



УДК 159.9

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Бушина Ирина Александровна

студент

Неволина Виктория Васильевна

доктор педагогических наук, заведующий кафедрой общей и профессиональной педагогики
Оренбургский государственный университет, г. Оренбург

Аннотация. В статье рассматривается проблема развития эмоционального интеллекта студентов в образовательном процессе. Исследуются особенности влияния эмоционального интеллекта на успешность учебной деятельности и формирование личностных качеств будущих специалистов. Приводятся результаты эксперимента, проведенного среди студентов Оренбургского государственного университета, включая диагностику уровней эмоционального интеллекта и разработку программы, направленной на его повышение. Основной вывод – внедрение специальных методик способствует эффективному формированию эмоциональной компетентности, необходимой для адаптации молодых специалистов к современным условиям труда и жизни.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, студенты, образовательный процесс, развитие, профессиональная подготовка.

Теория эмоционального интеллекта сформировалась в психологической науке относительно недавно. Изначально эмоции и интеллект рассматривались отдельно друг от друга, но с каждым годом все больше осмысливалась их взаимосвязь и взаимозависимость. Наибольший вклад в становление и развитие теории эмоционального интеллекта внесли И.Н. Андреева, Р. Бар-он, Г.В. Бреслав, И.И. Ветрова, Г.Г. Гарскова, Д. Гоулман, Е.П. Ильин, Д. Карузо, Д.В. Люсин, Дж. Майер, М.А. Манойлова, П. Саловей, Е.А. Сергиенко, Е.В. Сидоренко, Р. Стернберг, Д.В. Ушаков [2].

Понятие «эмоциональный интеллект» ввели в психологическую науку американские ученые Дж. Майер и П. Саловей в 1990 г. Они определяли эмоциональный интеллект как «подмножество социального интеллекта, которое включает в себя способность отслеживать свои и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для управления своим мышлением и действиями» [1, 2, 3].

Исследование связи эмоционального интеллекта и высшего образования в современном мире становится необходимым вследствие потребности в улучшении образовательного



процесса. Включение аспектов развития эмоционального интеллекта в образовательный процесс позволит повысить уровень образования. Студенты с высоким уровнем эмоционального интеллекта лучше понимают свои и чужие эмоции, способны управлять своими и чужими эмоциями, имеют склонность принимать ценность, характерные для самоактуализирующейся личности [4].

Актуальность данного исследования заключается в том, что на фоне улучшения и развития современного общества происходит усложнение социальных процессов. Это привело к тому, что полученных индивидом знаний, умений и навыков уже недостаточно для успешной профессиональной деятельности и для жизни в целом. В условиях глобализации и возрастающей конкуренции успешность карьеры, удовлетворенность человека своей жизнью, умение поддерживать плодотворные отношения с социумом в большей степени зависят от способности эффективно взаимодействовать с окружающими людьми, управлять своими эмоциями и понимать эмоции других, то есть от уровня развития эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект становится ключевым фактором в формировании успешной личности, способной адаптироваться к быстро меняющимся условиям труда и жизни. Именно поэтому развитие эмоционального интеллекта у студентов приобретает особую значимость на государственном и общественном уровнях, поскольку будущее страны зависит от уровня подготовки её молодежи.

Цель исследования: обосновать и апробировать процесс развития эмоционального интеллекта студентов в образовательном процессе.

Гипотеза исследования: процесс развития эмоционального интеллекта студентов в образовательном процессе предполагает рассмотрение:

- «эмоционального интеллекта» как психологического феномена;
- особенностей образовательного процесса в развитии эмоционального интеллекта студентов;
- программа включает тренинг по развитию эмоционального интеллекта студентов и рекомендации, которые помогут студентам повысить уровень своего эмоционального интеллекта.

Методологическая база. Деятельностный подход рассматривает эмоциональный интеллект как систему компетенций, направленных на восприятие, понимание и управление эмоциями, необходимых для эффективной деятельности и взаимодействия с окружающим миром. Этот подход акцентирует внимание на активности индивида, осознании эмоций и их роли в регуляции поведения, а также развитии эмоционального интеллекта через практический опыт и социальную среду (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев).

Методы исследования:



- теоретические – теоретический анализ по исследуемой проблеме;
- эмпирические – развивающий эксперимент, опрос.

Методики исследования:

- Тест эмоционального интеллекта Холла.
- Опросник «ЭмИн» Д. В. Люсина.

Эмпирическая база. В данном исследовании приняли участие студенты Оренбургского государственного университета (ОГУ). Выборка формировалась из студентов 3-4 курса специалитета очной формы обучения и состояла из 20 студентов, обучающихся на специальности «Психология служебной деятельности». Возраст участников исследования находился в диапазоне 20-25 лет.

Исследование пошло в **3 этапа**:

1. **Констатирующий этап** – проведение первичной диагностики для выявления исходного уровня сформированности эмоционального интеллекта. Для диагностики используются следующие методики: тест эмоционального интеллекта Холла, опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина.

2. **Развивающий этап** – реализация мероприятий, направленных на развитие эмоционального интеллекта.

3. **Контрольный этап** – проведение вторичной диагностики для выявления изменений уровня эмоционального интеллекта, обработка и анализ экспериментальных данных, оценка эффективности разработанной программы «Развитие эмоционального интеллекта студентов в образовательном процессе».

Констатирующий этап предполагает проведение первичной диагностики для выявления исходного уровня сформированности эмоционального интеллекта. Для исследования эмоционального интеллекта у студентов были выбраны две методики – тест эмоционального интеллекта Холла, опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина, поскольку они направлены на оценку схожих аспектов эмоционального интеллекта.

Результаты теста эмоционального интеллекта Холла были следующими:

- По шкале «Эмоциональная осведомленность» 11 человек (55%) имеют средний уровень, 9 человек (45%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Управление своими эмоциями» 12 человек (60%) имеют низкий уровень, 7 человек (35%) имеют средний уровень, 1 человек (5%) имеет высокий уровень.
- По шкале «Самомотивация» 8 человек (40%) имеют низкий уровень, 9 человек (45%) имеют средний уровень, 3 человека (15%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Эмпатия» 5 человек (25%) имеют низкий уровень, 9 человек (45%) имеют средний уровень, 6 человек (30%) имеют высокий уровень.



- По шкале «Управление эмоциями других» 2 человека (10%) имеют низкий уровень, 17 человек (85%) имеют средний уровень, 1 человек (5%) имеет высокий уровень.

Таким образом, по шкалам «Эмоциональная осведомленность», «Самотивация», «Эмпатия», «Управление эмоциями других» большинство респондентов имеет средний уровень развития навыка. Лишь по шкале «Управление своими эмоциями» преобладает низкий уровень развития навыка.

Результаты опросника эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д. В. Люсина были следующими:

- По шкале «Межличностный эмоциональный интеллект» (МЭИ) 3 человека (15%) имеют низкий уровень, 9 человек (45%) имеют средний уровень, 8 человек (40%) имеют высокий уровень.

- По шкале «Внутриличностный эмоциональный интеллект» (ВЭИ) 2 человека (10%) имеют низкий уровень, 11 человек (55%) имеют средний уровень, 7 человек (35%) имеют высокий уровень.

- По шкале «Понимание эмоций» (ПЭ) 2 человека (10%) имеют низкий уровень, 13 человек (65%) имеют средний уровень, 5 человек (25%) имеют высокий уровень.

- По шкале «Управление эмоциями» (УЭ) 3 человека (15%) имеют низкий уровень, 11 человек (55%) имеют средний уровень, 6 человек (30%) имеют высокий уровень.

Следовательно, по всем шкалам большинство респондентов имеют средний уровень развития навыков эмоционального интеллекта.

Развивающий этап предполагает реализацию мероприятий, направленных на развитие эмоционального интеллекта. Была разработана программа, включающая самопознание, саморегуляцию, эмпатию, эффективные коммуникативные навыки и управление конфликтами. Она помогает формировать доверительное отношение к миру, развивает способности распознавать и регулировать собственные эмоции, а также улучшать взаимодействие с окружающими. Программа включает различные упражнения, направленные на углубленное изучение эмоций, улучшение навыков общения и повышение личной эффективности. В результате участники смогут лучше справляться с жизненными трудностями, улучшат качество отношений и достигнут успехов в учебе и карьере. После реализации данной программы была проведена вторичная диагностика.

Контрольный этап. После реализации программы «Развитие эмоционального интеллекта студентов в образовательном процессе» была проведена вторичная диагностика для выявления изменений уровня эмоционального интеллекта.

Результаты теста эмоционального интеллекта Холла были следующими:



- По шкале «Эмоциональная осведомленность» 10 человек (50%) имеют средний уровень и 10 человек (50%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Управление своими эмоциями» 2 человека (10%) имеют низкий уровень, 15 человек (75%) имеют средний уровень, 3 человека (15%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Самомотивация» 1 человек (5%) имеет низкий уровень, 15 человек (75%) имеют средний уровень, 4 человека (20%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Эмпатия» 11 человек (55%) имеют средний уровень, 9 человек (45%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Управление эмоциями других» 16 человек (80%) имеют средний уровень, 4 человека (20%) имеют высокий уровень.

Данные по тесту Холла показывают положительную динамику по большинству показателей эмоционального интеллекта. Особенно заметны улучшения в управлении собственными эмоциями, самомотивации и эмпатии. Однако некоторые показатели остаются стабильными или незначительно меняются, что свидетельствует о постепенном улучшении общей эмоциональной компетентности группы.

Результаты опросника эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д. В. Люсина были следующими:

- По шкале «Межличностный эмоциональный интеллект» (МЭИ) 9 человек (45%) имеют средний уровень, 11 человек (55%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Внутриличностный эмоциональный интеллект» (ВЭИ) 10 человек (50%) имеют средний уровень и 10 человек (50%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Понимание эмоций» (ПЭ) 13 человек (65%) имеют средний уровень, 7 человек (35%) имеют высокий уровень.
- По шкале «Управление эмоциями» (УЭ) 11 человек (55%) имеют средний уровень, 9 человек (45%) имеют высокий уровень.

Анализ опросника Д. В. Люсина показывает позитивную тенденцию развития всех аспектов эмоционального интеллекта среди участников исследования. Значительно уменьшилась доля людей с низкими показателями, особенно ярко выражено улучшение по шкалам МЭИ, ВЭИ и УЭ. Это свидетельствует о повышении общего уровня эмоциональной компетентности и развитии навыков управления собственными эмоциями и взаимодействиями с окружающими людьми.

Таким образом, проведя анализ результатов первичной и вторичной диагностики, можно констатировать, что программа, направленная на развитие уровня эмоционального интеллекта у студентов, является эффективной, поскольку по обеим методикам во всех их компонентах показатели улучшились.



Список литературы:

1. Восковская А.С. Влияние эмоционального интеллекта студентов вузов на академическую успеваемость / А. С. Восковская // Общество: социология, психология, педагогика. – 2022. – №. 2 (94). – С. 162-168.
2. Наймушина Л.М. История становления понятия «эмоциональный интеллект» в психологической науке / Л. М. Наймушина // Педагогика: история, перспективы. – 2020. – Т. 3. – №. 4. – С. 63-70.
3. Симатова О.Б. Специфика эмоционального интеллекта студентов вуза, обучающихся на различных факультетах / О. Б. Симатова // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2017. – Т. 22. – С. 104-114.
4. Шинкарёва О В. Оценка эмоционального интеллекта студентов высших учебных заведений / О. В. Шинкарёва, Е. А. Майорова // Балтийский гуманитарный журнал. – 2018. – Т. 7. – №. 4 (25). – С. 263-265.