения по межличностному ЭИ и менее выраженные индивидуальные различия среди российских спортсменов по сравнению с китайскими студентами-спортсменами.

**Заключение.** Проведенное исследование эмоционального интеллекта у студентов-спортсменов, занимающихся восточными видами

единоборств, позволяет сделать вывод, что под влиянием занятий у студентов-спортсменов в большей степени будет развиваться самоконтроль внешнего проявления эмоций и внутриличностный эмоциональный интеллект. В то же время, исследование выявило культурные различия в развитии эмоционального интеллекта у китайских и российских студентов-спортсменов, которое проявляется в том, что индивидуальное формирование внутриличностного эмоционального интеллекта у китайских спортсменов идет под влиянием, прежде всего, восточной философии и культуры, оказывая положительное воздействие на всех занимающихся, в то время как в группе российских студентов развитие внутриличностного интеллекта больше связано с психологическим воздействием со стороны тренера и психологической самоподготовкой самого спортсмена, что ведет к значительным различиям в уровне развития у спортсменов как контроля проявления внешних эмоций, так и более сильных различий в развитии внутриличностного эмоционального интеллекта. В силу того, что исследование носило поисковый характер, требуется дальнейшее изучение данной проблемы.

### Список литературы

1. Абаев Н. В. Даосские истоки китайских ушу. Дао и даосизм в Китае. М.: Главная редакция восточной литературы, 2002. – 130 с.
2. Берилова Е. И. Эмоциональный интеллект как фактор эффективного командного взаимодействия в спортивной деятельности // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2020. № 1. С. 20-22.
3. Билалова Б.М., Борисов Р.В. Эмоциональный интеллект спортсменов боевых видов спорта // Вестник Дагестанского государственного университета. Серия 2: Гуманитарные науки. 2021. Т. 36. № 1. С. 107-112.
4. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки; Пер. с англ. – 3-изд. – Москва : Альпина Бизнес Букс, 2008. 301 с.
5. Залевская Е. Д. Эмоциональный интеллект как личностный ресурс устойчивости к соревновательному стрессу // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2017. Т. 2. № 3. С. 60-65.
6. Завьялова О. Б., Бурлаковой М.В. Методика подготовки девушек 15-17 лет к соревнованиям по ушу с учетом эмоциональной устойчивости // Фундаментальные и прикладные научные исследования: актуальные вопросы, достижения и инновации. Сборник XXVIII Международной научно-практической конференции : в 2 ч. 2019. С. 164-169.
7. Илясова Н.В., Агавелян Р.О. Особенности эмоционального интеллекта спортсменов индивидуальных и командных видов спорта // Проблемы современной науки и образования. 2014. № 11 (29). С. 105-108.
8. Кузикова С.А., Малицкая Е.Н. Эмоциональный интеллект как современное направление научных исследований в области повышения эффективности спортивной деятельности // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. 2018. Т. 20. С. 134-141.
9. Лоечко Д. М. Особенности социального интеллекта, эмоционального интеллекта, рефлексивности и стиля саморегуляции поведения у спортсменов разной квалификации // Вестник магистратуры. 2017. № 7 (70). С. 80-82.
10. Тест эмоционального интеллекта Люсина. 2020. Режим доступа: <https://minakov.com.ru/test-emocionalnogo-intellekta-lyusina/> (дата обращения 11.01.23).

11. Музруков Г.Н. Основы ушу: Учебник для спортивных школ. М.: Пик, 2010. 265 с.
12. Рябов Г. А. Психологические аспекты развития тхэквондо в России // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2022. Т. 2. № 4. С.
13. Эмоциональный интеллект как основа личностной готовности к профессиональной самореализации спортсменов разной квалификации/ И. В. Харитоновна и [др.]. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 11 (177). С. 548-552.
14. Эмоциональный интеллект как ресурс совладания со сложными стрессовыми ситуациями /Хлевная Е.А. и [др.]. // International Journal of Medicine and Psychology. 2021. Т. 4. № 8. С. 57-66.

## References

1. Abaev, N. V. (2002). *Daosskie istoki kitajskikh ushu. Dao i daosizm v Kitae* [Taoist origins of Chinese Wushu. Tao and Taoism in China]. Glavnaya redaktsiya vostochnoj literatury. (In Russ.).
2. Berilova, E. I. (2020). Эмоциональный интеллект как фактор эффективного командного взаимодействия в спортивной деятельности [Emotional intelligence as a factor of effective team interaction in sports activities] // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации [Resources of competitiveness of athletes: theory and practice of implementation ]. 1, 20–22. (In Russ.).
3. Bilalova, B. M., Borisov, R. V. (2021). Эмоциональный интеллект спортсменов боевого вида спорта [Emotional intelligence of athletes of combat sports]. *Vestnik Dagestanskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 2: Gumanitarnye nauki*. [Bulletin of Dagestan State University. Series 2: Humanities]. 36 (1), 107–112. (In Russ.).
4. Goulman, D. (2008). Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта [Emotional leadership: The art of managing people based on emotional intelligence]. Alpina Business Books. (In Russ.).
5. Zalevskaya, E. D. (2017). Эмоциональный интеллект как личностный ресурс устойчивости к соревновательному стрессу [Emotional intelligence as a personal resource of resistance to competitive stress]. *Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel' naya rekreaciya* [Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation]. 2 (3), 60-65. (In Russ.).
6. Zavyalova, O. B., Burlakova M.V. (2019). Методика подготовки девушек 15-17 лет к соревнованиям по ушу с учетом эмоциональной устойчивости [Methods of preparing girls aged 15-17 for wushu competitions taking into account emotional stability]. *Fundamental'ny'e i prikladny'e nauchny'e issledovaniya: aktual'ny'e voprosy, dostizheniya i innovacii. Sbornik XXVIII Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Fundamental'ny'e i prikladny'e issledovaniya]. 164-169. (In Russ.).
7. Piyasova, N. V., Agavelyan, R. O. (2014). Особенности эмоционального интеллекта спортсменов индивидуального и командного вида спорта [Features of emotional intelligence of athletes of individual and team sports]. *Problemy' sovremennoj nauki i obrazovaniya* [Problems of modern science and education]. 11 (29), 105-108. (In Russ.).
8. Kuzikova, S. A., Malitskaya, E.N. (2018). Эмоциональный интеллект как современное направление научных исследований в области повышения эффективности спортивной деятельности [Emotional intelligence as a modern direction of scientific research in the field of improving the effectiveness of sports activities]. *Aktual'ny'e voprosy' fizicheskoy kul'tury' i sporta* [Topical issues of physical culture and sports]. 20, 134-141. (In Russ.).
9. Loenko, D. M. (2017). Особенности социального интеллекта, эмоционального интеллекта, рефлексивности и стиля саморегуляции поведения у спортсменов разной квалификации [Features of social intelligence, emotional intelligence, reflexivity and style of self-regulation of behavior in athletes of different qualifications ]. *Vestnik magistratury'* [Bulletin of Magistracy]. 7 (70), 80-82. (In Russ.).
10. Lyusin's emotional intelligence test. 2020. Access mode : <https://minakov.com.ru/test-emocionalnogo-intellekta-lyusina/> ( Data access 11.01.23). (In Russ.).

11. Muzrukov, G. N. (2010). Osnovy` ushu: Uchebnik dlya sportivny`x shkol. Peak. (In Russ.).

12. Ryabov, G. A. (2022). Psixologicheskie aspekty` razvitiya txe`kvondo v Rossii [Psychological aspects of taekwondo development in Russia]. Aktual`ny`e voprosy` sportivnoj psixologii i pedagogiki [Current issues of sports psychology and pedagogy]. 2 (4), 28-31. (In Russ.).

13. Kharitonova, I.V., Berilovac, E. I., Belokon, V.O., Fokina, I.S. (2019). E`mocional`ny`j intellekt kak osnova lichnostnoj gotovnosti k professional`noj samorealizacii sportsmenov raznoj kvalifikacii [Emotional intelligence as the basis of personal readiness for professional self-realization of athletes of different qualifications]. Ucheny`e zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 11 (177), 548-552

14. Khlevnaya, E.A., Kiseleva, T.S., Nikitina, A.A., Osipenko, E.I., Sergienko, E.A. (2021). E`mocional`ny`j intellekt kak resurs sovladaniya so slozhny`mi stressovy`mi situaciyami [Emotional intelligence as a resource for coping with complex stressful situations]. International Journal of Medicine and Psychology. 4 (8), 57-66. (In Russ.).

### Информация об авторах / Information about the authors

**Чжан Шаохан** – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; 1483498961@qq.com.

**Артур Айратович Карманов** – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; arturkarmanov@yandex.ru.

**Людмила Алексеевна Боярская** – кандидат педагогических наук, доцент, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; l.a.boyarskaya@mail.ru.

**Екатерина Евгеньевна Леонова** – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; katyusha.leonova.2018@mail.ru.

**Chan Shaohan** – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; 1483498961@qq.com.

**Artur Ayratovich Karmanov** – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; arturkarmanov@yandex.ru.

**Lyudmila Alekseevna Boyarskaya** – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; l.a.boyarskaya@mail.ru

**Ekatgerina Evgenievna Leonova** – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; katyusha.leonova.2018@mail.ru.

*Рукопись поступила в редакцию / Received: 19.02.2023*

*Принята к публикации / Accepted: 18.03.2023*