

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Парамонова Юлия Андреевна

Фролова Анастасия Вадимовна

студент 3 курса

Белгородский Государственный Национальный Исследовательский Университет, г.Белгород

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического изучения особенностей пяти компонентов эмоционального интеллекта в подростковом возрасте.

Ключевые слова: личность, подростки, эмоциональный интеллект.

Интерес к эмоциональному интеллекту возник у учёных на рубеже XX – XXI вв. Изучение этого психологического явления стало активно развиваться в зарубежной психологии такими учёными, как Дж. Майер, П. Сэловей, Д. Карузо, Д. Гоулмен, Бар-Он..

В отечественной психологии аналогом термина эмоциональный интеллект являлось понятие эмоционального мышления, изучением которого занимался О.К. Тихомиров. Описывая специфику эмоционального мышления, он отмечал, что эмоциональные состояния включены в процесс решение задач [1].

По данным исследования П. Лафренье, подростки ощущают себя очень счастливыми в шесть раз чаще, чем родители, а крайне несчастными – в три раза чаще. Подобный всплеск в эмоциональной жизни в подростковом возрасте учёные связывают с балансом двух основных видов нервных процессов – возбуждения и торможения. Абсолютно одинаковые жизненные ситуации вызывают у подростков более яркий эмоциональный отклик [2].

Именно в возрасте 13 лет проявляется большое количество сложностей во взаимодействии между подростками и взрослыми [3]. Таким образом, ведущим видом деятельности в подростковом возрасте является общение, которое не может эффективно протекать без учета эмоционального интеллекта. Сензитивным периодом для развития эмоциональной сферы является подростковый возраст, психологическими новообразованиями которого являются развитие эмоционального и интеллектуального компонента.

Цель: изучить особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте.

База исследования: исследование проводилось в городе Белгороде, испытуемыми выступали учащиеся в возрасте от 13 до 15 лет в количестве 48 человек.

В результате проведенного исследования нами была выявлена выраженность пяти характеристик эмоционального интеллекта: эмоциональная осведомленность, управление

своими эмоциями, самомотивация, эмпатия и распознавание эмоций других людей, а также выделены три уровня эмоционального интеллекта. Результаты представлены на рис. 1.

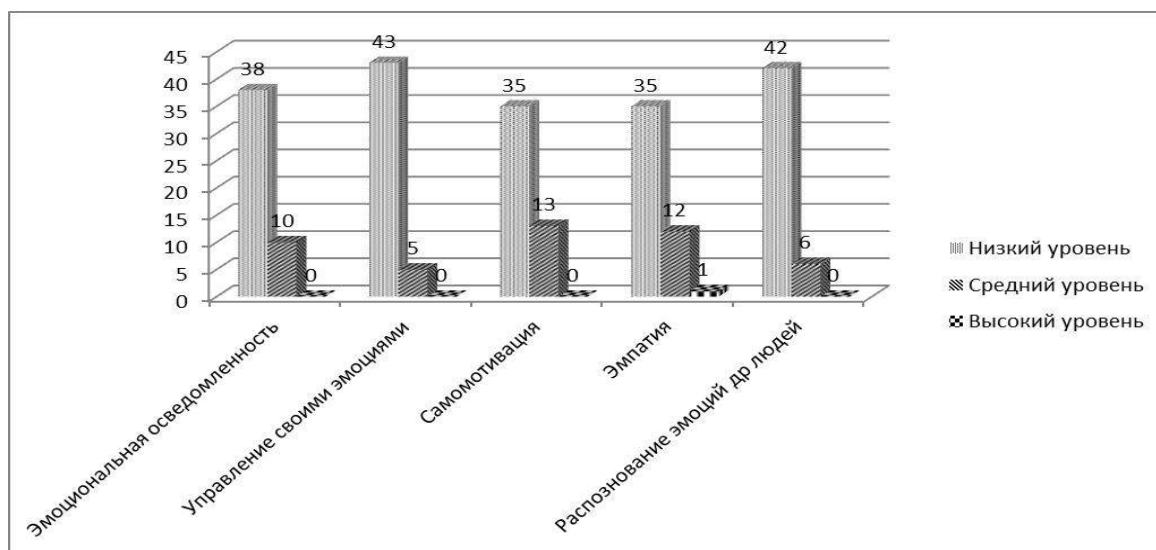


Рис.1. Выраженность содержательных характеристик эмоционального интеллекта по уровням

Эмоциональная осведомлённость. Индивиды, имеющие высокую эмоциональную осведомленность в гораздо большей мере, чем другие понимают и осознают своё внутреннее состояние. Низкий уровень набрали 38 (79%) подростков, средний – 10 (21%) подростков.

Управление своими эмоциями – т.е. эмоциональная отходчивость, эмоциональная гибкость и пластичность. По данной шкале низкий уровень набрали 43 (89,5%) ученика, а средний – 5 (10,5%).

Самомотивация. Наглядно демонстрируется управление собственным поведением за счет управления эмоциями. Низкий уровень набрали 35 (73%) школьников, средний – 13 (27%) школьников.

Эмпатия – это осознанное понимание эмоций других людей, а также умение сопереживать эмоциональному состоянию другого человека на текущий момент времени. Данное понятие рассматривается так же, как и умение понять человека по мимике, жестам, позе. По шкале «эмпатия» низкий уровень набрали 35 (73%) подростков, средний – 12 (25%) подростков, а высокий всего один подросток (2%).

Распознавание эмоций других людей. Имеется ввиду способность влиять на эмоциональное состояние других людей, оказывать им поддержку в необходимый период времени. Низкий уровень набрали 42 (87,5%) ученика, средний – 6 (12,5%) учеников.

Наиболее развитым компонентом эмоционального интеллекта у подростков, является «Самомотивация». Подростки без особого труда способны мотивировать себя на обязательное выполнение определенных задач, к которым не испытывают интереса. Так же, высоко развита такая характеристика эмоционального интеллекта, как «Эмпатия». Подростки в состоянии осознанно сопереживать эмоциональному состоянию другого человека. Наименее развитым

компонентом эмоционального интеллекта является «Управление своими эмоциями», т.е. школьники имеют затруднения в контроле своих эмоциональных состояний: не способны контролировать интенсивность своих эмоций, а также их внешнее проявление.

В работе Т.В. Семеновских и В.В. Дуплянкин [32] были выявлены следующие результаты тестирования: наиболее развитым компонентом в структуре эмоционального интеллекта является «Эмпатия» и «Эмоциональная осведомленность». На среднем уровне развития у испытуемых находятся такие компоненты эмоционального интеллекта, как «Самомотивация» и «Распознавание эмоций других людей». Наименее развитым компонентом в эмоциональном интеллекте является «Управление своими эмоциями».

Таким образом, наши результаты совпадают с результатами Т.В. Семеновских и В.В. Дуплянкиным: подростки способны себя замотивировать без особых сложностей; подростки имеют определенные трудности при контроле собственных эмоциональных проявлений и плохо умеют распознавать эмоции других людей.

Список литературы:

1. Давыдова Ю. В. Особенности эмоционального интеллекта подростков // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. – 2007. – №2. Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-emotsionalnogo-intellekta-podrostkov>
2. Лафренье П. Эмоциональное развитие детей и подростков / П. Лафренье. // пер. с англ. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2004. – 256 с.
3. Михалкина Ю. А. Изучение уровня эмоционального интеллекта подростков города Самара. Сравнительный анализ по полу // Самарский Государственный Университет. – 2009. Режим доступа: <https://www.scienceforum.ru/2015/pdf/17962.pdf>.