

ЛИТЕРАТУРА

- 1 *Seligman M. E. P. [et al.] Depressive attributional style // Journal of Abnormal Psychology. 1979. № 88. Pp. 242–237.*
- 2 *Mezulis A. H. [et al.] Is there a universal positivity bias in attributions: A meta-analytic review of individual, developmental, and cultural differences in the self-serving attributional bias // Psychological Bulletin. 2004. Vol. 130, № 5 Pp. 711-747.*
- 3 *Cheng H., Furnham A. Attributional style and personality as predictors of happiness and mental health // Journal of Happiness Studies. 2001. № 2. Pp. 307-323.*
- 4 *Cheng H., Furnham A. Attributional style and self-esteem as predictors of psychological well being // Counseling Psychology Quarterly. 2003. Vol. 16, № 3. Pp. 121-130.*
- 5 *Gordeeva T. O., Osin E. N. Optimistic Attributional Style as a Predictor of Well-Being and Performance in Different Academic Settings // The Human Pursuit of Well-Being. 2011. Pp. 159-174.*
- 6 *LaForge, M. C., Cantrell S. Explanatory style and academic performance among college students beginning major course of study // Psychological Reports. 2003. Vol. 92, № 3. P. 861.*
- 7 *Armor D. A., Taylor S. E. When predictions fail: The dilemma of unrealistic optimism // Heuristics and biases: The psychology of intuitive judgment. Cambridge, UK: Cambridge University Press. 2002. Pp. 334-438.*

Особенности эмоционального интеллекта подростков, занимающихся творчеством

Нестеренко М.В.

*УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»
г. Гомель, Республика Беларусь*

Современный мир призывает быть успешным, конкурентноспособным и требует оценки ежедневных способностей каждого из нас. Но не только умственные способности и рациональные проявления личности могут обеспечить престижные последствия для их обладателей, но и умение социально приспособливаться и продуктивно использовать коммуникации, регулировать собственные и чужие проявления эмоций, понимать их и принимать. Во взаимоотношении с внешней средой человек встречается с необходимостью понимать чувства других людей.

Конец XX века и начало XXI в психологии ознаменовались появлением нового исследовательского течения в эмоциональной сфере личности – эмоционального интеллекта.

Впервые понятие «эмоциональный интеллект» использовали П. Сэловей и Дж. Майер в статье «Эмоциональный интеллект» (1990), они определили его как группу ментальных способностей, обеспечивающих осознание и понимание собственных эмоций и эмоций окружающих людей [2, с. 7].

Согласно представлениям Дж. Майера, П. Саловея и Д. Карузо, эмоциональный интеллект включает в себя способности воспринимать, вызывать эмоции, повышать эффективность мышления с помощью эмоций, понимать эмоции и эмоциональные знания и рефлексивно регулировать эмоции для эмоционального и интеллектуального развития. Д. Гоулмен эмоциональный интеллект понимает как способность осознавать свои эмоции и эмоции других, чтобы мотивировать себя и других и хорошо управлять эмоциями наедине с собой и при взаимодействии с кем-либо. Р. Бар – Он определяет его как «набор некогнитивных способностей, компетенций и навыков, которые влияют на способность человека справляться с вызовами и давлением внешней среды» [1, с. 57].

Давая определение эмоциональному интеллекту, каждый исследователь делает акцент на разных его компонентах. Отечественные психологи, такие как Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, описывали идею единства аффекта и интеллекта. Л.С. Выготский говорил о существовании динамической смысловой системы, которая представляет собой единство аффективных и интеллектуальных процессов: «Как известно, отрыв интеллектуальной стороны нашего сознания от его аффективной, волевой стороны представляет один из основных и коренных пороков всей традиционной психологии. Мышление при этом неизбежно превращается в автономное течение себя мыслящих мыслей, оно отрывается от всей полноты живой жизни...». Единство аффекта и интеллекта, по мнению Л.С. Выготского, наблюдается как во взаимосвязи и взаимовлиянии данных сторон психики на каждом этапе развития, так и в том, что эта связь динамическая, причем каждому этапу в развитии мышления соответствует определенный период в развитии аффекта [1, с. 29]. С.Л. Рубинштейн продолжал развивать идеи Л.С. Выготского и отметил, что единство эмоционального и рационального уже само по себе и является мышлением.

Большинство исследователей уверены в том, что высокий эмоциональный интеллект является необходимым условием успешности и эффективности в межличностном общении и взаимодействии. Развитие эмоционального интеллекта важно на всех этапах онтогенеза, но сензитивным периодом в его формировании является подростковый возраст, поскольку основные новообразования данного возраста связаны с эмоциональной и когнитивной сферой (Я-концепция, самосознание, рефлексия и др.). Высокий уровень эмоционального интеллекта позволяет подростку управлять своими эмоциями, успешно находить себе круг общения и поддерживать его, а также значительно повышает успешность в учебной деятельности. В.П. Зинченко отмечал, что необходимо учитывать связь аффекта и интеллекта в образовании,

говоря о том, что аффект задает интеллекту направленность, «ограничивает бесконечное число степеней свободы интеллекта», также и интеллект задает направленность аффекту, «сохраняет умные эмоции».

Необходимо подчеркнуть, что люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта хорошо понимают, как собственные эмоции и чувства, так и других людей, способны регулировать эмоции и управлять ими. Они легче и быстрее адаптируются к окружающей обстановке и более эффективны, и успешны в межличностном общении и взаимодействии.

Факторов, влияющих на особенности эмоционального интеллекта довольно много. Одним из них являются гендерные различия в проявлении компонентов эмоционального интеллекта, чьи предпосылки могут являться как биологическими, так и социальными. Сведения об этих различиях в сфере эмоционального интеллекта довольно противоречивы. В исследованиях Н.Р. Харрода и Ю.В. Давыдовой выявлено, что эмоциональный интеллект у девочек подросткового возраста выше, чем у мальчиков. Г. Орме не обнаружил различий между мужчинами и женщинами по уровню эмоционального интеллекта.

С целью выявить половые особенности эмоционального интеллекта у подростков, занимающихся творческой деятельностью, было проведено эмпирическое исследование. В качестве гипотезы было выдвинуто предположение о том, что в эмоциональном интеллекте у подростков, занимающихся творчеством, существуют половые различия.

Выборку исследования составили 60 подростков в возрасте от 15 до 16 лет из них 30 девушек и 30 юношей, учащиеся ГУО «Речицкая детская школа искусств Гомельской области». Исходя из цели исследования, были сформированы 2 группы респондентов: первую группу составили девушки, вторую группу составили юноши.

Исследования проводились с помощью методики Н. Холла на определение уровня эмоционального интеллекта и опросника эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина.

Проанализировав полученные данные по выборке девушек и юношей, были выявлены половые различия. Для юношей характерен внутриличностный эмоциональный интеллект, т. е. способности эмоционального интеллекта в основном направлены на себя. Для девушек наоборот характерен межличностный эмоциональный интеллект, что говорит о способности анализировать эмоциональные проявления, направленные на других людей.

Исследование показало, что у юношей наиболее выражены следующие компоненты эмоционального интеллекта: контроль экспрессии, управление и понимание собственных эмоций, менее выражен такой компонент как эмпатия.

Юноши с высокой успешностью способны управлять своими эмоциями, регулировать их, воздействовать на собственные эмоции, регулировать длительность и интенсивность переживаний, способны поддерживать у себя позитивные переживания и регулировать негативные. На основании этого можно предположить поскольку эти компоненты хорошо выражены, при воздействии на эмоциональное состояние других людей, юноши опираются на свои собственные знания о том, что они сами чувствуют и по какой причине.

У девушек наиболее выраженными компонентами эмпатия, понимание эмоций других и управление ими, меньше выражены понимание и управление своих эмоций, контроль экспрессии.

По данным исследования девушки хорошо понимают чувства и эмоции других людей, способны сочувствовать и сопереживать другим людям, способны почувствовать то, что он чувствует, а также способны проникнуть в переживание другого человека. Тем самым способны успешно воздействовать на эмоции других людей и регулировать их определенным образом. Они недостаточно хорошо понимают свои собственные чувства и эмоции, а также недостаточно хорошо осознают их и распознают причины, которые их вызвали, поэтому не всегда способны воздействовать на них управлять и контролировать ими.

Межличностное понимание эмоций, эмпатия и управление эмоциями других людей играют неотъемлемую роль функционировании и развитии эмоционального интеллекта. Таким образом девушки склонны ориентироваться на других, быть внимательными к ним и замечать различного рода эмоции и проявления, а затем обращаться к самим себе и сопоставлять их со своими эмоциями и проявлениями, замечать их за собой.

При управлении своими эмоциями девушки основываются на выраженную у них способность управлять чужими эмоциями: они как бы переносят на себя ту стратегию, которую использовали при воздействии на эмоции других людей.

Таким образом, девушки хорошо понимают чужие эмоции и чувства, с большой успешностью управляют эмоциями других людей и менее успешно – своими собственными, в то время как у юношей, в отличие от девушек, в основной массе ведущим компонентом эмоционального интеллекта является эмоциональная лабильность, способность переключаться с одной эмоции на другую; юноши в основном успешно управляют своими эмоциями и менее успешно – эмоциями других. Видно значимое различие между юношами и девушками по уровню выраженности эмпатии. Эмпатия у юношей слабо выражена, в основном для них нехарактерна высокая эмоциональная

отзывчивость и способность проникнуть в переживания другого человека, тогда как у девушек эта способность, напротив, является ведущей.

По шкале «Общий уровень эмоционального интеллекта» по результатам исследования по тесту Д.В. Люсина группа юношей показала лучший результат по сравнению с девушками, 43% юношей обладают высоким и очень высоким уровнем эмоционального интеллекта, в то время как у девушек этот показатель составляет 26%, что в два раза ниже, чем у юношей.

Полученные результаты подтверждают гипотезу, согласно которой эмоциональный интеллект у подростков имеет половые различия. Они проявляются в степени выраженности компонентов эмоционального интеллекта и его направленности: для юношей характерен внутриличностный эмоциональный интеллект, т. е. способности эмоционального интеллекта направлены в основном на себя; для девушек характерен межличностный эмоциональный интеллект, т. е. способности направлены в основном на другого человека.

Результаты исследования можно использовать при разработке новых образовательных программ, учебных курсов и спецкурсов, которые представлены в виде творческих уроков, а также в коррекционно – развивающей работе с подростками. На основании полученных данных могут быть сформулированы рекомендации по развитию эмоционального интеллекта подростков.

Гендерные различия, которые установлены в процессе исследования, дают возможность индивидуализировать развивающие программы в зависимости от половой принадлежности.

Люди с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта обладают выраженными способностями к пониманию собственных эмоций и эмоций других людей, могут управлять своей эмоциональной сферой, что обуславливает их более высокую адаптивность и эффективность в общении, они легче добиваются своих целей во взаимодействии с окружающими.

Сегодня мы можем определить уровень эмоционального интеллекта, а с развитием психологии мы видим появление новых методов и способов его развития.

ЛИТЕРАТУРА

- 1 *Андреева И.Н.* Азбука эмоционального интеллекта. СПб.: БХВ Петербург, 2012. 288 с.
- 2 *Сергиенко Е.А., Ветрова И.И.* Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо "Эмоциональный интеллект" (MSCEIT v. 2.0). Руководство // М.: Институт психологии РАН, 2010. 176 с.