УДК 159.9

Исследование процесса формирования эмоционального интеллекта учащихся школы

Research of the process of formation of emotional intelligence of learners

Волгуснова Е.А., Шадринский государственный педагогический университет,
katerina.volgusnova@yandex.ru

Volgusnova E., Shadrinsk State Pedagogical University, katerina.volgusnova@yandex.ru

DOI: 10.51379/KPJ.2021.147.3.027

Ключевые слова: компоненты эмоционального интеллекта, старшие подростки, процесс формирования, апробация.

Keywords: components of emotional intelligence, older teenagers, the formation process, approbation.

Аннотация. В статье освещается исследование процесса формирования эмоционального интеллекта, а именно когнитивного, аффективного и поведенческого компонентов у учащихся 8-х классов. Современные реалии предопределяют необходимость сформированного у учащихся понимания, осознания, управления своими эмоциями и эмоциями других людей для полноценного развития эмоциональной сферы и снижения трудностей в общении с окружающими. Автором раскрывается сущность эмоционального интеллекта, и его развития у подростков. Аргументируется целесообразность создания программы, направленной на формирование эмоционального интеллекта у учащихся подросткового возраста. Доказывается эффективность реализуемой авторской программы «ЭмоИнт» у учащихся 8-х классов, у которых сформировались в большей степени показатели когнитивного и аффективного компонентов, в меньшей степени показатели поведенческого компонента эмоционального интеллекта. Полученные результаты формирования эмоционального интеллекта у восьмиклассников могут быть применены в работе педагога-психолога и учителей в психолого-педагогическом сопровождении процесса обучения старших подростков.

Abstract. The article deals with the study of the process of formation of emotional intelligence, namely the cognitive, affective and behavioral components among 8th grade students. Modern realities predetermine the need for students' understanding, awareness, control of their emotions and the emotions of other people for the full development of the emotional sphere and reducing difficulties in communicating with others. The author reveals the essence of emotional intelligence and its development in adolescents. The expediency of creating a program aimed at the formation of emotional intelligence in adolescent students is argued. The effectiveness of the implemented author's program "EmoInt" is proved in 8th grade students, who have formed more indicators of cognitive and affective components, to a lesser extent indicators of the behavioral component of emotional intelligence. The obtained results of the formation of emotional intelligence among eighth-graders can be applied in the work of a teacher-psychologist and teachers in psychological and pedagogical support of the learning process of older adolescents.

Введение. В психологической науке подростковый возраст считается особенно «эмоционально насыщенным» в связи с психологическими и физиологическими метаморфозами пубертатного кризиса и поэтому изучение эмоционального развития подростков занимает значимое положение в психологии подросткового возраста. В последнее время интерес к проблеме эмоционального развития значительно возрос в связи пандемией COVID-19 и переходом коммуникативных процессов в онлайн, что в свою очередь привело к трудностям

понимания, проживания и управления эмоциональными состояниями своими и других людей. Все эти факторы предопределили наше изыскание в исследование процесса формирования эмоционального интеллекта у восьмиклассников.

Проблеме исследования развития эмоционального интеллекта в подростковом возрасте посвящено довольно ограниченное количество исследований (И.Н. Андреева, А.А. Александрова, Ю.В. Давыдова, Н.А. Лужбина, Д.В. Люсин и др.). Данная проблематика в рамках

современной психологии возникла около тридцати лет назад.

В современной науке большая часть исследований описывает особенности эмоционального интеллекта зрелой личности (Ю.В. Баурова, Х. Вайсбах, Д. Гоулмен, Д. Карузо, Дж. Майер, Л.М. Полянова, П. Сэловея, С.М. Шингаев и др.) или же личности в юношеском возрасте (О.В. Белоконов, А.В. Гришина, С.П. Деревянко, М.А. Манойлова, Д.В. Люсин и др.). Важно подчеркнуть, что именно в пубертатном периоде отмечаются важнейшие новообразования в интеллектуальной, эмоциональной и мотивационной сферах развития личности, которые требуют их своевременного психолого-педагогического сопровождения.

Можно отметить ряд базовых теорий эмоционального интеллекта: теория эмоционально-интеллектуальных способностей Дж. Майера, П. Сэловея, Д. Карузо; теория эмоциональной компетентности Д. Гоулмена; некогнитивная теория эмоционального интеллекта Р. Бар-Она; двухкомпонентная теория эмоционального интеллекта Д. Люсина. Содержательной характеристикой эмоционального интеллекта, которая объединяет перечисленные теории, является интеллектуальное использование эмоций или ряд компетенций, или способностей, проявляющихся в том, насколько человек знает свои эмоции, управляет ими, знает эмоции других и управляет своими отношениями с другими [5].

Ряд зарубежных авторов (Дж. Мэйер, Д. Карузо и П. Сэловей) в структуре эмоционального интеллекта рассматривают следующие способности: 1) самостоятельная идентификация и выражение собственных эмоций; 2) регуляция собственных эмоций; 3) использование полученной эмоциональной информации в мышлении и деятельности [7].

В исследованиях Д.В. Люсина, И.Н. Андреевой предлагается также структурирование эмоционального интеллекта: «...способности к пониманию эмоций и управлению ими у себя и других людей...» [5].

Компоненты эмоционального интеллекта совмещаются друг с другом, и это обуславливает способность учащихся к взаимоотношениям с собой и с окружающими. В дальнейшем опираемся на работы Н. Холла и Д.И. Люсина при вычленении компонентов эмоционального интеллекта.

Ряд факторов, определяющих формирование эмоционального интеллекта: «...когнитивные способности (скорость и точность переработки

эмоциональной информации), представления об эмоциях (как о ценностях, как о важном источнике информации), особенности эмоциональности (эмоциональная устойчивость, эмоциональная чувствительность и др.)...» [6]; «...наследственность; форма эмоционального взаимодействия, состоящая из гармонии с самим собой и окружающими людьми...» [1].

В ряде исследований за последние десять лет обращаются к изучению гендерных различий между компонентами эмоционального интеллекта у подростков [2-4;8]. Авторы пришли к единому мнению, что у мальчиков уровень эмоционального интеллекта в целом ниже по сравнению с девочками. И.Н. Андреева считает, что «...у девушек общий уровень эмоционального интеллекта связан в первую очередь с когнитивными процессами понимания и осмысления эмоций, а у юношей – в большей мере с качеством межличностных связей; при этом автор указывает и на то, что у девушек преобладает эмпатия, распознавание эмоций других людей, понимание эмоций в целом, у юношей преобладает доминирование внутриличностного эмоционального интеллекта и его компонентов...» [4].

Ю.В. Давыдова изучая социальный фактор развития эмоционального интеллекта, обнаружила, что «...подростки православной гимназии показали низкий уровень развития эмоциональной осведомлённости; подростки из социально неблагополучных семей имеют низкие результаты по управлению эмоциями, в то время как девиантные подростки — самые высокие; девиантные подростки и подростки из футбольного клуба показали самые высокие результаты по уровню развития самомотивации...» [9].

Как отмечено Д.Ю. Перовой, Н.А. Лужбиной, развитие эмоционального интеллекта подростка и его отдельных компонентов взаимосвязано с особенностями детско-родительских отношений с матерью. Так, «...эмоциональный интеллект подростков выше в тех семьях, где мать последовательна в своих воспитательных воздействиях и поощрением матерью автономности подростка; внутриличностный эмоциональный интеллект (и его 8 составляющие) и управление эмоциями способствуют позитивный интерес, близость и принятие со стороны матери...» [10].

Таким образом, важность изучаемой проблематики обусловлена противоречиями между осознанием большого потенциала в развитии эмоционального интеллекта учащихся и слабой проработкой прикладных психолого-

педагогических исследований по данной проблеме.

Целью нашего исследования стало изучение процесса формирования эмоционального интеллекта у учащихся.

Мы выдвинули гипотезы о том, что у учащихся подросткового возраста преобладает низкий уровень развития эмоционального интеллекта; разработанная программа окажет положительное воздействие на формирование эмоционального интеллекта учащихся.

Материалы и методики исследования. Для достижения поставленной цели и подтверждения гипотез были использованы стандартизированные методики: опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсин [11]; методика Н. Холла оценки «эмоционального интеллекта» (опросник EQ) [12].

Показатели эмоционального интеллекта были распределены по компонентам эмоционального интеллекта: когнитивный (Эмоциональная осведомлённость, Шкала ПЭ (понимание эмоций), Субшкала ВП (понимание своих эмоций)); аффективный (Эмпатия, Шкала МЭИ (межличностный ЭИ), Субшкала МП (понимание чужих эмоций)); поведенческий (Управление своими эмоциями, Управление эмоциями других людей, Самомотивация, Шкала ВЭИ (внутриличностный ЭИ), Шкала УЭ (управление эмоциями), Субшкала МУ (управление чужими эмоциями), Субшкала ВУ (управление своими эмоциями), Субшкала ВЭ (контроль экспрессии)).

Статистическая обработка полученных данных проводилась методом критических значений (ϕ^* критерий – углового преобразования Фишера), критерий Стьюдента).

В исследовании, которое проводилось с октября 2020 года по апрель 2021 года, участвовали 100 учащихся 8-х классов (возраст 13 – 14 лет) из МБОУ «Лицей № 1» г. Шадринска, Курганской области.

Рассмотрим *этапы нашего исследования*:

Констатирующий этап (октябрь) – проведение первичной диагностики с целью изучения и выявления уровней эмоционального интеллекта. Результатом является проведение, обработка и констатация полученных данных.

Проектировочный этап (декабрь) – разработка программы «ЭмоИнт» на основе полученных данных.

Структурирование понятия эмоциональный интеллект позволило выделить компоненты: когнитивный – знание об эмоциях, эмоциональной сфере, понимания жестов и мимики окружающих людей; аффективный – умение идентифицировать свои чувства, вербализировать их, проявлять эмпатию; поведенческий – навыки контроля и управления своими эмоциями и эмоциями других людей. Данная программа была внедрена во время уроков психологии в школе, а также на внеклассных мероприятиях у учащихся 8-х классов.

Формирующий этап (январь – март) – вводное занятие, знакомство участников группы, установление доверительных отношений. Реализация цели программы и поставленных задач.

Заключительный этап (апрель) – проведение повторной диагностики, подтверждение эффективности программы.

Результаты исследования. Представим специфику выраженности компонентов эмоционального интеллекта у восьмиклассников, выявленные с помощью опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсин и методика Н. Холла оценки «эмоционального интеллекта» (опросник EQ).

Сравнительный анализ полученных данных по компонентам эмоционального интеллекта позволил выделить три уровня развития у старших подростков, представлен в таблице 1.

Таблица 1. – Распределение испытуемых по уровням развития эмоционального интеллекта, %

Компоненты эмоционального интеллекта	Уровни эмоционального интеллекта		
	высокий	средний	низкий
Когнитивный	18	40	42
Аффективный	18	35	47
Поведенческий	25	41	34
Общий показатель	20,3	38,7	41

Из таблицы 1 видно, что по когнитивному компоненту эмоционального интеллекта у респондентов преобладает низкий уровень – 42%, это говорит о том, что большинство испытуемых не понимают собственные эмоции и эмоции

других людей, а также у них слабо развита эмоциональная осведомлённость. По аффективному компоненту эмоционального интеллекта доминирует низкий уровень – 47%, т.е. восьмиклассники не понимают

эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций, и/или интуитивно, не осознают собственные эмоции, а также причины их проявления, не способны к их вербальному описанию. По поведенческому компоненту эмоционального интеллекта доминирует средний уровень – 41%, это свидетельствует о том, что испытуемые не всегда способны контролировать и управлять собственными эмоциями и эмоциями других людей. Статистически значимые различия обнаружены между показателями низкого уровня поведенческого и аффективного компонентов эмоционального интеллекта у старших подростков ($F_{эмп} = 1,881$), что подтверждает развитость поведенческого компонента. Мы полагаем, что это связано с ведущим видом деятельности подростка – общением. В данном возрасте они стараются занять особое место, позицию в референтной группе, т.е. они способны подстраиваться под требования группы и контролировать собственные эмоции и эмоции других в процессе общения.

На этапе констатирующего эксперимента было установлено, что самые низкие значения развития эмоционально интеллекта по когнитивному компоненту (эмоциональная осведомлённость, понимание эмоций); поведенческому компоненту (управление своими эмоциями, управление эмоциями других людей) и аффективному компоненту (межличностный эмоциональный интеллект, понимание чужих эмоций) были зафиксированы у 41% учащихся 13 – 14 лет.

Приступая к формированию компонентов эмоционального интеллекта, мы опирались на выдвигаемые Л.В. Люсиным, С. Холлом, И.Н. Андреевой положения о том, что при выполнении заданий на развитие эмоциональной осведомленности, эмпатии, саморегуляции у испытуемых в старшем подростковом возрасте вырабатывается ориентация на личностное общение с учителями и сверстниками [3].

В формирующем эксперименте участвовало 15 учащихся 13 – 14 лет в экспериментальной группе и 15 учащихся в контрольной группе из МБОУ «Лицей № 1» г. Шадринска.

Цель программы «ЭмоИнт»: формирование эмоционального интеллекта учащихся.

Задачи программы:

1. Сформировать когнитивный компонент (эмоциональная осведомлённость, понимание эмоций).
2. Сформировать поведенческий компонент (управление своими эмоциями, управление эмоциями других людей).

3. Сформировать аффективный компонент (межличностный эмоциональный интеллект).

Принципами формирующего воздействия выступили: единство коррекции и диагностики; учет возрастно-психологических и индивидуальных особенностей личности; комплексность методов психологического воздействия; опора на разные уровни организации психических процессов.

Первая задача реализовывалась в процессе информирования учащихся об эмоциональной сфере и развитие понимания собственных эмоций и эмоций других людей, распознавание невербальных проявлений эмоций у других людей. Информирование подростков происходило при помощи следующих методов: тематическая беседа, групповая дискуссия, разъяснения, элементы арт-терапии, психогимнастические упражнения. Были использованы следующие механизмы: сообщение информации, научения, имитационное поведение.

Например, для реализации механизмов сообщения информации было использовано упражнение «Буквы алфавита», учащиеся придумывали эмоцию на каждую букву алфавита. Беседа на тему: «Эмоции - плюс или минус». После проведения беседы, подросткам были заданы вопросы. На первый вопрос («Почему важно также испытывать и отрицательные эмоции?»), ребята отвечали по-разному: «Человек не может всегда быть только в хорошем настроении, бывают дни, когда мы чувствуем себя плохо, при этом, нам необходимо пережить отрицательные эмоции». Так же подростки отвечали: «Нужно испытывать как положительные эмоции, так и отрицательные, чтобы в итоге это не накопилось и человек не сорвался».

Например, в упражнении «Чувства по кругу» для понимания собственных эмоций и эмоций других людей, распознавания проявления эмоций и их вербализации: участники бросали друг другу мяч, называя при этом состояние или чувство, поймавший же должен был назвать противоположное этому состояние. После они прокомментировали: «Иногда было сложно назвать противоположное чувство или состояние, тогда мы просим о помощи».

В упражнениях «Радость» и «Ярость», учащимся были показаны пиктограммы, с изображением эмоций ярости и радости, их задачей было ответить на вопросы: «По каким признакам мы можем определить, что человек испытывает радость, ярость?». Подростки отвечали: «Мы можем понять, что человек

испытывает ярость или радость по его мимике, голосу, позе».

Вторая задача предполагала научение подростков вербализировать собственные эмоции, идентифицировать эмоциональные состояния, эмпатию. Для этого использовали следующие методы работы: элементы арт-терапии, ролевые игры, релаксационные упражнения, драматерапия; а также механизмы: научение, эмоциональная поддержка, имитационное поведение.

Например, в упражнении «Без слов» реализовывалось научение, всем участникам предлагалось придумать какое-либо невербальное приветствие и поздороваться с каждым. Некоторым было сложно сдерживать собственные вербальные проявления, но каждый придумал уникальное приветствие и поздоровался. После они прокомментировали: «Оказывается не так просто придумать приветствие без помощи речи, но мы справились».

Для умения распознавать эмоции других применялось упражнение «В ролях друг друга» через имитационный механизм и эмоциональную поддержку. Так, подростки изображали любого товарища из группы с помощью жестов, мимики и других невербальных проявлений, а остальная группа угадывала, кого из ребят изображают. Далее подростки менялись. В начале, некоторые из учеников смущались изображать товарищей, но положительная атмосфера занятия позволила им раскрыться. Они комментировали: «Мне понравилось данное упражнение, было круто изображать своих друзей, а также мне понравилось, как изобразили меня!»

Третья задача – развитие навыков контроля и управления своими эмоциями и эмоциями других людей. В ходе работы использовались методы: ролевые игры, элементы имажотерапии, драматерапия, психогимнастика; а также механизмы воздействия: научение, эмоциональная поддержка, имитационное поведение.

Например, в упражнении «Нахал» (ролевые игры; эмоциональная поддержка) из участников группы выбирался тот, кто будет нахалом, остальные участники образовали очередь, цель очереди не дать пройти, цель «нахала», чтобы его пропустили. Сначала ребята очень бурно реагировали, не пропускали «нахала», но позже, когда он объяснил причину, по которой ему необходимо пройти, они его пропустили. Подростки объясняли: «Нахал себя нагло вёл, и мы не хотели его пускать, но, когда он рассказал

нам, зачем ему нужно было пройти, мы вошли в его положение».

Закрепление умения контролировать эмоциональные состояния, проявлять сопереживание, умения управлять эмоциональным состоянием других людей происходило при помощи психогимнастических упражнений «Гора с плеч», «Дождик» и др. Например, в упражнении «Дождик» все участники начинали хлопать в ладоши, сначала одним пальцем, затем двумя, тремя, четырьмя и т.д., а затем всей ладошкой. Затем дождик стихал по одной капле. Было видно, что психогимнастика даётся ребятам намного легче, чем в начале реализации формирующей программы.

В структуру каждого занятия программы входили: вводная часть (5 – 7 мин.) создающая психологически безопасные и комфортные условия для работы в группе (ритуал приветствия). Основная часть (25 – 30 мин.) включала упражнения на формирование компонентов эмоционального интеллекта. Заключительная часть (3 – 5 мин.) отражала возможность получить обратную связь о занятии в целом и отдельных упражнениях в частности, а также ритуал завершения.

На этапе проведения формирующего эксперимента была внедрена разработанная авторская программа «ЭмоИнт», в ходе ее реализации нами были выделены закономерности формирующего воздействия: стадиальность, неравномерность и синхронность.

Стадиальность овладения восьмиклассниками процессами эмоционального интеллекта проявляется в том, что сначала учащиеся постигают знания в выражение собственных эмоций, регулирования их, эмоционального проживания. После этого они осваивают приемы управления собственными эмоциями, распознавания и выражения их; затем возникает понимание, какую именно эмоцию проявляет другой человек; далее они понимают, какие эмоции выражают другие люди и умеют распознавать эмоции окружающих. Последней стадией было проявление восьмиклассниками сопереживания и способности управлять эмоциональными состояниями других людей.

Также, нами была отмечена *неравномерность* воздействий формирования эмоционального интеллекта на испытуемых. Это позволило разделить учащихся условно на три группы, в зависимости от особенностей выполнения ими психологических упражнений. К первой группе относятся учащиеся, которые проявляли эмоциональную холодность и отстранённость, с

трудом включались в групповую деятельность, отказывались от выполнения упражнений на релаксацию и старались показать максимальное безразличие к другим, возможно, это являлось их защитной реакцией, или отсутствием желания проявлять себя в группе. Ко второй группе испытуемых относятся подростки, которые проявляли стеснительность, с трудом говорили о собственных эмоциях, проявляли старательность при выполнении индивидуальных заданий, возможно, это проявление их индивидуально-типических свойств личности (интровертированность, застенчивость). К третьей группе отнесли тех подростков, которые с желанием выполняли групповые задания, увлеченно говорили о своих чувствах, но испытывали трудности при управлении собственными эмоциями.

Неравномерность проявилась при освоении механизма имитационного поведения, в упражнениях, где старшие подростки сталкивались со своими чувствами, переживаниями, часть испытуемых могла с легкостью отреагировать свои эмоции в группе (около 6 подростков), большая часть участников не справлялась с отреагированием своих эмоций в группе сверстников.

Следующая закономерность в формирующем процессе – *синхронность*. Наблюдается при формировании когнитивного и поведенческого компонентов эмоционального интеллекта у подростка, а именно понимание эмоций других и эмпатии. Так, при проведении установочных занятий, мы отметили, что испытуемые с низким уровнем эмоционального интеллекта не понимали, что чувствуют члены группы и не проявляли сопереживания при возникающих трудных ситуациях, а затем на этапе формирования поведенческого компонента, подростки выражали понимание эмоций других и оказывали помощь, затрудняющимся членам группы при выполнении групповых заданий. Уже на заключительных занятиях, можно было отметить высокую активность данных испытуемых, они активно принимали участие в упражнениях, точно определяли эмоции и чувства свои и других, а также выражали слова сочувствия и поддержки другим членам группы в случае возникающих неудач.

Среди факторов детерминирующих рост компонентов эмоционального интеллекта у восьмиклассников заметили зависимость эффективности формирующих воздействий при сочетании психологических техник на разных этапах программы – интеграция ролевой игры с арт-терапией давала положительный эффект,

также как объединение элементов имажотерапии (театрализованной деятельности) с психогимнастическими этюдами. Однако, при использовании только одной из этих техник воздействие было незначительным.

В ходе формирующих воздействий мы выделили ряд факторов, затрудняющих процесс: собственно низкий уровень развития эмоционального интеллекта (испытуемым было трудно описывать свои чувства, понимать эмоции других людей, контролировать их); чувство стыда в проявление собственных эмоций, страх показаться слабым или быть отвергнутым при демонстрации истинных эмоциональных переживаний; длительное дистанционное обучение, что привело к дезорганизации, трудности включения в групповую работу, часто отвлекались на посторонние разговоры.

На этапе контрольного эксперимента выяснилась эффективность проведения нами формирующей работы с подростками. Для диагностики уровней компонентов эмоционального интеллекта после формирующего воздействия использовались те же методики, что и на этапе констатирующего эксперимента.

Следует отметить, что в экспериментальной группе в отличие от контрольной группы повысились значения когнитивного компонента эмоционального интеллекта у школьников 13 – 14 лет (эмоциональная осведомленность увеличилась по высокому уровню на 26,6%, по среднему уровню на 33,3% ($t_{\text{эмп}} = 4,9$); понимание своих эмоций – по высокому уровню на 13,3%, по среднему уровню на 20%; понимание эмоций – по высокому уровню на 46,6% ($t_{\text{эмп}} = 4,1$), снизился средний уровень на 20%.

Повысить у учащихся экспериментальной группы значения аффективного компонента эмоционального интеллекта: межличностный эмоциональный интеллект увеличился по высокому уровню на 53,3% ($t_{\text{эмп}} = 3,7$); понимание чужих эмоций – по высокому уровню на 40% ($t_{\text{эмп}} = 3$); эмпатия – по высокому уровню на 26,7% ($t_{\text{эмп}} = 3,3$), по среднему уровню на 13,3%.

Увеличить у респондентов экспериментальной группы значения поведенческого компонента эмоционального интеллекта: управление своими эмоциями повысились по высокому уровню на 13,3%, по среднему уровню – на 46,6% ($t_{\text{эмп}} = 3,8$); самомотивация – на 20% по высокому уровню, по среднему уровню – на 26,6% ($t_{\text{эмп}} = 3$); управление эмоциями других – по высокому и по

среднему уровню на 33,3% ($t_{\text{эмп}} = 5,6$); управление чужими эмоциями – по высокому уровню на 13,3%, по среднему уровню – на 20%; управление собственными эмоциями – на 20% по высокому уровню; контроль экспрессии – по высокому уровню на 26,6%; внутриличностный эмоциональный интеллект – по высокому уровню

на 20%; управление эмоциями – по высокому уровню на 26,6%.

Сравнительная характеристика контрольной и экспериментальной групп до и после формирующих воздействий, нацеленных на развитие компонентов эмоционального интеллекта старших подростков, представлена в таблице 2.

Таблица 2. – Распределение испытуемых экспериментальной и контрольной групп по уровням развития компонентов эмоционального интеллекта до и после формирования, %

Компоненты эмоционального интеллекта	высокий уровень		средний уровень		низкий уровень	
	до	после	до	после	до	после
Когнитивный (эксп. гр.)	12	40	38	50	50	10
Когнитивный (конт. гр.)	8	10	38	32	54	58
Аффективный (эксп. гр.)	12	50	32	32	56	18
Аффективный (конт. гр.)	2	6	44	40	54	54
Поведенческий (эксп. гр.)	16	38	40	52	44	10
Поведенческий (конт. гр.)	14	14	44	46	42	40

Из таблицы 2 видно, что при целенаправленной, систематической работе по формированию эмоционального интеллекта большинство учащихся экспериментальной группы, в отличие от участников контрольной группы. Они имеют выраженные средние и высокие значения его сформированности по когнитивному ($\phi^*_{\text{эмп}} = 1,703$) и аффективному ($\phi^*_{\text{эмп}} = 2,437$) компонентам, слабее выражены изменения поведенческого компонента ($\phi^*_{\text{эмп}} = 1,21$).

Заключение. Представленные в данной статье результаты исследования позволяют сформулировать следующие выводы.

У старших подростков имеет место средний уровень развития по поведенческому компоненту эмоционального интеллекта и низкие уровни по когнитивному и аффективному компонентам.

Полученные данные свидетельствуют об эффективности разработанной нами программы формирования эмоционального интеллекта

старших подростков. Значения высокого и среднего уровней по когнитивному (эмоциональной осведомленности и понимания эмоций), аффективному (эмпатии и межличностного интеллекта) и поведенческому компонентам (управление своими и чужими эмоциями, самомотивация) эмоционального интеллекта оказались статистически значительно выше в экспериментальной группе, нежели у учащихся, не прошедших целенаправленного воздействия.

В перспективе нами планируется изучение динамики компонентов эмоционального интеллекта в подростковом возрасте и юности как фактора успешной адаптации и общения, а также дальнейшей разработки и реализации психолого-педагогического сопровождения школьников в процессе их групповой деятельности и проведения тренинговых занятий по формированию их эмоционального интеллекта.

Литература:

1. Абишева А.Б. Теоретические аспекты понятия «эмоциональный интеллект» / А.Б. Абишева, Н.Б. Жиенбаева // Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии. – 2017. – № 1(58). – С. 123-127.
2. Александрова Н.П. К вопросу о сущности понятия «эмоциональный интеллект» / Н.П. Александрова // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2009. – № 1. – С. 71-75.
3. Андреева И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57–65.
4. Андреева И.Н. Гендерные различия в сфере эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева // Материалы Междунар. междисциплинарной научно-практ. конференции, 19–20 декабря 2003. – Минск, 2004. – С. 211-217.
5. Андреева И.Н. Понятие и структура эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева // Социально-психологические проблемы ментальности / Материалы 6-ой Междунар. научно-практ. конференции, 26-27 ноября 2004 г. – Смоленск, 2004. – С. 22-26.
6. Вайсбах Х. Эмоциональный интеллект / Х. Вейсбах, У. Дакс. – М.: Лик Пресс, 2018. – 160 с.

7. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – М.: АСТ, 2008. – 478 с.
8. Давыдова Ю.В. Гендерный аспект изучения эмоционального интеллекта подростков / Ю.В. Давыдова // Вестник РУДН. – Серия: Психология и педагогика. – 2010. – № 4. – С. 113-118.
9. Давыдова Ю.В. Особенности эмоционального интеллекта подростков различных социальных групп: эмпирический аспект / Ю.В. Давыдова // Личность в Природе и Обществе: Научные труды молодых учёных. – Серия: Психология и педагогика. – Выпуск 13. – М.: РУДН, 2018. – С. 36-38.

10. Лужбина Н.А., Перова Д.Ю. Параметры детско-родительских отношений как предикторы развития эмоционального интеллекта подростков / Н.А. Лужбина, Д.Ю. Перова // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. – 2021. – Т. 3. – № 1. – С. 22-32.
11. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭмИн / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.
12. Методика Н. Холла оценки «эмоционального интеллекта» (опросник EQ) // Е.И. Ильин. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2001. – С. 633-634.

References:

1. Abisheva A.B. Theoretical aspects of the concept of "emotional intelligence" / A.B. Abisheva, N.B. Zhienbaeva // Scientific discussion: questions of pedagogy and psychology. - 2017. - № 1(58). - S. 123-127.
2. Alexandrova N.P. To the question of the essence of the concept of "emotional intelligence" / N.P. Alexandrova // Bulletin of the Peoples' Friendship University of Russia. Series: Psychology and Pedagogy. - 2009. - № 1. - S. 71-75.
3. Andreeva I.N. Prerequisites for the development of emotional intelligence / I.N. Andreeva // Questions of psychology. - 2007. - № 5. - P. 57-65.
4. Andreeva I.N. Gender differences in the sphere of emotional intelligence / I.N. Andreeva // Materials of the Intern. interdisciplinary research and practice. conferences, December 19-20, 2003. - Minsk, 2004. - Pp. 211-217.
5. Andreeva I.N. Concept and structure of emotional intelligence / I.N. Andreeva // Socio-psychological problems of mentality / Materials of the 6th Intern. scientific and practical. conferences, November 26-27, 2004 - Smolensk, 2004. - S. 22-26.
6. Weisbach X. Emotional intelligence / H. Weisbach, W. Dax. - M.: Lik Press, 2018. - 160 p.

7. Goleman D. Emotional intelligence / D. Goleman. - M.: AST, 2008. - 478 p.
8. Davydova Yu.V. The gender aspect of studying the emotional intelligence of adolescents / Yu.V. Davydova // Bulletin of RUDN. - Series: Psychology and Pedagogy. - 2010. - № 4. - S. 113-118.
9. Davydova Yu.V. Features of the emotional intelligence of adolescents of various social groups: an empirical aspect / Yu.V. Davydova // Personality in Nature and Society: Scientific works of young scientists. - Series: Psychology and Pedagogy. - Issue 13. - M.: RUDN, 2018. - S. 36-38.
10. Luzhbina N.A., Perova D.Yu. Parameters of parent-child relations as predictors of the development of emotional intelligence in adolescents. Luzhbin, D.Yu. Perova // Bulletin of Psychology and Pedagogy of Altai State University. - 2021. - T. 3. - № 1. - S. 22-32.
11. Lyusin D.V. A new technique for measuring emotional intelligence: a questionnaire Emin / D.V. Lyusin // Psychological diagnostics. - 2006. - № 4. - S. 3-22.
12. N. Hall's technique for assessing "emotional intelligence" (EQ questionnaire) // E.I. Ilyin. Emotions and feelings. - SPb.: Peter, 2001. - S. 633-634.

19.00.07 – Педагогическая психология

Сведения об авторе:

Волгуснова Екатерина Андреевна (г. Шадринск, Россия), кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии развития и педагогической психологии ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», e-mail: misis.volgusnova@yandex.ru