

## Эмоциональный интеллект в юношеском возрасте

*Новик Ирина Алексеевна*

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема*

*Студент*

### Аннотация

В статье представлено исследование эмоционального интеллекта в юношеском возрасте, показаны особенности проявления различных сторон исследуемого качества личности.

**Ключевые слова:** юношеский возраст, эмоциональный интеллект

### Emotional intelligence in adolescence

*Novik Irina Alekseevna*

*Sholom-Aleichem Priamursky State University*

*Student*

### Abstract

The article presents a study of emotional intelligence in adolescence, shows the features of the manifestation of various aspects of the studied personality quality.

**Keywords:** adolescence, emotional intelligence

Юношеский возраст – это период жизни человека от 15 до 21 года. У молодого человека в этот период формируется индивидуальное сознание, в которое включены изменения в эмоциональной, интеллектуальной сфере человека. Важным оказывается осознание обязанностей личности как перед самим, так и перед другими людьми. За ним следует принятие ответственности за собственную жизнь, а также формирование жизненных планов. В данный период происходит включение молодого человека в самостоятельную производственную деятельность. Оно характеризуется началом трудовой биографии, а в дальнейшем и созданием собственной семьи. Тогда, молодой человек будет нести ответственность и за другого человека, а именно за своего ребёнка.

В юности, по мнению Л.С. Выготского, процесс развития личности характеризуется и описывается двумя противоположными тенденциями, а именно устанавливаются все более тесные контакты между индивидами, а также усиливается ориентация на группу, но с другой стороны, формирование самостоятельности и чувства взрослости посредством усложнения внутреннего мира и формирование личностных и индивидуальных свойств с более яркой акцентуацией своего характера [2].

Юность имеет свою отличительную особенность, а именно в этот период молодой человек показывает свою неповторимость и

индивидуальность. Это проявляется в его стиле одежды, стиле взаимодействия со знакомыми. Так он может носить только яркую одежду или наоборот только однообразную, например, чёрную. Так же ему может быть свойственно, индивидуальное приветствие со знакомым.

В юношеском возрасте усваивается и улучшается владение выражением своих эмоций и чувств, а именно с помощью рефлексии юноша не только может полноценно описать своё эмоциональное состояние, но и способен понять в каком состоянии может находиться его собеседник и при возможности способен улучшить его. Помимо проявления эмоций и чувств, он способен их маскировать и скрыть. Таким образом, волнение может маскировать ироническим смехом.

В юношеской среде часто можно встретить завышенные профессиональные притязания, по которым многие молодые люди считают, что недостаточно образованы в своей сфере. Часто можно встретить и то, что молодых специалистов считают неопытными и не принимают на работу. Так же могу встречаться трудности с поиском и устройством на работу в связи с экономическим кризисом или с перенасыщенностью кадров в той или сфере деятельности. Эти неудачи в выборе профессии приводят к тому, что молодой человек ведёт асоциальный образ жизни.

Ведущей деятельностью юношеского возраста считается - учебно-профессиональная. Основным психическим новообразованием принято считать рост самосознания. Главным направлением в жизни юноши становится профессиональное самоопределение, а именно поиск той трудовой деятельности, на которой и будет в дальнейшем направлено внимание, так же и определение дальнейшей социальной ситуации развития, а именно то, каким будет будущее. Всё это создаёт условия совершения выбора направления деятельности, а в последствии и выбора профессии.

К психологическим и социальным особенностям юношеского возраста относят - выбор профессии, склонность к самоанализу, систематизация знаний о себе, формирование своего мировоззрения. Эти особенности напрямую связаны с будущим молодого человека и определяют его дальнейшее развитие в различных сферах деятельности. Это помогает молодому человеку познать себя, отделиться от референтного взрослого (родителя) для проявления своей самостоятельности. В данном возрасте появляется потребность систематизировать, обобщать свои знания о себе, а также возрастает волевая регуляция и проявляется стремление к самоутверждению.

Главным проявлением юношеского возраста является кризис юности. Он считается экзистенциальным и определяется кризисом смысла жизни. Здесь молодой человек впервые задаётся вопросами по определению себя, о том, кем он является, к чему стремится, так же задаёт вопросы о смысле жизни. Этот период характеризуется обособлением образа личности от окружающих людей, а также выявлением индивидуального способа жизни. Происходит разрешение внутреннего противоречия, связанного с развитиями своей личности, когда молодые люди принимают решение спонтанно,

импульсивно, под влиянием референтного круга общения (друзья, возлюбленный человек) и встречают критику, то это будет очень критично и болезненно восприниматься молодым человеком, так как внутреннее ощущение взрослого присутствует, но оно не является развитым на высоком уровне. Благодаря этим изменениям в юности происходит становление личности, как отдельного, самостоятельного, независимого и активного члена общества, а также происходит осваивание социальных взаимоотношений, норм, принципов взаимодействия с другими людьми и принятие правил, по которым будет происходить дальнейшее общение, как с новым коллективным в учебном заведении, а в дальнейшем и общение с трудовым коллективом. При получении знаний о них особым образом возникают и отношения со сверстниками. Характерным является стремление объединяться для удовлетворения личных потребностей, таких как признание и авторитет. Юноша будет стремиться участвовать в коллективных заданиях, проявляет социальную и творческую активность, возможно, будет проявлять себя в волонтерской деятельности.

Эмоциональный интеллект определяется как способность к опознанию, пониманию эмоций и управлению ими. Согласно Д. Гоулмену, эмоциональный интеллект – это «способность человека истолковывать собственные эмоции и эмоции, окружающих с тем, чтобы использовать полученную информацию для реализации собственных целей».

Эмоциональный интеллект является важным фактором в развитии личности любого возраста, но особую значимость приобретает в момент профессионального становления в юношеском возрасте, на что указывают современные исследователи данного феномена (М.А. Алиев, И. Н. Андреева, О. В. Мизонова).

С целью изучения эмоционального интеллекта у юношей и девушек мы провели эмпирическое исследование, в котором участвовал 61 студент.

Диагностический инструментарий составили следующие методики: Тест «ЭМИн» Д. Люсина, тест Н. Холла «Эмоциональный интеллект»).

Рассмотрим распределение испытуемых по уровням эмоционального интеллекта, которое представлено на рисунке 1.

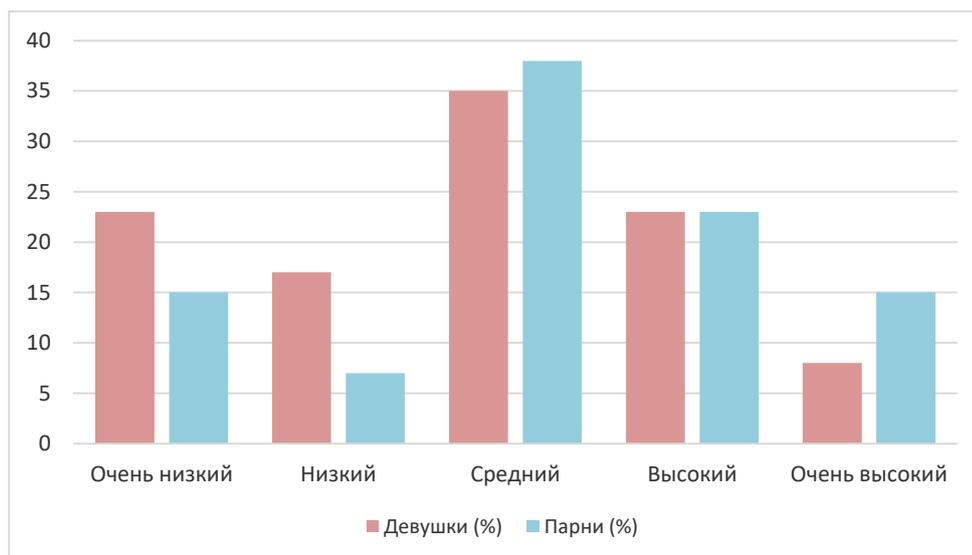


Рисунок 1 – Распределение испытуемых по уровням эмоционального интеллекта

Как видно из рисунка 1, у испытуемых обоих полов преобладает средний уровень эмоционального интеллекта, который выявлен у 17 (35%) девушек и 5 (38%) парней.

Очень низкий уровень выявлен у 11 (22%) девушек и 2 (15%) парней, для них характерна неспособность контролировать и управлять интенсивностью своих эмоций.

Низкий уровень выявлен у 8 (16%) девушек и 1 (7%) парней, для них характерно применение в небольшой степени способностей контролировать своё эмоциональное состояние.

Высокий уровень выявлен у 8 (16%) девушек и 3 (23%) парней, для них характерно хорошее понимание своих эмоций, способность к познанию и идентификации.

Очень высокий уровень выявлен у 4 (8%) девушек и 2 (15%) парней, для них характерна способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

Рассмотрим эмпирические данные по шкалам теста эмоционального интеллекта ЭИИ Д. Люсина. На рисунке 2 представлены результаты изучения эмоционального интеллекта у парней.

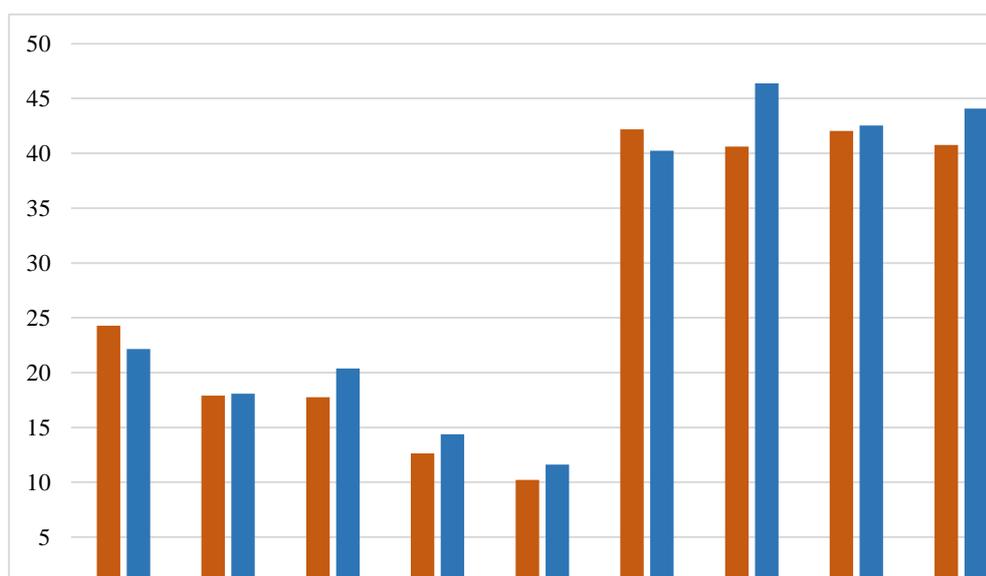


Рисунок 2 - Среднеарифметические значения по шкалам теста эмоционального интеллекта ЭМИн Д. Люсина

Из рисунка 2 видны различия среднеарифметических значений юношей и девушек по шкале ВЭИ (внутриличностный эмоциональный интеллект) - способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими. Видно, что у юношей по данной шкале значение выше, чем у девушек, следовательно, им более характерно проявление данной способности.

Таким образом, юношеский возраст является главным этапом становления человека в жизни, в котором достигается уже полноценное становление личности, устанавливается смыслоориентирующая модель поведения, устанавливаются границы поведения, решаются вопросы о реализации в мире, установлении дальнейших планов на семью, но и так же происходит смена обстановки юноши, если при этом он поступает в другой город и получает образование.

### Библиографический список

1. Алиев М.А., Эшонов Х.К. Роль эмоционального интеллекта в обучении // Актуальная медицина: материалы I Студенческой научно-теоретической конференции, посвященной 120-летию со дня рождения С.И.Георгиевского, Симферополь, 29 ноября 2018 года. Симферополь: Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского, 2018. С. 737-740.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. 2006. № 3. С. 78-86
3. Выготский Л.С. Проблема возраста. М.; Воронеж, 1996. 512 с.
4. Мизонова О.В. Эмоциональное развитие личности в юношеском возрасте // Гуманитарий. 2004. № 4. С. 250-251.