

DOI 10.15826/spp.2023.3.75  
УДК 159.9.072.432

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА  
И СПЛОЧЕННОСТИ В КОМАНДЕ ДЕВУШЕК  
ПО СИНХРОННОМУ ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ**

**Л. А. Боярская<sup>1</sup>, С. А. Антропова<sup>1</sup>, И. Ф. Шубина<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

<sup>2</sup> ГБОУ № 5 Адмиралтейского района, Санкт-Петербург, Россия

**Аннотация.** Цель исследования заключалась в том, чтобы выявить влияние эмоционального интеллекта на сплоченность в спортивной команде девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием. В исследовании были применены следующие психологические тесты: тест «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина, тест для определения индекса групповой сплоченности Сихора. Исследование проводилось на базе спортивной школы «Юность» в г. Екатеринбурге. В эксперименте приняло участие 2 команды разных возрастных групп: 16 спортсменок, выступающих в разряде «новисы» (12–15 лет), 16 девушек выступающих в команде «КМС» (15–19 лет). Тестирование проводилось два раза: в начале и после соревновательного сезона. В ходе исследования выявлена положительная динамика развития сплоченности в обеих командах, выявлены достоверные взаимосвязи между межличностным эмоциональным интеллектом и уровнем сплоченности в коллективе. Дальнейшие исследования могут быть направлены на разработку стратегии повышения эмоционального интеллекта как фактора повышения сплоченности спортивного коллектива.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, сплоченность, женский коллектив, синхронное фигурное катание.

**Для цитирования:** Боярская Л. А., Антропова С. А., Шубина И. Ф. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и сплоченности в команде девушек по синхронному фигурному катанию // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2023. Т. 3. № 3. С. 7–18

## THE RELATIONSHIP OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND COHESION IN THE GIRLS' SYNCHRONIZED FIGURE SKATING TEAM

L. A. Boyarskaya<sup>1</sup>, S. A. Antropova<sup>1</sup>, I. F. Shubina<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

<sup>2</sup> State budgetary educational institution school No. 5 of the Admiralteysky district of St. Petersburg, St. Petersburg, Russia

**Abstract.** The aim of the study was to determine the relationship between emotional intelligence and cohesion in a sports team of girls engaged in synchronized figure skating. The following psychological tests were used in the study: the Emotional Intelligence test by D. V. Lyusin, a test to determine the index of group cohesion of the Sisor. The study was conducted on the basis of the sports school “Yunost” in Yekaterinburg. Two teams of different age groups took part in the experiment: 16 athletes performing in the category of “novices” (12–15 years old), 16 girls performing in the team of “CMS” (15–19 years old). Testing was conducted twice: at the beginning of the season and after the competitive season. The study revealed positive dynamics of the development of cohesion in both teams. It also revealed reliable relationships between interpersonal emotional intelligence and the level of cohesion in the team. Further research may be aimed at developing a strategy to increase emotional intelligence as a factor in increasing the cohesion of a sports team.

**Keywords:** emotional intelligence, cohesion, women’s team, synchronized figure skating.

**For citation:** Boyarskaya L. A., Antropova S. A., Shubina I. F. The relationship of emotional intelligence and cohesion in the girls’ synchronized figure skating team // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2023. Vol. 3. No. 3. P. 7–18.

В синхронном фигурном катании эффективность результатов тренировочной и соревновательной деятельности во многом определяется благоприятным психологическим климатом и отсутствием конфликтов между членами команды, а высокий уровень сплоченности позволяет спортсменкам хорошо понимать и чувствовать друг друга во время проката [1].

В случае чрезмерной внутригрупповой напряженности, вызванной отсутствием сплоченности в команде, результаты соревнований могут быть значительно ниже возможностей спортсменов [4, 5].

В связи с этим, актуальным является обоснование личностных детерминант, способствующих созданию благоприятного психологического климата в команде девушек. К числу таких личностных свойств можно отнести эмоциональный интеллект. Эмоциональный интеллект рассматривается, как способность спортсменов управлять собственными эмоциями, эффективно взаимодействовать с другими людьми, адекватно воспринимать поведенческие реакции окружающих [3]. В ряде исследований доказывается значимость эмоциональ-

ного интеллекта в развитии эмоциональной устойчивости спортсменов во время соревнований [2, 3].

Цель исследования: определить взаимосвязь эмоционального интеллекта и сплоченности в спортивной команде девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием.

Методы исследования. В исследовании были применены следующие психологические тесты: тест «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина [6], тест для определения индекса групповой сплоченности Сишора [7]. Исследование проводилось на базе спортивной школы «Юность» в г. Екатеринбурге. В эксперименте приняло участие 36 девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием, в возрасте от 13 до 18 лет. 16 спортсменок выступают в разряде «новисы» (с 12 до 15 лет), 16 девушек выступают в команде «КМС» (с 15 до 19 лет). Тестирование проводилось два раза: в начале (сентябрь 2022 г.) и после соревновательного (май 2023 г.) сезонов.

Результаты. По результатам начального тестирования эмоционального интеллекта получены данные, представленные в таблице 1.

Таблица 1

**Показатели эмоционального интеллекта в команде девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием, до начала соревновательного сезона**

Показатели	Результаты опроса	
	1 команда «Новисы»	2 команда «КМС»
МЭИ (межличностный эмоциональный интеллект)	18,7 % – высокий уровень 68,8 % – средний уровень 12,5 % – низкий уровень	25 % – высокий уровень 75 % – средний уровень
ВЭИ (внутриличностный эмоциональный интеллект)	21 % – высокий уровень 79 % – средний уровень	25 % – высокий уровень 75 % – средний уровень
ПЭ (понимание эмоций)	75 % – средний уровень 25 % – низкий уровень	6,3 % – высокий уровень 81,2 % – средний уровень 12,5 % – низкий уровень
УЭ (управление эмоциями)	93,7 % – средний уровень 6,3 % – низкий уровень	68,8 % – высокий уровень 31,3 % – средний уровень

Выявлено, что в команде новисов 12,5 % спортсменок имеют низкий уровень межличностного эмоционального интеллекта. В команде «КМС» спортсменок с низким эмоциональным интеллектом нет. В то же время 68,8 % спортсменок более высокой спортивной квалификации имеют высокий уровень по показателю «управление эмоциями», что свидетельствует о том, что спортивный стаж положительно влияет на способность спортсменок управлять своими эмоциями. Отмечено,

что в обеих группах имеются девушки, которые испытывают трудности в понимании эмоций других членов команды. Таким образом, исходя из полученных данных, мы видим, что в старшей команде эмоциональный интеллект как внутриличностный, так и межличностный, значительно выше, чем у девочек младшего возраста.

Для выявления уровня сплоченности в команде девушек по синхронному фигурному катанию применялся тест определения индекса групповой сплоченности Сишора. Спортсменкам предлагалось ответить на 5 вопросов, ответы на которые позволили определить психологическую атмосферу в команде. Итоговые показатели анализировались с целью выделить спортсменок с крайними оценками, после этого рассматривалось распределение ответов по каждому вопросу для выявления наиболее серьезных проблем в команде. Для получения итогового показателя сплоченности команды суммировались отдельные оценки всех спортсменок и находилось среднее арифметическое отклонение. По количеству набранных баллов определялся уровень сплоченности: 7–14 баллов – низкий уровень сплоченности; 15–20 баллов – средний уровень сплоченности; 21–25 баллов – высокий уровень сплоченности.

В таблице 2 приведены результаты исследования сплоченности у девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием, в команде «новисы» до начала соревновательного сезона

Таблица 2

**Показатели сплоченности в команде девушек «новисы», занимающихся синхронным фигурным катанием, до начала соревновательного сезона**

Спортсменки	Личный результат (баллы)	Общий результат (баллы)
1	10	15,7
2	21	
3	19	
4	12	
5	11	
6	18	
7	12	
8	14	
9	15	
10	20	
11	9	
12	22	
13	20	
14	19	
15	13	
16	17	

Процентное соотношение результатов, отражающих уровень сплоченности в команде девушек «новисы», до начала соревновательного сезона представлено на рисунке 1.

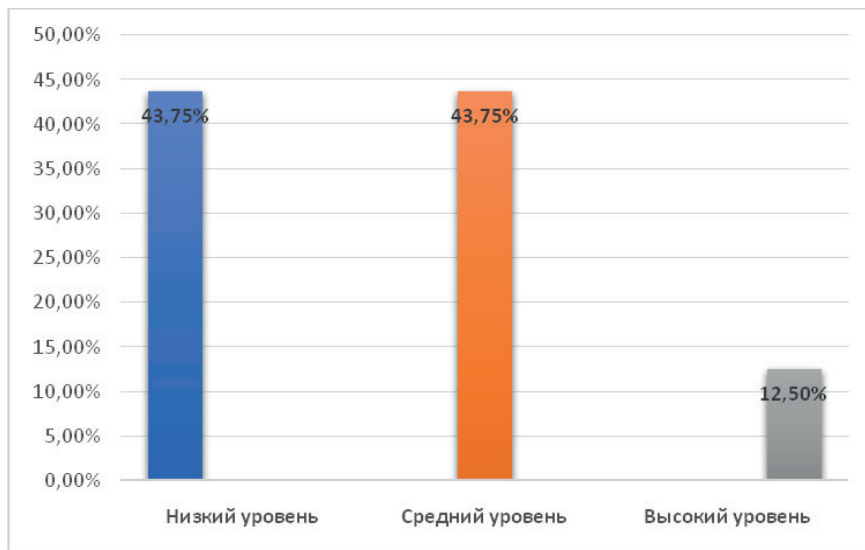


Рисунок 1. Процентное соотношение результатов, отражающих уровень сплоченности в команде девушек «новисы», до начала сезона.

На рисунке 1 видно, что многие девочки оценивают сплоченность на низком уровне, что составило 43,75 %. Данные результаты показали те спортсменки, кто первый год катается в команде. Это и понятно, так как часто новеньким приходится нелегко в начале сезона и требуется время, чтобы «влиться» в новый коллектив. Такой же процент соответствует среднему уровню. Высокий уровень составил лишь 12,5 %.

Результаты проведенного исследования показали, что у девушек в команде «КМС» до начала соревновательного сезона достаточно ровные взаимоотношения в команде (таблица 3).

Таблица 3

**Показатели сплоченности в команде девушек «КМС» занимающихся синхронным фигурным катанием, до начала соревновательного сезона**

Спортсменки	Личный результат (баллы)	Общий результат (баллы)
1	20	18,3
2	17	
3	14	
4	25	
5	21	
6	18	
7	14	

Продолжение таблицы 3

Спортсменки	Личный результат (баллы)	Общий результат (баллы)
8	17	18,3
9	21	
10	20	
11	12	
12	22	
13	20	
14	19	
15	15	
16	18	

Из таблицы 3 мы видим, что общий балл сплоченности в команде «КМС» составил 18,3 %, что соответствует среднему уровню групповой сплоченности. Следовательно, можно сделать вывод о благоприятной психологической атмосфере в команде «КМС» до начала соревновательного сезона.

В то же время, на рисунке 2 в процентном соотношении показано как оценивает уровень сплоченности каждый член команды. Отмечено, что 13,6 % девушек имеют низкий уровень сплоченности в команде, 56 % – средний, 30,4 % – высокий уровень.

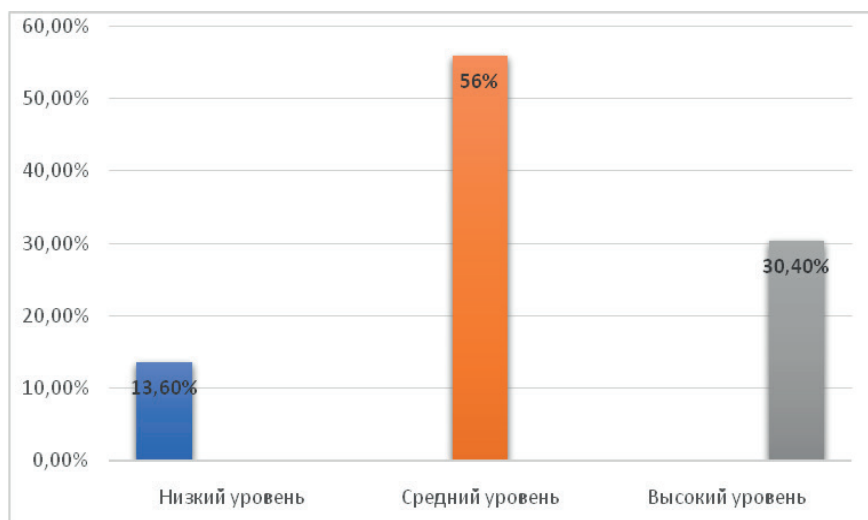


Рисунок 2. Процентное соотношение результатов, отражающих уровень сплоченности в команде девушек «КМС», до начала соревновательного сезона

Большинство членов команды оценивает сплоченность на среднем и высоком уровне и лишь единицы оценили атмосферу в команде низкими баллами. Тот факт, что 13,6 % спортсменок имеют низкий уровень сплоченности, возможно, объясняется тем, что у них недавно был конфликт с другими девушками из команды, низкая оценка носит временный характер и, после того как закончится ссора, она возрастет.

Необходимо отметить, что высокий уровень сплоченности отметили спортсменки, которые выступают за команду больше двух лет. Девушки, выступающие менее продолжительное время (около года), указывают на низкий уровень сплоченности команды. Возможно, это связано с проблемами адаптации в данном спортивном коллективе. Тем более, они перешли из одиночного фигурного катания и им особенно сложно «влиться» в команду.

Результаты исследования показали, что к концу соревновательного сезона эмоциональный интеллект в обеих командах заметно улучшился. Особенно хорошо видны изменения в младшей команде «Новисы», их значения выросли по всем показателям (таблица 4).

Таблица 4

**Показатели эмоционального интеллекта в команде девушек «Новисы», занимающихся синхронным фигурным катанием, после соревновательного сезона**

Показатели	Результаты опроса	
	1 команда «Новисы»	2 команда «КМС»
МЭИ (межличностный эмоциональный интеллект)	25 % – высокий уровень 68,8 % – средний уровень 6,3 % – низкий уровень	37,5 % – высокий уровень 62,5 % – средний уровень
ВЭИ (внутриличностный эмоциональный интеллект)	31,3 % – высокий уровень 68,8 % – средний уровень	25 % – высокий уровень 75% – средний уровень
ПЭ (понимание эмоций)	12,5 % – высокий уровень 75 % – средний уровень 12,5 % – низкий уровень	18,8 % – высокий уровень 81,2 % – средний уровень
УЭ (управление эмоциями)	12,5 % – высокий уровень 81,3 % – средний уровень 6,3 % – низкий уровень	68,8 % – высокий уровень 31,2 % – средний уровень

Также в конце соревновательного сезона отмечены положительные изменения показателя сплоченности в команде девушек «Новисы», занимающихся синхронным фигурным катанием (таблица 5).

Таблица 5

**Показатели сплоченности в команде девушек «Новисы», занимающихся синхронным фигурным катанием, после соревновательного сезона**

Спортсменки	Личный результат (баллы)	Общий результат (баллы)
1	19	18,5
2	18	
3	22	
4	21	
5	14	
6	19	
7	19	
8	17	
9	20	
10	19	
11	14	
12	21	
13	19	
14	21	
15	18	
16	16	

Изменились как общие показатели, так и личностные. Это свидетельствует о том, что совместная соревновательная деятельность в прошедшем спортивном сезоне способствовала улучшению групповой сплоченности у девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием, в команде «Новисы».

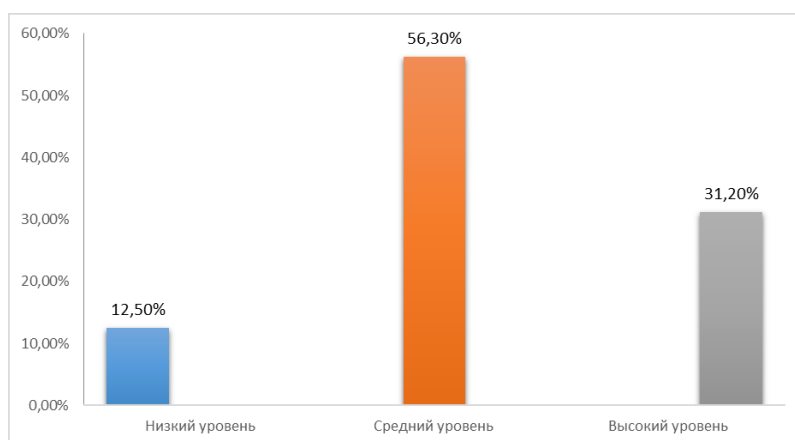


Рисунок 3. Процентное соотношение результатов, отражающих уровень сплоченности в команде девушек «Новисы», занимающихся синхронным фигурным катанием, после соревновательного сезона



На рисунке 3 представлено уже процентное соотношение результатов, отражающих уровень сплоченности в команде девушек «Новись», занимающихся синхронным фигурным катанием, после соревновательного сезона.

Из рисунка 3 мы видим, что в конце сезона показатель сплоченности у старшей команды возрос до 56,30 %, но остался пока еще на среднем уровне. Но, обращает внимание тот факт, что, если до начала сезона 46,75 % девушек имели низкий уровень сплоченности, то в конце сезона только 12,5 % спортсменок имеют низкие показатели. Это свидетельствует о том, что, несмотря на то, что девушки откатали только один сезон в таком составе, в данном коллективе присутствует сплоченность, помогающая решать спортивные задачи.

Рассмотрим показатели сплоченности в команде девушек «КМС», занимающихся синхронным фигурным катанием, после соревновательного сезона, что представлено в таблице 6.

Таблица 6

**Показатели сплоченности в команде девушек «КМС», занимающихся синхронным фигурным катанием, после соревновательного сезона**

Спортсменки	Личный результат (баллы)	Общий результат (баллы)
1	19	18,9
2	20	
3	17	
4	21	
5	23	
6	19	
7	14	
8	16	
9	17	
10	22	
11	18	
12	22	
13	21	
14	19	
15	17	
16	18	

Анализ полученных данных показал, что после соревновательного сезона у девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием, команды «КМС» также отмечается положительная динамика в улучшении групповой сплоченности. Улучшились как общие, так и личные показатели.

Если рассматривать процентное соотношение результатов, отражающих уровень сплоченности в команде девушек «КМС», занимающихся синхронным фигурным катанием, что представлено на рисунке 4, то видно, что снизилось количество девушек с низким уровнем до 6 %.

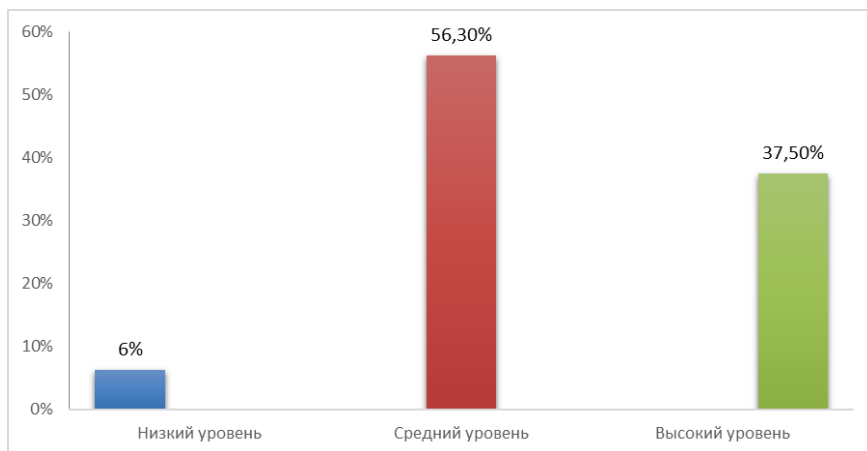


Рисунок 4. Процентное соотношение результатов, отражающих уровень сплоченности в команде девушек «КМС», занимающихся синхронным фигурным катанием, после соревновательного сезона

Но, с другой стороны, соотношение девушек со средним и высоким уровнем групповой сплоченности практически не изменилось. По нашему мнению, данный факт может свидетельствовать о наличии некоторых проблем во взаимоотношениях спортсменок в команде «КМС».

Для анализа взаимосвязи между шкалами был использован корреляционный анализ. Использовался коэффициент корреляции Пирсона. Данные представлены в таблице 7.

Таблица 7

#### Эмпирические значения корреляционного анализа

	Межличностный ЭМ	Внутриличностный ЭМ
Сплоченность	0,835***	0,359
Межличностный ЭМ		0,506*

Результаты проведенного корреляционного анализа показали, что межличностный интеллект имеет высокий уровень корреляции с показателем сплоченности ( $r=0,835$ ).

Выводы. Результаты проведенного исследования показали, что с улучшением показателя межличностного эмоционального интеллекта в команде девушек, занимающихся синхронным фигурным катанием, повышается сплоченность в команде. Выявлено, что переход

девушек из одиночного фигурного катания в синхронное фигурное катание в большей степени влияет на развитие их эмоционального межличностного интеллекта. Результаты исследования показывают, что тренерам по синхронному фигурному катанию и спортивным психологам необходимо больше внимания уделять развитию межличностного эмоционального интеллекта при создании команды.

### Список литературы

1. Бакуркина Е. П. Особенности взаимоотношений между членами команды по синхронному катанию // Доминанты психолого-педагогической мысли в области физической культуры и спорта : матер. Всерос. науч.-прак. конф с междунар. участием (30 окт. 2020 г.). Казань, 2020. С. 167–170.
2. Белоконов В. О., Горская Г. Б. Роль эмоционального и социального интеллекта в поддержании психической устойчивости субъектов командной деятельности // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2019. № 4. С. 62–72.
3. Берилова Е. И. Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости у спортсменов разного пола // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Краснодар, 2015. С. 144–145.
4. Бочавер К. А., Савинкина А. О. К вопросу о феномене групповой сплоченности в спорте: анализ методологических подходов // Социология власти. 2018. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-fenomene-grupповой-splochnosti-v-sporte-analiz-metodologicheskikh-podhodov>(дата обращения 20.08.2023).
5. Дарвиш О. Б. Повышение уровня групповой сплочённости в спортивных группах и её влияние на психологическую устойчивость спортсменов // Мир науки, культуры, образования : МНКО. 2015. № 2. С. 315–321.
6. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. Москва, 2004. С. 29–39.
7. Ханин, Ю. Л. Психология общения в спорте. М.: Физкультура и спорт, 1980. 208 с.

### References

1. Bakurkina, E. P. (2020). Osobennosti vzaimootnosheniy mezhdru chlenami komandy po sinkhronnomu kataniyu [Features of the relationship between the members of the synchronized skating team]. In *Dominanty psikhologo-pedagogicheskoy mysl'i v oblasti fizicheskoy kultury i sporta: materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiyem* [Dominants of psychological and pedagogical thought in the field of physical culture and sports: materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation (October 30, 2020)] (pp. 167–170). Volga Region State University of Physical Culture, Sport and Tourism. (In Russian).
2. Belokon, V. O., & Gorskaya, G. B. (2019). Rol emotsionalnogo i sotsialnogo intellekta v podderzhanii psikhicheskoy ustoychivosti subyektov komandnoy deyatel'nosti [The role of emotional and social intelligence in supporting the mental toughness of team subjects]. *Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika i psikhologiya. Series: Pedagogy and Psychology* [Bulletin of Tver State University. Series: Pedagogy and Psychology]. 4(49), 62–72. (In Russian).
3. Berilova, E. I. (2015). Emotsional'nyj intellekt kak faktor stressoustojchivosti u sportsmenov raznogo pola [Emotional intelligence as a factor of stress resistance in athletes of different sexes]. In *Materialy nauchnoj i nauchno-metodicheskoy konferentsii professorsko-prepodavatel'skogo sostava Kubanskogo gosudarstvennogo universiteta*

*fizicheskoy kul'tury, sporta i turizma* [Materials of the scientific and scientific-methodical conference of the teaching staff of the Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism] (pp. 144–145). (In Russian).

4. Bochaver, K. A., & Savinkina, A. O. (2018) *K voprosu o fenomene gruppovoy splochnosti v sporte: analiz metodologicheskikh podhodov* [On the phenomenon of group cohesion in sports: analysis of methodological approaches]. *Sotsiologiya vlasti* [Sociology of power], 2, 55–82. <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-fenomene-gruppovoy-splochnosti-v-sporte-analiz-metodologicheskikh-podhodov>. (In Russian).

5. Darvish, O. B. (2015). *Povyshenie urovnya gruppovoy splochnosti v sportivnykh gruppah i eyo vliyaniye na psihologicheskuyu ustojchivost' sportsmenov* [Increasing the level of group cohesion in sports groups and its impact on the psychological stability of athletes]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya* [The world of science, culture and education], 2, 315–321. (In Russian).

6. Lyusin, D. V. (2004). *Sovremennye predstavleniya ob emocional'nom intellekte* [Modern ideas about emotional intelligence]. In D. V. Lyusin, & D. V. Ushakov (Eds.), *Social'nyj intellekt : Teoriya, izmerenie, issledovaniya* [Social intelligence: Theory, Measurement, Research] (pp. 29–39). Publishing House “IP RAS”. (In Russian).

7. Khanin Yu. (1980). *Psikhologiya obshcheniya v sporte* [Psychology of communication in sports]. Moscow, Physical culture and Sport Publ. (In Russian).

#### Информация об авторах / Information about the authors

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

**Софья Андреевна Антропова** – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; antropova.sonya@yandex.ru

**Ирина Федоровна Шубина** – кандидат педагогических наук, мастер спорта международного класса, спортивный судья Всероссийской категории, педагог дополнительного образования, руководитель школьного спортивного клуба, Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 5 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга; shininairina@list.ru

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

**Sofya Andreevna Antropova** – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; antropova.sonya@yandex.ru

**Irina Fedorovna Shubina** – PhD (Pedagogical), Master of Sports of international class, sports judge of the All-Russian category, teacher of additional education, head of the school sports club, State Budgetary educational institution of school No. 5 of the Admiralteysky district of St. Petersburg; shininairina@list.ru

*Рукопись поступила в редакцию / Received: 09.09.2023*

*Принята к публикации / Accepted: 23.10.2023*