

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В ОБРАЗОВАНИИ

УДК 159.942-057.875
ББК Ю962.3-52

ГСНТИ 15.81.21

Код ВАК 19.00.07

Белобородов Антон Михайлович,

аспирант, кафедра общей и социальной психологии, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина; 620026, г. Екатеринбург, ул. Куйбышева, д. 48, к.604; e-mail: beloborodov09@mail.ru

Любякин Анатолий Александрович,

кандидат философских наук, доцент, кафедра общей и социальной психологии, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина; 620026, г. Екатеринбург, ул. Куйбышева, д. 48, к. 604а; e-mail: lyubyakin@mail.ru

Оконечникова Любовь Викторовна,

кандидат психологических наук, доцент, кафедра общей и социальной психологии, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина; 620026, г. Екатеринбург, ул. Куйбышева, д. 48, к.604; e-mail: dokonechnikov@mail.ru

АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: эмоциональный интеллект; академический интеллект; практический интеллект; активные методы обучения; социально-психологический тренинг; семинар.

АННОТАЦИЯ. Данная статья посвящена изучению возможностей активных методов формирования эмоционального интеллекта. В статье проанализированы основные подходы к изучению эмоционального интеллекта в отечественной и зарубежной психологии: эмоциональный интеллект как личностная черта, как когнитивная способность, как личностная черта и когнитивная способность одновременно. На основе разных подходов выделены его основные составляющие, показано место эмоционального интеллекта в системе других видов интеллекта. Представлены результаты эмпирического исследования эмоционального интеллекта на выборке студентов-психологов 1 курса, рассмотрены особенности формирования эмоционального интеллекта с помощью активных методов: социально-психологического тренинга и семинарских занятий. Описаны основные образовательные средства, используемые в рамках социально-психологического тренинга и семинарских занятий. Показана эффективность социально-психологического тренинга в формировании практического социального интеллекта и эффективность семинарских занятий в формировании теоретического эмоционального интеллекта.

Beloborodov Anton Mikhaylovich,

Post-graduate Student of Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the First President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia.

Lyubyakin Anatoly Alexandrovich,

Candidate of Philosophy, Associate Professor, Department of General and Social Psychology, Ural Federal University n.a. the first President of Russia B.N.Yeltsin, Ekaterinburg.

Okonechnikova Lyubov' Viktorovna,

Candidate of Psychology, Associate Professor of Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the First President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russia.

ACTIVE METHODS OF FORMATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF STUDENTS-PSYCHOLOGISTS

KEYWORDS: emotional intelligence; academic intelligence; practical intelligence; active forms and methods of teaching; socio-psychological training; seminar.

ABSTRACT. The article explores methods of active formation of emotional intelligence. The article analyzes the main approaches to the study of emotional intelligence in home and foreign psychology: emotional intelligence as a personal trait, emotional intelligence as a cognitive ability and emotional intelligence as a personal trait and cognitive ability at the same time. On the basis of different approaches, the article highlights its main components, and shows the place of emotional intelligence among other kinds of intelligence. The article presents the results of an empirical study of emotional intelligence on a sample of first-year students-psychologists and studies the features of formation of emotional intelligence by the following active methods and forms: socio-psychological training and seminars. The authors describe the main educational tools used in the framework of socio-psychological training and seminars and demonstrate the efficiency of social-psychological training in the formation of practical social intelligence and the effectiveness of seminars in the formation of theoretical emotional intelligence.

Очевидно, что для современного общества характерен культ рационального отношения к жизни, поэтому проблема в понимании и выражении своих собственных эмоций и эмоций своего партнера стоит наиболее остро. Решению эмоциональных проблем во многом способствует работа по развитию эмоциональной компетентности, которая в современных зарубежных и отечественных исследованиях получила название эмоциональный интеллект.

Непосредственно термин «эмоциональный интеллект» был введен в 1990 году П. Сэловеем и Дж. Мэйером [3]. Эмоциональный интеллект, по П. Сэловее и Дж. Мэйеру – это «способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий» [3, с. 30]. Это была первая научная теория эмоционального интеллекта. Данная теория рассматривала эмоциональный интеллект, как когнитивные способности. Вслед за этой теорией стали разрабатываться и другие: эмоциональный интеллект как личностная черта [14]; эмоциональный интеллект как когнитивная способность и как личностная черта одновременно [5].

Многообразие моделей эмоционального интеллекта привело к тому, что эмоциональный интеллект «растворился» среди разных видов интеллекта. Стало не понятным, какое место он занимает среди других интеллектов, что он включает в себя, поддается ли развитию и если да, то, как его развивать?

Цель данного исследования: определить место эмоционального интеллекта в системе других интеллектов, систематизировать составляющие эмоционального интеллекта и апробировать методы его формирования у студентов психологического факультета.

В работе был использован следующий комплекс методов исследования:

- общенаучные методы (сравнительный анализ теоретических подходов и обобщение психологической литературы по проблеме эмоционального интеллекта);

- эмпирические методы («Методика исследования социального интеллекта Дж. Гилфорда и М. Салливена, опросник «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина, метод кейсов с разработанными нами заданиями);

- методы формирующего эксперимента (социально-психологический тренинг и семинарские занятия);

- методы математико-статистической обработки данных (обработка данных проведена на компьютере с использованием пакета PASWStatistics18).

Обсуждение полученных результатов начнем со сравнительного анализа теоретических подходов по проблеме эмоционального интеллекта.

Согласно представлениям Х. Гарднера [2] о множественном интеллекте, его модель включает несколько основных подвидов (форм) интеллекта: логико-математический, вербальный, пространственный, музыкальный, телесно-кинестетический, межличностный, внутриличностный. Межличностный интеллект, в свою очередь, включает способность наблюдать чувства других и использовать эти знания для прогнозирования их поведения, а внутриличностный, соответственно, включает способность наблюдать свои собственные чувства, использовать их для прогнозирования своего поведения. Одним из выделяемых Х. Гарднером типов интеллекта является социальный интеллект, определяемый как способность понимать людей и управлять ими. Эмоциональный интеллект рассматривается как подструктура социального интеллекта (Х. Гарднер), как часть социального интеллекта, которая включает способность наблюдать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями» (Дж. Мейер, П. Сэловей). Таким образом, социальный интеллект, будучи частью эмоционального интеллекта, может быть как межличностным, так и внутриличностным.

Д. В. Ушаков и А. Е. Ивановская [11] говорят о теоретическом (академическом) социальном интеллекте и о практическом социальном интеллекте.

Эмоциональный интеллект, являясь частью социального интеллекта, наряду с другими видами интеллекта соответственно тоже может быть, на наш взгляд, академическим и практическим. Под академическим эмоциональным интеллектом мы будем понимать знания об эмоциях (вербальный словарь эмоций, знания о видах эмоций), а под практическим эмоциональным интеллектом – умения и навыки, связанные с распознаванием и управлением эмоциями, как своими, так и эмоциями других людей.

Итак, все виды интеллекта, на наш взгляд, целесообразно соотнести следующим образом (рис. 1).

Ознакомившись с трудами таких авторов как Д. Гоулман [3], Р. Стернберг [8], Д. В. Люсин с О. О. Марютиной и А. С. Степановой [6] мы выявили следующие составляющие эмоционального интеллекта: определение наличия эмоционального переживания у себя и другого, идентификация эмоций своих и других людей, способность контролировать интенсивность своих

эмоций и эмоций других людей, способность произвольно вызывать у себя и у других ту или иную эмоцию, нахождение словесного выражения для той или иной эмоции, понимание причин, которые вызвали эмо-

цию, понимание следствий, к которым ведет та или иная эмоция, способность контролировать внешнее выражение эмоций, фасилитация мышления вследствие подбора более подходящей для ситуации эмоции.



Рис. 1. Место эмоционального интеллекта в системе других видов интеллекта

Несмотря на разногласия авторов по поводу значимости эмоционального интеллекта в предсказании успешности человека в социуме [9], современные психологи отмечают, что эмоциональный интеллект – это важный фактор повышения психологической культуры общества в целом [1; 10; 13]. А вот проблема формирования эмоционального интеллекта остается открытой [15]. Анализ работ ряда авторов: Д. Гоулман [3], С. Шабанов и А. Алешина [13], Н. В. Бибарсова [1], А. П. Панфилова, С. С. Михальченко [7], Е. В. Латушкина [4], Т. И. Солодкова [10], Д. В. Люсина [5] и Д. В. Ушакова [12] позволил нам сформулировать основную гипотезу нашего исследования: активные методы обучения являются эффективными в формировании эмоционального интеллекта. Данная гипотеза была конкретизирована в частных предположениях:

1. Социально-психологический тренинг – эффективный метод формирования эмоционального интеллекта.
2. Семинарские занятия эффективно развивают академический эмоциональный интеллект, а социально-психологический тренинг эффективно развивает практический эмоциональный интеллект.

Объектом исследования выступил эмоциональный интеллект, а предметом исследования – условия формирования эмоционального интеллекта.

В исследовании принимали участие 76 испытуемых (14 юношей и 62 девушки) в

возрасте от 17 до 19 лет, студенты-психологи 1 курса очной формы обучения. Даная выборка была не случайной, с одной стороны, им как будущим профессионалам необходимо развивать эмоциональный интеллект, с другой стороны, методы формирования, которые мы предлагаем, «ориентированы» на молодую аудиторию, в частности, студентов.

Нами было проведено тестирование и сравнение данных двух групп студентов-психологов 1 курса по подобранным методикам: группы психологов, обучающихся по направлению «психология» и группы психологов, обучающихся по направлению «клиническая психология». Полученные данные были обработаны с помощью U-критерию Манна – Уитни. Статистически значимых различий не было выявлено, таким образом, исследуемые нами выборки были уравнены по всем показателям.

Для формирования эмоционального интеллекта в группе студентов, обучающихся по направлению «психология» был выбран в качестве формирующего метода – метод СПТ (социально-психологический тренинг), а в группе клинических психологов – семинарские занятия.

Для проведения социально-психологического тренинга на основе выделенных нами показателей мы выбрали следующие игры и упражнения: «замороженные», «внешние проявления эмоций», «установки относительно эмоций», «эмоции и поведе-

ние», «мои техники осознания своих эмоций», «основные способы понимания эмоций других людей», «о чем сигнализирует нам негативная эмоция?», «вербализация чувств», «управление эмоциями с помощью дыхания», «управление импульсивными эмоциями», «помощь другому осознать свое эмоциональное состояние», «заражение эмоциями», «испорченный телевизор», «алгоритм управления эмоциями других», «конструктивная обратная связь», «ресурсное состояние» и т. д.

Для проведения семинарских занятий использовались следующие образовательные средства: подготовка и представление докладов; разработка конспекта докладчиком; конспектирование доклада слушателями; обсуждение докладов, анонимное оценивание подготовки доклада слушателями, поиск информации по теме семинара в группах с использованием интернета и других источников, подготовка групповых презентаций по найденной информации, контрольные работы, написание эссе.

Общая продолжительность СПТ и семинарских занятий составляла 28 академических часов: 7 занятий по 4 академических часа.

Перейдем к сравнению данных по отобраным методикам до и после тренинга в группе студентов, обучающихся по направлению «психология». Полученные данные были обработаны с помощью Т-критерия Вилкоксона.

Сравнение данных полученных по используемым нами методикам показало, что пройдя СПТ, студенты-психологи более успешно справляются с заданиями, отражающими уровень их владения эмоциональным интеллектом: нами получены достоверные различия (на уровне значимости $p=0,99$) по всем субтестам, кроме субтеста №2 теста Дж. Гилфорда и М. Салливена, хотя по нему отчетливо наблюдается позитивная динамика после проведения тренинга. Субтест 2 диагностирует способность человека к логическому обобщению, выделению общих существенных признаков в различных невербальных реакциях человека, и, возможно, требует более длительного времени для формирования. Вследствие воздействия СПТ студенты более успешно справились с заданиями кейса: опознание эмоции по фотографии (на уровне значимости $p=0,95$) и составление словаря эмоций (на уровне значимости $p=0,99$). Как следствие этого у студентов повысился уровень самооценки владения собственным эмоциональным интеллектом, о чем свидетельствует достоверное увеличение показателей эмоционального интеллекта по всем шка-

лам методики Д. В. Люсина (на уровне значимости $p=0,99$).

Все это дает основание говорить о том, что выдвинутое нами первое частное предположение подтвердилось: социально-психологический тренинг оказался эффективным методом формирования эмоционального интеллекта.

Для подтверждения второго выдвинутого предположения проводились семинарские занятия с группой студентов, обучающихся по направлению «клиническая психология». Полученные данные также были обработаны с помощью Т-критерия Вилкоксона.

По методике Дж. Гилфорда и М. Салливена у участников группы улучшились способности предвидеть последствия поведения людей в определенной ситуации с определенными эмоциями, предсказывать то, что произойдет в дальнейшем, опираясь на эмоциональное состояние (субтест №1 «Истории с завершениями» на уровне значимости $p=0,99$), улучшилась способность понимать логику развития ситуаций взаимодействия и значение поведения людей в этих ситуациях на основании испытываемых людьми эмоций (субтест №4 «Истории с дополнениями» на уровне значимости $p=0,95$).

По результатам кейса такие задания, как опознание эмоции по фотографии и составление словаря эмоций статистически достоверно улучшились (на уровне значимости $p=0,99$). Это можно объяснить тем, что на семинарских занятиях студенты занимались подобными заданиями: изучали разные виды эмоций, приводили примеры, анализировали термины, обозначающих их.

По всем шкалам методики Д. В. Люсина диагностируется снижение показателей, но достоверных различий нет. На наш взгляд, это можно объяснить тем, что студенты уделяли много времени поиску информации об эмоциях и изучению разных теорий эмоций и эмоционального интеллекта, однако практических навыков эмоционального интеллекта ими получено не было. Вероятно, познакомившись с множеством теорий, студенты стали более критично относиться к оценке уровня своего владения эмоциональным интеллектом.

Перейдем к сравнению данных между группами студентов-психологов, прошедших социально-психологический тренинг и студентов – клинических психологов, прошедших семинарские занятия. Нами была проведена математическая обработка полученных данных по всем методикам с помощью U-критерия Манна-Уитни.

Социально-психологический тренинг оказался более эффективным в развитии

следующих показателей эмоционального интеллекта: определение наличия эмоционального переживания у себя и у другого человека, идентификация своих эмоций и эмоций других людей, понимание причин, вызвавших эмоцию, способность контролировать интенсивность своих эмоций и эмоций другого человека, внешнее выражение своих эмоций, а также способность произвольно вызывать ту или иную эмоцию у себя или у другого человека. Различия достоверны по субтесту №3 «Вербальная экспрессия» (на уровне значимости $p=0,99$). Полученные данные говорят о большей эффективности тренинга в развитии способности понимать изменение значения сходных вербальных реакций человека в зависимости от эмоционального контекста вызвавшей их ситуации.

Можно заметить, что все эти показатели опираются на приобретенные и отработанные умения, поэтому мы можем говорить о тренинге как методе развития преимущественно практического эмоционального интеллекта.

Разработанная нами программа семинарских занятий является эффективной для развития знаний о словаре эмоций, а также способностей анализировать эмоции и подбирать к ним точное вербальное описание. Таким образом, семинар оказался более эффективным в сравнении с СПТ в развитии тех показателей эмоционального интеллекта, которые опираются на знания т.е. в развитии академического эмоционального интеллекта.

Семинарские занятия, развивающие академический эмоциональный интеллект способствуют более критической оценке своих достижений эмоционального интеллекта. Студенты, прошедшие семинарские занятия занижают оценки по владению эмоциональным интеллектом, по тесту «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина.

Таким образом, выдвинутое нами второе частное предположение о том, что семинарские занятия эффективно развивают академический эмоциональный интеллект, а социально-психологический тренинг эффективно развивает практический эмоциональный интеллект, получило свое подтверждение.

В данном исследовании сравнивались только два вида активного обучения: социально-психологический тренинг, основанный на играх и упражнениях и семинарские занятия, включающие традиционные формы работы преподавателя ВУЗа со студенческой аудиторией. Если в социально-психологический тренинг и семинарские занятия включить более разнообразные и современные формы активной работы: дискуссии, анализ конкретных случаев, кейсы и т.д., можно будет, предположительно, выявить связь между использованием разнообразных активных форм и динамикой формирования показателей эмоционального интеллекта. Это предположение может стать дальнейшей перспективой исследования особенностей формирования эмоционального интеллекта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бибарсова Н. В. Оптимизация семейного самоопределения посредством развития эмоционального интеллекта юношей и девушек // Вестник ЧГПУ. 2014. №7.
2. Гарднер Г. Структура разума: теория множественного интеллекта. М. : И. Д. Вильямс, 2007.
3. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2013.
4. Латушкина Е. В. Исследование эмоциональной сферы личности в интерпретации и опознании эмоций : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2006.
5. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. М. : Институт психологии РАН, 2004.
6. Люсин Д. В., Марютина О. О., Степанова А. С. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. М. : Институт психологии РАН, 2004.
7. Панфилова А. П., Михальченко С. С. Развитие эмоционального интеллекта как составляющей социальной компетентности менеджеров // Человек и общество. 2013. №4 (37).
8. Практический интеллект / Р. Дж. Стернберг, Дж. Б. Форсайт, Дж. Хедланд и др. СПб. : Питер, 2002.
9. Савенков А. И. Эмоциональный и социальный интеллект как предикторы жизненного успеха // Вестник практической психологии образования. 2006. №1(6). С. 30-38.
10. Солодкова Т. И. Тренинг развития эмоционального интеллекта как психологическое средство профилактики и коррекции синдрома «выгорания» // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2011. №2.
11. Ушаков Д. В., Ивановская А. Е. Практический интеллект и адаптация к среде у школьников // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования. М. : Институт психологии РАН, 2004.
12. Ушаков Д. В. Интеллект: структурно-динамическая теория. М. : Институт психологии РАН, 2003.
13. Шабанов С., Алешина А. Эмоциональный интеллект. Российская практика. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014.
14. Bar-On R., Parker J. D. A. The Handbook of emotional intelligence. San Francisco : Jossey-Bass, A Wiley Company, 2000.

15. Emmerling R. J., Shanwal V. K., Mandal M. K. Emotional Intelligence: Theoretical and Cultural Perspectives. New York : Nova Science Publishers, 2007.

REFERENCES

1. Bibarsova N. V. Optimizatsiya semeynogo samoopredeleniya posredstvom razvitiya emotsional'nogo intellekta yunoshey i devushek // Vestnik ChGPU. 2014. №7.
2. Gardner G. Struktura razuma: teoriya mnozhestvennogo intellekta. M. : I. D. Vil'yame, 2007.
3. Goulman D. Emotsional'nyy intellekt. Pochemu on mozhet znachit' bol'she, chem IQ. M. : Mann, Ivanov i Ferber, 2013.
4. Latushkina E. V. Issledovanie emotsional'noy sfery lichnosti v interpretatsii i opoznanii emotsiy : avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. Ekaterinburg, 2006.
5. Lyusin D. V. Sovremennye predstavleniya ob emotsional'nom intellekte // Sotsial'nyy intellekt: Teoriya, izmerenie, issledovaniya. M. : Institut psikhologii RAN, 2004.
6. Lyusin D. V., Maryutina O. O., Stepanova A. S. Struktura emotsional'nogo intellekta i svyaz' ego komponentov s individual'nymi osobennostyami: empiricheskiy analiz // Sotsial'nyy intellekt: Teoriya, izmerenie, issledovaniya. M. : Institut psikhologii RAN, 2004.
7. Panfilova A. P., Mikhal'chenko S. S. Razvitie emotsional'nogo intellekta kak sostavlyayushchey sotsial'noy kompetentnosti menedzherov // Chelovek i obshchestvo. 2013. №4 (37).
8. Prakticheskiy intellekt / R. Dzh. Sternberg, Dzh. B. Forsayt, Dzh. Khedland i dr. SPb. : Piter, 2002.
9. Savenkov A. I. Emotsional'nyy i sotsial'nyy intellekt kak prediktory zhiznennogo uspekha // Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya. 2006. №1(6). S. 30-38.
10. Solodkova T. I. Trening razvitiya emotsional'nogo intellekta kak psikhologicheskoe sredstvo profilaktiki i korrektsii sindroma «vygoraniya» // Psikhopedagogika v pravookhranitel'nykh organakh. 2011. №2.
11. Ushakov D. V., Ivanovskaya A. E. Prakticheskiy intellekt i adaptatsiya k srede u shkol'nikov // Sotsial'nyy intellekt: Teoriya, izmerenie, issledovaniya. M. : Institut psikhologii RAN, 2004.
12. Ushakov D. V. Intellekt: strukturno-dinamicheskaya teoriya. M. : Institut psikhologii RAN, 2003.
13. Shabanov S., Aleshina A. Emotsional'nyy intellekt. Rossiyskaya praktika. M. : Mann, Ivanov i Ferber, 2014.
14. Bar-On R., Parker J. D. A. The Handbook of emotional intelligence. San Francisco : Jossey-Bass, A Wiley Company, 2000.
15. Emmerling R. J., Shanwal V. K., Mandal M. K. Emotional Intelligence: Theoretical and Cultural Perspectives. New York : Nova Science Publishers, 2007.

Статью рекомендует д-р пед. наук, проф. Э. Э. Сыманюк.