

УДК 159.9-057.87:378(045)

<https://doi.org/10.36906/KSP-2021/47>

Долговых О.Г.

ORCID: 0000-0002-3230-4784, канд. пед. наук

Соловьева М.А.

ORCID: 0000-0001-5456-2293

Ижевская государственная сельскохозяйственная академия

г. Ижевск, Россия

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ ИЖЕВСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ АКАДЕМИИ

Аннотация. Исследование проведено с целью выявления особенностей эмоционального интеллекта у студентов Ижевской ГСХА. Результаты помогут разработать тренинговую программу для повышения эмоционального интеллекта студентов, обучающихся в вузе. При помощи развития эмоционального интеллекта студенты смогут более эффективно справляться со стрессом во время проверки знаний и повысить свою успеваемость.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; эмоциональная осведомленность; самомотивация; управление эмоциями; эмпатия.

Dolgovich O.G.

ORCID: 0000-0002-3230-4784, Ph.D.

Solovyova M.A.

ORCID: 0000-0001-5456-2293

Izhevsk State Agricultural Academy

Izhevsk, Russia

EXPERIMENTAL RESEARCH TO IDENTIFY THE LEVEL OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AMONG STUDENTS OF THE IZHEVSK STATE AGRICULTURAL ACADEMY

Abstract. The study was conducted by us in order to identify the features of emotional intelligence in students of the Izhevsk State Agricultural Academy. The results will help to develop a training program to improve the emotional intelligence of students studying at the university. With the development of emotional intelligence, students will be able to cope with stress more effectively during the knowledge test and improve their academic performance.

Key words: emotional intelligence; emotional awareness; self-motivation; emotion management; empathy.

Каждый студент перед экзаменом испытывает психическое напряжение, также во время сдачи экзамена и подготовки к нему. Степень стресса иногда достигает таких высот, что мешает успеваемости учащихся. Эмоции переполняют их. Это могут быть такие эмоции как страх, волнение, неуверенность в своих знаниях, которая в свою очередь может быть истинной и ложной. Истинная возникает из-за реального недостатка знаний, а ложную (мнимую) – испытывает даже отлично владеющий материалом студент перед самой ситуацией экзамена.

Под влиянием стресса, связанного с наступлением сессии или с какими-либо другими трудностями в учебе, у некоторых студентов уровень успеваемости остается на обычном уровне, у некоторых - может снизиться или наоборот возрасти [3, с. 51]. Справиться со своими эмоциями, научиться управлять своей мотивацией к учебе, приобрести уверенность в своих знаниях и в себе – поможет в этом повышение эмоционального интеллекта.

Определение эмоционального интеллекта (ЭИ) впервые было упомянуто Дж. Мэйером и П. Сэловеем в 1990 г., и означает «способность воспринимать и выражать эмоции, ассимилировать эмоции и мысли, понимать и объяснять эмоции, регулировать собственные эмоции и окружающих». Они же разработали тест для определения ЭИ – MSCEIT V2.0, который был адаптирован для использования в России Сергиенко Е.А. и Ветровой И.И. [11].

Х. Гарднер стал выделять внутриличностный и межличностный интеллект, как составляющие множественного интеллекта. Данные термины он определил, как способность индивидуума распознавать и проводить различия между своими чувствами, желаниями и отношением к своим действиям, и чувствами, эмоциями и намерениями других людей [2, с. 311].

Затем Д. Гоулман выделил два направления в ЭИ: межличностный интеллект – способность понимать внутренний мир и поведение других людей, их мотивы, средства взаимодействия с ними; и внутриличностный интеллект - способность понимать самого себя и использовать свои качества для реализации в жизни [4, с. 245]. Развитый ЭИ дает преимущество индивидууму в ориентации в обществе и позволяет быть активным участником общения, обработки и передачи информации. Такое понимание, по мнению Сергиенко Е.А., Ветровой И.И., представляется актуальным для ЭИ, так как он выполняет функцию познания и анализа информации для ориентации в отношениях. Средний уровень интеллекта недостаточен для эффективной эмоциональной и социальной адаптивности личности в социуме [11].

Эмоциональный компонент психики выполняет информативную функцию, а также важную роль для мотивации людей. Эмоция в составе мотивации может существенно изменить поведение, направить его в определенную сторону, повлиять на способы реализации целей и желаний [1, с. 157]. Эмоция отражает субъективное отношение к объективным явлениям через чувства и переживания.

Без эмоций невозможно целостное отношение индивидуума к миру, так как они тесно связаны с основными характеристиками личности, личностной идентичностью и самосознанием. По мнению Е.П. Ильина, эмоции – это реакция организма, связанная с

рефлексами, при проявлении субъектом пристрастного отношения, то есть переживания, к ситуации, ее последствиям, что способствует организации целесообразного поведения в конкретной ситуации [5, с. 28].

Раньше было распространено мнение, что эмоции – это лишь поверхностное проявление когнитивных процессов личности. В настоящее время доказано, что эмоции появляются раньше рациональной оценки ситуации. ЭИ – это важная составляющая успеха, более существенная, чем просто интеллектуальные способности [4, с. 113].

Однако, проявление эмоций не всегда уместно. Если эмоции слишком сильны и не поддаются контролю, то они могут дезорганизовать деятельность, продемонстрировав неуместные на тот момент чувства. Но может получиться наоборот, положительные эмоции, подъем настроения поспособствуют эффективности осуществления какой-либо деятельности, например: общения, обучения, подготовки к занятиям, к экзаменам. Таким образом, эмоциональная гибкость – это очень важный и полезный навык.

Успешное решение многих сложных ситуаций зависит от осознания своего эмоционального состояния и окружающих людей и умения на него повлиять. Большинство проблемных ситуаций складываются из обстоятельств, которые должны быть оценены здравым смыслом.

Таким образом, ЭИ – это способность человека к пониманию, идентификации и регулированию эмоций и чувств своих собственных и у других людей.

ЭИ положительно влияет на мотивацию к получению знаний, адаптацию в университете и на успеваемость студентов. Чем лучше ЭИ развит у учащихся в вузе, тем проще им справляться с неуверенностью в своих знаниях, с волнением и страхом перед напряженными ситуациями во время зачетов и экзаменов. Образовательный процесс вносит значительный вклад в развитие ЭИ, таким образом его можно рассматривать как составляющую, влияющую на ЭИ [6, с. 99].

С целью выявления уровня ЭИ и установления особенностей ЭИ у студентов Ижевской ГСХА была проведена диагностика 321 (триста двадцать одного) студента 4 (четвертого) курса.

Приступая к исследованию, были поставлены следующие задачи:

- 1) провести методики по исследованию ЭИ студентов Ижевской ГСХА;
- 2) выявить особенности ЭИ у студентов Ижевской ГСХА;
- 3) описать, базируясь на опросниках, особенности ЭИ у студентов Ижевской ГСХА: уровень ЭИ и его составляющих.

Для диагностики были выбраны три методики исследования эмоционального интеллекта: тест ЭИин (эмоционального интеллекта) Люсина [8, с. 3], тест эмоционального интеллекта Холла [12], тест МЭИ («Методика диагностики эмоционального интеллекта») Манойловой М.А. [10].

В зарубежной литературе есть различные методики для выявления уровня ЭИ, но у большинства из них отсутствует перевод и адаптация для применения в России.

По мнению Д.В. Люсина, ЭИ является способностью к пониманию собственных эмоций и эмоций окружающих людей и самоконтролю, то есть это когнитивная способность. Структура включает: способность - к пониманию или управлению и направленность - на свои (внутриличностный интеллект) или чужие эмоции (межличностный интеллект) [7, с. 31].

Значения межличностного ЭИ и внутриличностного ЭИ равны сумме субшкал понимания чужих эмоций и управления чужими эмоциями, и субшкал понимания своих эмоций, управления своими эмоциями, контроля экспрессии [8, с. 3].

Большинство студентов имеют средние показатели, далее по количеству идут низкие показатели и небольшая часть – высокие (рис. 1).

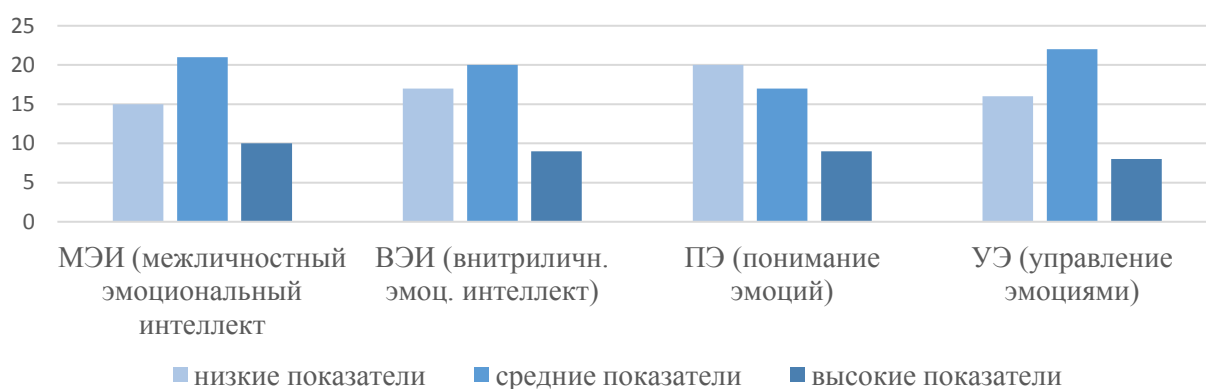


Рис. 1. Уровень ЭИ по опроснику ЭИИ (эмоционального интеллекта) Люсина [8]

Больше всего низких показателей (рис. 1), выявлено по шкале ПЭ – понимание эмоций. Данные учащиеся плохо понимают чужие эмоции, что мешает им правильно ориентироваться в общении с другими людьми и влиять на них.

Методика Н. Холла состоит из 30 утверждений, которые объединены в 5 шкалах:

- эмоциональная осведомленность – это идентификация и принятие своих эмоций, пополнение знаний об эмоциях и чувствах. Человек с высокой эмоциональной осведомленностью отличается хорошим пониманием своего внутреннего состояния;
- управление своими эмоциями – это эмоциональная гибкость и самоконтроль;
- самомотивация – управление своим поведением через управление эмоциями;
- эмпатия – сопереживание другому человеку, его чувствам, понимание в каком эмоциональном состоянии он находится в настоящее время, и готовность оказать поддержку; понимание состояния человека по его жестам, тону голоса, позе, выражению лица;
- управление эмоциями других – умение воздействовать на эмоции и чувства окружающих [12].

Эмоциональная осведомленность у большинства находится на хорошем уровне (рис. 2). Студенты осознают и понимают свои эмоции и постоянно пополняют собственный словарь эмоций. Также неплохая картина вырисовывается по уровню влияния на эмоции других людей и уровню эмпатии. Но с управлением собственными эмоциями большинство учащихся

справляется на низком уровне. Данный тест, результаты которого представлены на рисунке 2, выявил потребность у большинства студентов повысить уровень произвольного управления своими эмоциями, уровень эмоциональной гибкости.

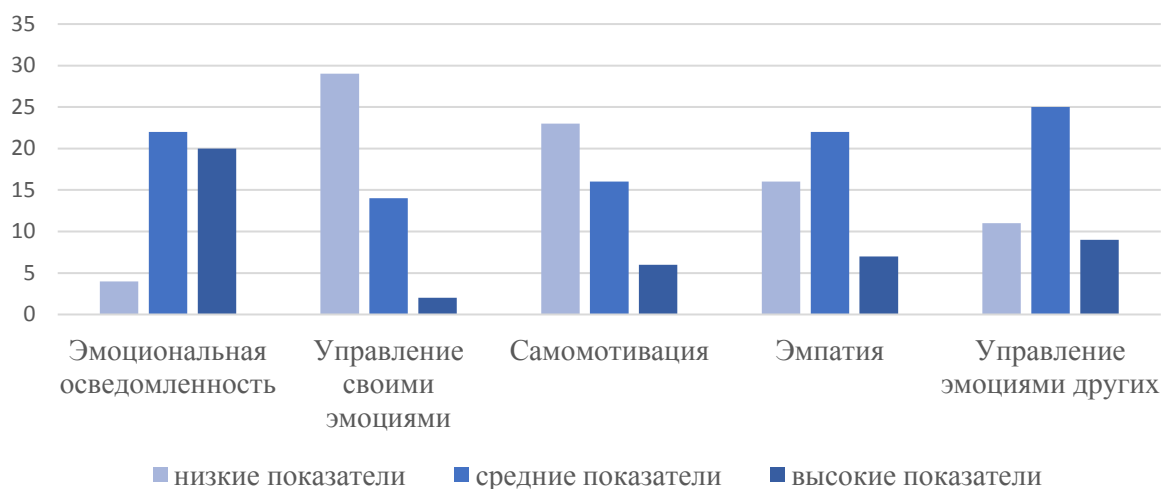


Рис. 2. Уровень эмоционального интеллекта по методике Н. Холла на определение уровня ЭИ [12]

Также оставляет желать лучшего уровень самомотивации, то есть управление своими действиями и своим настроением при помощи контроля эмоций.

Манойлова М.А. трактует ЭИ как способность личности к осознанию, пониманию и контролю эмоциональных состояний, своих чувств и чувств других членов социума. ЭИ состоит из внутриличностного и межличностного, социальный. ЭИ – это собирательное понятие, состоящее из эмоции, интеллекта и воли. Воля – это средство управления эмоций интеллектом. Воля связывает эмоции и интеллект в концепции ЭИ Манойловой М.А. [9, с. 163]. Исходя из новизны понятия и сложности его диагностики, Манойловой М.А. была разработана авторская методика [10].

У большинства опрошенных по данной методике интегральный показатель ЭИ высокий (рис. 3). Однако, выявлена потребность студентов в повышении способности к осознанию влияния своих чувств на работу и общение с окружающими, понимания своих качеств личности, связанных с эмоциями, настроений других людей, роли эмоций и чувств в профессиональной деятельности (шкала E1 на рис. 3). Также для большинства студентов актуально повышение у себя способности к осознанию чувств и эмоций окружающих - распознаванию, пониманию чувств другого, сопереживанию, прогнозированию. У них недостаточно хорошо развита способность к идентификации, так как для нее нужно тонкое чувствование другого человека.

Таким образом, видно, что большинство студентов-респондентов в понимании чужих и своих эмоций находятся на промежуточном уровне, могут их идентифицировать, описать, сопереживать другому, готовы оказать поддержку. Однако, как видно по результатам проведения методики, которые представлены на рисунке 3, не мало тех студентов, для

которых актуально повысить уровень эмпатии, уровень самомотивации, уровень осознания роли своих чувств в профессиональной деятельности и общении.

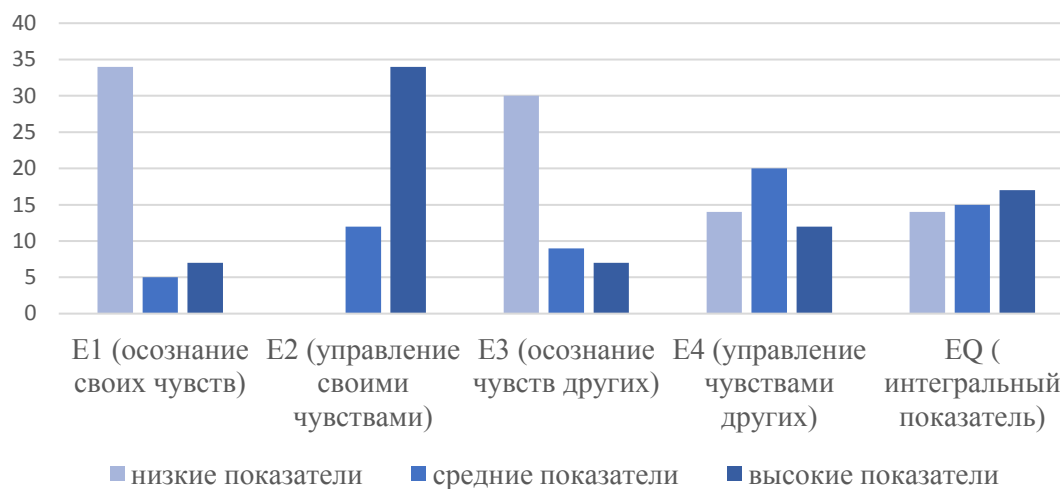


Рис. 3. Уровень эмоционального интеллекта по методике диагностики ЭИ Манойловой М.А. [10]

Большинство студентов умеет влиять на эмоциональный фон и настроение окружающих, принимать решения, учитывая собственные интересы и интересы других.

Но эмоциональная гибкость находится у большинства на низком уровне. Важно развивать интуицию, эмоциональную активность и прогнозирование, чтобы адекватно и быстро реагировать на происходящие вокруг события и принимать верные решения. Необходимо развить навык самонаблюдения для развития самосознания и повышения уровня контроля своих чувств и их проявлений.

Таким образом, данное исследование наглядно показывает нам компоненты ЭИ у студентов Ижевской ГСХА, которые нуждаются в проработке и развитии.

Актуальность проблемы повышения уровня ЭИ у студентов подтвердилась. Проведенное исследование дает практический материал для дальнейшего изучения ЭИ у студентов, обучающихся в вузе, и проведения практических занятий по повышению навыков ЭИ. Повышение уровня ЭИ поможет студентам эффективнее решать задачи, которые ставит перед ними университет, быстрее справляться со стрессом в ситуации экзамена и лучше усваивать материал в течение учебного года при помощи самомотивации, осознания своих чувств и эмоций и самоконтроля. Также студентам будет проще общаться друг с другом и с преподавателями, обладая знаниями и навыками эмоционального интеллекта.

Для учащихся будут полезны психологические программы и тренинги, позволяющие повысить уровень осознания и понимания эмоций и чувств, возникающих у себя и у других людей, управления этими эмоциями, эмоциональной гибкости, развить интуицию в эмоциональной сфере, повысить самооценку. Также возможна самостоятельная работа респондентов над собой при получении нужной информации после проведения тестирования.

Литература

1. Выготский Л.С. О двух направлениях в понимании природы эмоций в зарубежной психологии в начале XX века // Вопросы психологии. 1968. № 2. С.156-160.
2. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта. М.: И.Д. Вильямс, 2007. 512 с.
3. Горшков Е.А., Косоногова В.И. Исследование синдрома эмоционального выгорания у студентов-старшекурсников // Молодой ученый. 2015. № 23(2). С. 49-56.
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М.: АСТ: Хранитель, 2012. 478 с.
5. Ильин В.И. «Чувства» и «эмоции» как социологические категории // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. 2016. № 4. С. 28-40. <https://doi.org/10.21638/11701/spbu12.2016.402>
6. Котомина О.В. Исследование взаимосвязи эмоционального интеллекта и академической успеваемости студентов университета // Образование и наука. 2017. Т. 19. № 10. С. 99-102.
7. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. М.: Институт психологии РАН, 2012. С. 29-36.
8. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 2-23.
9. Манойлова М.А. Эмоциональный интеллект как фактор продуктивности деятельности учителя // Акмеология: личностное и профессиональное развитие: Материалы Международной научной конференции (г. Москва, 7-8 октября 2004 года). М., 2004. С. 163-166.
10. Манойлова М. Методика диагностики эмоционального интеллекта // Акмеология 2006. № 11. С. 99-104.
11. Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Эмоциональный интеллект: русскоязычная адаптация теста Мэйера–Сэловея–Карузо (MSCEIT V2.0). // Психологические исследования. 2009. № 6(8).
12. Холл Н. Тест эмоционального интеллекта // PSYLAB: энциклопедия психодиагностики. <https://clck.ru/SL2gG>

© Долговых О.Г., Соловьева М.А., 2021