

Исследование эмоционального интеллекта личности в подростковом возрасте

Андреева Надежда Васильевна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Студент

Научный руководитель: Левкова Татьяна Валериевна

Аннотация

В данной статье говорится о важности эмоционального интеллекта в жизнедеятельности человека, в особенности описывается его влияние на личность подростка, исходя из его психологических особенностей. Статья содержит описание анализа результатов эмпирического исследования эмоционального интеллекта подростков.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмпатия, подростковый возраст, эмоции, эмоциональная осведомленность, самомотивация.

Research of emotional intelligence of personality in adolescent age

Andreeva Nadezhda Vasilevna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Academic Supervisor: Levkova Tatiana Valerievna

Abstract

This article talks about the importance of emotional intelligence in the life of a person, in particular, describes its influence on the personality of a teenager, based on his psychological characteristics. The article contains a description of the analysis of the results of an empirical study of the emotional intelligence of adolescents.

Keywords: emotional intelligence, empathy, adolescence, emotions, emotional awareness, self-motivation.

Эмоциональная составляющая жизни человека влияет на продуктивность и эффективность жизнедеятельности в общем. Различные эмоциональные состояния возникают в процессе взаимодействия с окружающим миром и другими людьми и оказывают влияние на все виды человеческой деятельности, определяют ее характер и успешность. Актуальность исследования состоит в том, что в подростковом возрасте развитие эмоционального интеллекта происходит особенно, так как именно

этот период является сензитивным для формирования умений и навыков социального взаимодействия.

Психологические особенности подросткового возраста и новообразования (чувство взрослости, идентификация, открытие своего образа «Я», смена ведущего вида деятельности, личностная нестабильность и другое), с которыми встречается подросток на своем пути взросления требуют способности к управлению своим эмоциональным состоянием, осознанием своих чувств и эмоций, а также, очень важно, понимание эмоций окружающих его людей. Все эти функции несет в себе эмоциональный интеллект.

В зарубежной психологии изучением эмоционального интеллекта занимались такие ученые как Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Дж. Мэйер, П.Сэловей. К отечественным психологам, которые развивали идеи о сути и структуре эмоционального интеллекта относятся такие ученые как И.Н. Андреева, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.В. Люсин, М.А Манойлова и другие.

К числу первых, кто изучал эмоциональный интеллект в аспекте эмоционально-когнитивного взаимодействия, относится Д. Гоулман, его работы привлекли внимание многих ученых и послужили дальнейшему изучению данной проблематики. Д. Гоулман определяет эмоциональный интеллект как способность человека интерпретировать собственные эмоции и эмоции окружающих использования полученной информации в реализации собственных целей [1].

Для исследования уровня развития эмоционального интеллекта у подростков нами было проведено эмпирическое исследование на базе двух образовательных учреждений. Первая часть исследования проходила на базе МБОУ Лицей № 23, количество испытуемых составило 52 ученика, как мальчиков, так и девочек в возрасте от 13 до 15 лет. Вторая часть исследования проводилась на базе лицея ПГУ имени Шолом-Алейхема, где приняли участие 15 учеников в возрасте от 14 до 15 лет.

Для изучения эмоционального интеллекта нами была использована методика – «Определение уровня эмоционального интеллекта» Н. Холла. Она направлена на выявление способности понимать отношения личности, представляемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений. Она состоит из 30 утверждений и содержит 5 шкал: эмоциональная осведомленность, управление эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей.

Результаты исследования по методике «Определение уровня эмоционального интеллекта» Н. Холла. Представлены в таблице № 1.

Таблица 1 – Выраженность показателей эмоционального интеллекта испытуемых в процентах

	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
Общий уровень эмоционального интеллекта	47	70	19	28	1	2
Эмоциональная осведомленность	47	70	12	18	8	12
Управление своими эмоциями	50	75	14	21	3	4
Самотивация	32	48	24	36	11	16
Эмпатия	32	48	30	45	5	7
Управление эмоциями других	33	49	28	42	6	9

По результатам анализа проведенного исследования было выявлено, что 70% испытуемых обладают низким уровнем эмоционального интеллекта. Таких испытуемых можно описать как людей, неспособных четко понимать свои эмоции и ориентироваться в них. Данная категория людей испытывает затруднение в вербальном описании эмоций, отслеживании изменения своего эмоционального состояния, а также не задается вопросом о том, как та или иная эмоция влияет на их поведение. Низкий уровень эмоционального интеллекта означает, что испытуемые испытывают трудность в управлении своим эмоциональным состоянием, интенсивностью выражения эмоций, а также переключением с одной эмоции на другую. Также человеку с низким уровнем эмоционального интеллекта будет сложно определить, какие эмоции испытывают окружающие его люди и повлиять на изменение их эмоционального состояния.

Средний уровень эмоционального интеллекта определился у 28 % исследуемых учеников. Трудности в эмоциональной сфере при среднем уровне эмоционального интеллекта зависят от степени развития отдельных его составляющих.

Как показывает наше исследование, в подростковом возрасте высокий уровень эмоционального интеллекта это редкость, а именно 2 % из 100 (1 человек). Важным замечанием здесь будет то, что у данного ученика показатель был на границе среднего и высокого уровня. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта обладают хорошей способностью к осознанию и управлению как собственным эмоциональным состоянием, так других людей, они достаточно легко переключаются с одной эмоции на другую, проявляют эмпатию в общении, умеют успокоить и взбодрить собеседника.

Эмоциональная осведомленность находится на низком уровне у 70% исследуемых подростков, средний уровень определился у 18 % и высокий отводится оставшимся 12% испытуемым. Опираясь на данные показатели, можем сказать, что больше половины подростков нашего исследования испытывают серьезные трудности в осознании собственных эмоций.

Низкий уровень развития способности к управлению собственными эмоциями определился у 75 % опрошенных учеников, средний уровень составляет 21 %, высокий уровень – 4 %. Большая часть подростков нашей выборки не способна к грамотному управлению своим эмоциональным состоянием.

Результаты нашего исследования показывают, что развитие самомотивации у 48% учеников находится на низком уровне. Этой категории учеников характерны трудности работы в группе, низкая ориентированность на результат и боязнь неудач. Средний уровень самомотивации определился у 36% исследуемых и высокий уровень занимает 16 %, таким подросткам свойственно выраженное стремление к самореализации.

Низкий уровень эмпатии был выявлен у 48% выборки. Почти половина опрошенных школьников имеет низкую способность к пониманию эмоционального состояния собеседника. Люди с низким уровнем эмпатии не проявляют особой заинтересованности в собеседнике, не внимательны к его жестам, мимике. Средний уровень развития эмпатии определился у 45 % и высокий лишь у 7 % исследуемых подростков. Подростки, обладающие этим качеством, умеют слушать, способны угадывать настроение и чувства другого человека.

Показатель способности к управлению эмоциями других находится на низком уровне у 49% опрошенных, средний уровень был выявлен у 42%. Высокий уровень управления эмоциями другого человека развит на высоком уровне у 9 % исследуемых подростков, эти ученики без затруднения смогут в случае необходимости успокоить или же наоборот приободрить собеседника, а также способны убеждать и вести за собой.

Анализируя результаты экспериментального исследования, мы обнаружили, что большая часть школьников, а именно 70% от всей выборки обладают низким уровнем эмоционального интеллекта, самыми западающими показателями являются эмоциональная осведомленность и управление собственными эмоциями.

Подростковый период – важнейший этап жизни, во многом определяющий последующую судьбу человека. Какой социальный статус, какие ценности будут у подростка во многом зависит от того, насколько он умеет устанавливать дружеские доверительные отношения со сверстниками. А в дружеских взаимоотношениях, как всем известно, эмоциональная составляющая занимает одно из первых мест. Эмоциональный интеллект в подростковом возрасте очень важный конструкт, который вносит большой вклад в формирование гармоничной, психологически здоровой личности.

Таким образом, результаты нашего исследования определяют достаточно серьезную проблему взращивания подростков – необходимость

обратить внимание на работу, направленную на развитие эмоционального интеллекта подростков.

Библиографический список

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. 478 с.
2. Андреева И. Н. «Исчезновение» эмоционального интеллекта? // Молодые учёные – России: материалы 2-й междунар. науч.-практ. конф., Смоленск, нояб. 2005 г. Смоленск: СГПУ, 2005. Ч. 1. – С. 15-20.
3. Андреева И. Н. К вопросу об истории изучения эмоционального интеллекта // Вестник Бурятского государственного университета 2013. № 5. С. 1-2.
4. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополец: ПГУ, 2011. 388 с.
5. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. 2006. №3. С. 78-86.
6. Ерохина Е. В. Стратегии преодолевающего поведения и социальной адаптации при различных профилях эмоционального интеллекта : диссертация кандидата психологических наук : 19.00.01
7. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. М.: Издательский центр «Академия», 1999. 456 с.