

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

### РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ПОДРОСТКОВ

ДОРОФЕЕВА София Германовна

студентка

ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет»

г. Москва, Россия

*В статье дается определение понятия «эмоциональный интеллект». Рассматриваются критерии его развития и выделяются уровни эмоционального интеллекта у подростков: высокий уровень, средний уровень, низкий уровень. В статье проанализированы результаты диагностической методики Н. Холла, и сделаны выводы о необходимости воздействий на развитие эмоционального интеллекта у подростков.*

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, эмоции, чувства, подросток, критерии развития, результат, уровень, группа.

Эмоциональный интеллект (EQ) – это умение понимать свои чувства и эмоции, чувства и эмоции других людей, и умение эффективно влиять на свое и чужое поведение посредством управления своими эмоциями и чувствами, и эмоциями, чувствами других людей. Одно из замечательных следствий развития эмоционального интеллекта – уменьшение негативных эмоций. Развитый эмоциональный интеллект позволяет быстро разобраться с причинами негативных эмоций, после чего трезво оценить ситуацию и отреагировать на нее разумно вместо того, чтобы испытывать их долгое-долгое время.

Начиная с 40-х гг. прошлого века, неоднократно проводились исследования, целью которых было выявить связь школьных или университетских академических достижений с дальнейшей успешной или не успешной жизнью учащихся. Выяснилось, что для достижения своих целей очень важно умение ладить с людьми: понимать чужую реакцию и уметь ее предсказывать, договариваться и сотрудничать.

Становление личности – сложный процесс взаимодействия интеллектуального и эмоционального развития. В последние годы все больше внимания уделяется эмоциональному интеллекту, т. е. «способности осознавать смысл эмоций и использовать эти знания, чтобы выяснять причины возникновения проблем и решать эти проблемы» (Дж. Мэйер, П. Саловей, Д. Карузо). Понятие «эмоциональный интеллект» не является новым в педагогике. Об этом явлении писали многие ученые, но использовали другие термины в зависимости от особенностей его выражения: Л.С. Выготский – «обобщение переживаний»,

А.В. Запорожец – «эмоциональное воображение», В.С. Мухина – «разумность чувств». Кроме того, существует ряд взаимосвязанных с эмоциональным интеллектом качеств, в том числе эмпатия, которая первоначально означает процесс вчувствования, т. е. эмоционального проникновения в состояние другого (Ю.Б. Гиппенрейтер, Т.Д. Карягина, Е.Н. Козлова). Неспособность понимать свои эмоции и эмоции других людей, правильно оценивать реакции окружающих, а также неумение регулировать собственные эмоции при принятии решений приводят ко многим жизненным неудачам. Согласно новейшим исследованиям, успешность человека зависит от коэффициента умственного развития лишь на 20%, а от коэффициента эмоционального развития – почти на 80%.

В исследовании принимали участие 40 подростков. Методом случайной выборки были определены экспериментальная и контрольная группы. Учащиеся 7 класса составили экспериментальную группу, 8 – контрольную. Экспериментальная группа (ЭГ) – 20 человек, контрольная группа (КГ) – 20 человек (возраст детей 12-14 лет).

Критериями развития эмоционального интеллекта у подростков являются следующие: осознание своих чувств и эмоций; управление своими чувствами и эмоциями; осознание чувств и эмоций других людей.

На основе представленных критериев были выделены уровни развития эмоционального интеллекта у подростков.

Высокий уровень эмоционального интеллекта характеризуется точностью интерпретации своих эмоций, эмоций других людей, умением управ-

лять собственным эмоциональным состоянием и эмоциями других людей. Способностью использовать понимание чужих эмоций в мыслительном процессе, для достижения наиболее положительного результата межличностных отношений.

Для среднего уровня эмоционального интеллекта свойственно наличие умения определять свои чувства и эмоции, не всегда правильно могут распознаваться эмоции других людей, не во всех ситуациях есть возможность управлять своим эмоциональным состоянием.

Низкий уровень эмоционального интеллекта определяется слабой способностью управлять своими эмоциями и чувствами, импульсивность, низким самоконтролем, недостаточным осознанием своих эмоциональных состояний и чувств других людей.

На основе выделенных критериев развития эмоционального интеллекта, были выбраны следующие диагностические методики: методика на определение уровня эмоционального интеллекта М.А. Манойловой и Н. Холла; опросник эмоцио-

нального интеллекта «ЭмИн» (Д.В. Люсин).

Методика Н. Холла состоит из 30 утверждений и содержит 5 шкал:

- эмоциональная осведомленность;
- управление своими эмоциями (скорее эмоциональная отходчивость);
- самомотивация;
- эмпатия;
- распознавание эмоций других людей.

В качестве результатов были получены баллы по каждой из шкал, которые соответствуют пяти составляющим эмоционального интеллекта и суммарный балл по всем шкалам, который соответствует общему показателю эмоционального интеллекта испытуемого. С каждым из испытуемых была проведена беседа, которая дала возможность уточнить полученные результаты.

Согласно диагностической методики Н. Холла получены следующие данные по определению уровня эмоционального интеллекта подростков в контрольной и экспериментальной группах.

| Уровень эмоционального интеллекта | Контрольная группа    |    | Экспериментальная группа |    |
|-----------------------------------|-----------------------|----|--------------------------|----|
|                                   | Количество участников | %  | Количество участников    | %  |
| Высокий                           | 6                     | 30 | 5                        | 25 |
| Средний                           | 9                     | 45 | 8                        | 40 |
| Низкий                            | 5                     | 25 | 7                        | 35 |

По результатам диагностики Н. Холла большинство подростков (45% контрольной группы и 40% экспериментальной) имеют средний уровень эмоционального интеллекта, что характеризуется умением распознавать свои эмоции, настроения, побуждения, потребности, сильные и слабые стороны, тип личности, индивидуальный стиль общения, привычки, предпочтения и другие особенности, а также произвольно управлять своими эмоциями и настроениями.

Высоким уровнем эмоционального интеллекта обладают 30% участников контрольной группы и 25% экспериментальной. У этих подростков отсутствует или имеется незначительное различие в иерархической зависимости отдельных компонентов, все формы интегративно проявляются на всех уровнях. Эмоциональный интеллект считается высоко развитым при условии, что все формы представлены качественными характеристиками и реализуются во взаимодействии, поведении и деятельности.

У 25% представителей контрольной группы и 35% экспериментальной низкий уровень эмоционального интеллекта. Они не умеют управлять своими эмоциями и настроениями, чувствовать эмоции и настроения других людей, понимать их точку зрения и проявлять активный интерес к их заботам, а также воздействовать на эмоциональное состояние других людей.

Эмоциональный интеллект признается во всем мире все большим числом исследователей. Важность и необходимость развития составляющих эмоционального интеллекта как факторов, способствующих личностному и профессиональному росту индивида и влияющих на его успешность в жизни, также неоспоримы.

В последнее время интерес к проблеме эмоционального развития значительно возрос. Подростковый возраст считается особенно «эмоционально насыщенным» и поэтому изучение эмоционального развития подростков занимает ведущее место в психологии.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта в подростковом возрасте будет более эффективно, если применить специально разработанные методики.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.
2. Манойлова М.А. Развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов. – Псков: Изд-во Псковского государственного педагогического института, 2004. – 60 с.
3. Сергиенко Е.А., Ветрова И.И. Русскоязычная адаптация теста Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо «Эмоциональный интеллект» (MSCEIT V2.0). Методическое пособие. – М.: Смысл, 2017. – 140 с.
4. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Диагностика «эмоционального интеллекта» (Н. Холл). – М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. – С. 57-59.

## DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENTS

**DOROFEEVA Sofia Germanovna**  
Student  
Russian State Social University  
Moscow, Russia

*The article defines the concept of «emotional intelligence». The criteria for its development are considered and the levels of emotional intelligence in adolescents are highlighted: high level, medium level, low level. The article analyzes the results of N. Hall's diagnostic methods and draws conclusions about the need to influence the development of emotional intelligence in adolescents.*

**Keywords:** emotional intelligence, emotions, feelings, teenager, development criteria, result, level, group.

## РОЛЬ ПОЛИКУЛЬТУРНОЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

**РУБАННИКОВА Ирина Анатольевна**  
кандидат филологических наук, доцент  
ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет»  
г. Москва, Россия

*В статье выдвинута проблема поликультурного образования, формирования чувства толерантности, подготовки преподавателя, компетентного в области межкультурного общения. Проанализированы понятия «компетенция» и «компетентность». Дается характеристика структуры профессиональной компетентности преподавателя.*

**Ключевые слова:** культура, поликультурная грамотность, профессиональная компетентность, педагогические умения, коммуникативная компетентность, информационная компетентность, интеллектуально-педагогическая компетентность.

Являясь многонациональным государством, Россия представляет собой уникальную поликультурную среду, где разные культуры Севера и Юга, Востока и Запада. Мозаичность культур выражена особенностями, которые отражают его национальный состав. Свободу

выбора языка обучения гарантирует система образования, однако выбор языка обучения на всех уровнях образования в большинстве случаев не соответствует национальной принадлежности. Полинациональный состав обучающихся говорит об актуальности разработ-