

испытывают потребность следить за обновлением событий на странице вне зависимости от места нахождения. Даже используя интернет для учебы, они общаются в это время параллельно в чатах. Считают, что с человеком легче общаться «онлайн», нежели лично. Виртуальные социальные контакты устанавливаются гораздо легче, чем реальные, чему способствуют анонимность, открытость и легкость общения в интернете. У них присутствует постоянное желание зайти в социальную сеть, обновить ленту, узнать новости.

Список использованных источников

1 Садретдинова, А. А. Результативность коррекции киберкоммуникативной зависимости у подростков средствами тренинга саморегуляции / А. А. Садретдинова // Санкт-Петербургский образовательный вестник. – 2018. – № 4-5. – С. 18 – 23.

2 Войскунский, А. Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета / А. Е. Войскунский // Психологический журнал. – 2004. – № 1. – С. 90 – 100.

В. В. Коваленко

Научный руководитель: А. А. Смык

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

г. Гомель, Республика Беларусь

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассматриваются теоретические особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте. Выявлены особенности эмоционального интеллекта в период подросткового возраста. Автором приводятся данные эмпирического исследования по изучению особенности проявления эмоционального интеллекта в подростковом возрасте.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмоции, когнитивные процессы, интеллект, модель эмоционального интеллекта, подростковый возраст, когнитивная и эмоциональная сфера.

V. V. Kovalenko

Scientific advisor: A. A. Smyk

Francisk Skorina Gomel State University

Gomel, Republic of Belarus

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENCE

The article discusses the theoretical features of emotional intelligence in adolescence. The features of emotional intelligence during adolescence are revealed. The author provides data from an empirical study on the peculiarities of the manifestation of emotional intelligence in adolescence.

Keywords: emotional intelligence, emotions, cognitive processes, intelligence, model of emotional intelligence, adolescence, cognitive and emotional sphere.

Концепция эмоционального интеллекта в подростковом возрасте раскрыта недостаточно. Преобладающее количество исследований описывает проблему эмоционального интеллекта взрослых людей. Между тем, в подростковом возрасте происходят

фундаментальные перемены в познавательной, аффективной и мотивационной сферах индивида, которые запрашивают нормального психологического сопровождения, коррекции и целенаправленного развития.

Подростковый возраст обладает набором уникальных особенностей. Выделяют следующие особенности, которые связаны с становлением эмоционально-волевой отросли личности: появление рефлексии, способствующая протеканию самоанализа, уход в себя, появление интереса к личным переживаниям, неудовлетворенность окружающим миром, появление чувства особенности, стремление к самоутверждению, противопоставление себя окружающим и повышения числа конфликтов с ними [1].

Эмоциональная область подростка испытывает важнейшие изменения, в общем, ее можно описать как подвижную, неустойчивую. У подростка возникают сложности в переработки своих эмоций, не осознает, что с ним происходит.

На развитие и становление эмоционального интеллекта воздействуют три ряда компонентов: особенности эмоциональности, а именно эмоциональная восприимчивость и стабильность; ценностные ориентации и познавательные способности такие, как скорость и четкость усвоения информации [2].

Понимание, проявление и оценка эмоций зависимы от того, насколько верно люди могут определять эмоциональный окрас и контекст действующей эмоции. Способность понимать эмоции в первую очередь зависит от возможности улавливать их через поступающую информацию. В полной мере осмысление эмоций порождает к пониманию и умению анализировать эти значения.

Эмоциональная область индивида в подростковом возрасте располагает следующий ряд различий в физиологической и психологической природе. К физиологической природе относятся следующие компоненты, а именно: возбудимость, как ответ организма на раздражители; умение организма отвечать на различные воздействия окружающей среды; преобладание механизмов общего возбуждения над процессами условного торможения. Для психологической природы характерна: эмоциональное состояние, в котором человек ощущает чрезмерное возбуждение, склонность на долго застревать в определенном эмоциональном состоянии, при всем спектре выражения эмоций; изменение ценности личных переживаний; осознание важности формирования умений эмоционального самоконтроля. Именно эти способности помогают в развитии элементов эмоционального интеллекта [2].

Основным видом эмоционального интеллекта представляет собой внутриличностный интеллект. Он понимает под собой, что умение эмоционального интеллекта к определению эмоций и регулирование, у юношей в основном направлены на самих себя. С внутриличностным эмоциональным интеллектом сопряжены и такие компоненты, как эмоциональная просвещенность, то есть понимание эмоций и управление собственными эмоциями [3].

Можно выделить следующие этапы становления эмоциональной зрелости в подростковом периоде:

1 Возраст от 11 до 13 лет. Этот период описывается снижением самоконтроля, умения распознавать чувства и эмоции другого человека. Увеличение экспрессивности, которая становится преобладающей эмоциональной развитости. По окончании этого этапа происходит спад экспрессивности, что приводит к регулированию всех компонентов. Подросток становится более приспособленным к эмоциональным состояниям.

2 Возраст от 14 до 15 лет. На этом этапе продолжается понижение степени экспрессивности. Не имея сильных гендерных различий, у женского пола на этом этапе стремительней развивается сопереживания, стремление понять чувства оппонента. Тем временем, у парней, центр внимания направлен на свои собственные чувства и их регуляцию.

3 Возраст от 16 до 17 лет. Происходит увеличение эмпатических качеств, уменьшается способность в эмоциональной саморегуляции.

Объект исследования: эмоциональный интеллект.

Цель исследования: изучить особенности проявления эмоционального интеллекта в подростковом возрасте.

Практическая значимость: исследования заключается в том, что результаты исследования подтверждают значимость использования определенных методов для формирования эмоционального интеллекта у подростков, что способствует улучшению педагогических и психологических подходов, а также их социальной адаптации и личностному развитию.

Исследование проводилось на базе ГУО «Средняя школа № 21 города Бобруйска» и УО «Бобруйский государственный аграрно-экономический колледж». В исследовании приняло участие 30 респондентов, среди которых были как мальчики, так и девочки подросткового возраста (от 10 до 18 лет).

Для изучения особенностей проявления эмоционального интеллекта в подростковом возрасте был выбран следующий психодиагностический инструментарий: тест эмоционального интеллекта, ЭМИн (автор: Д. В. Люсин), а также тест эмоционального интеллекта Холла. В психодиагностическом исследовании, проведенном с применением методики «Тест эмоционального интеллекта ЭМИн (автор: Д. В. Люсин)», участвовали 30 респондентов: 15 мальчиков и 15 девочек подросткового возраста (от 10 до 18 лет).

Результаты исследования юношей и девушек подросткового возраста по методике «Тест эмоционального интеллекта ЭМИн (Д. В. Люсин)» представлены на рисунках 1 и 2.

На основании результатов, полученных в ходе психодиагностического исследования юношей (рисунок 1) по методике «Тест эмоционального интеллекта ЭМИн (Д. В. Люсин)», было установлено следующее:

В исследуемой выборке юношей по шкале понимание чужих эмоций у 40 % респондентов зафиксированы очень низкие показатели, у 33,3 % – низкие, и лишь у 26,7 % – среднее значение.

По шкале управление чужими эмоциями наблюдается низкие значения у 60 % респондентов, а у 40 % – среднее значение.

В области понимание своих эмоций 40 % респондентов показали очень низкие результаты, 33,3 % – низкие, 13,3 % – средние и столько же – высокие значения.

По шкале управление своими эмоциями 20 % респондентов продемонстрировали очень низкие результаты, 33,3 % – низкие, 40 % – средние, и лишь 6,7 % имеют высокие показатели.

По шкале контроль экспрессии, 6,7 % респондентов показали очень низкие результаты, 13,3 % – низкие, 33,3 % – средние, 40 % – высокие, и всего 6,7 % – очень высокие значения среди юношей.

По шкале межличностный эмоциональный интеллект у 33,3 % респондентов зафиксировали очень низкие результаты, у 33,3 % – низкие, и 33,3 % – средние показатели.

По шкале внутриличностный эмоциональный интеллект 26,7 % респондентов продемонстрировали очень низкие значения, 33,3 % – низкие, 20 % – средние и 20 % – высокие результаты.

В области понимание эмоций 60 % респондентов показали очень низкие результаты, 20 % – низкое и столько же – среднее значение.

По шкале управление эмоциями наблюдается низкие значения у 46,7 % респондентов, 20 % – средние, и всего 6,7 % – высокое значение.

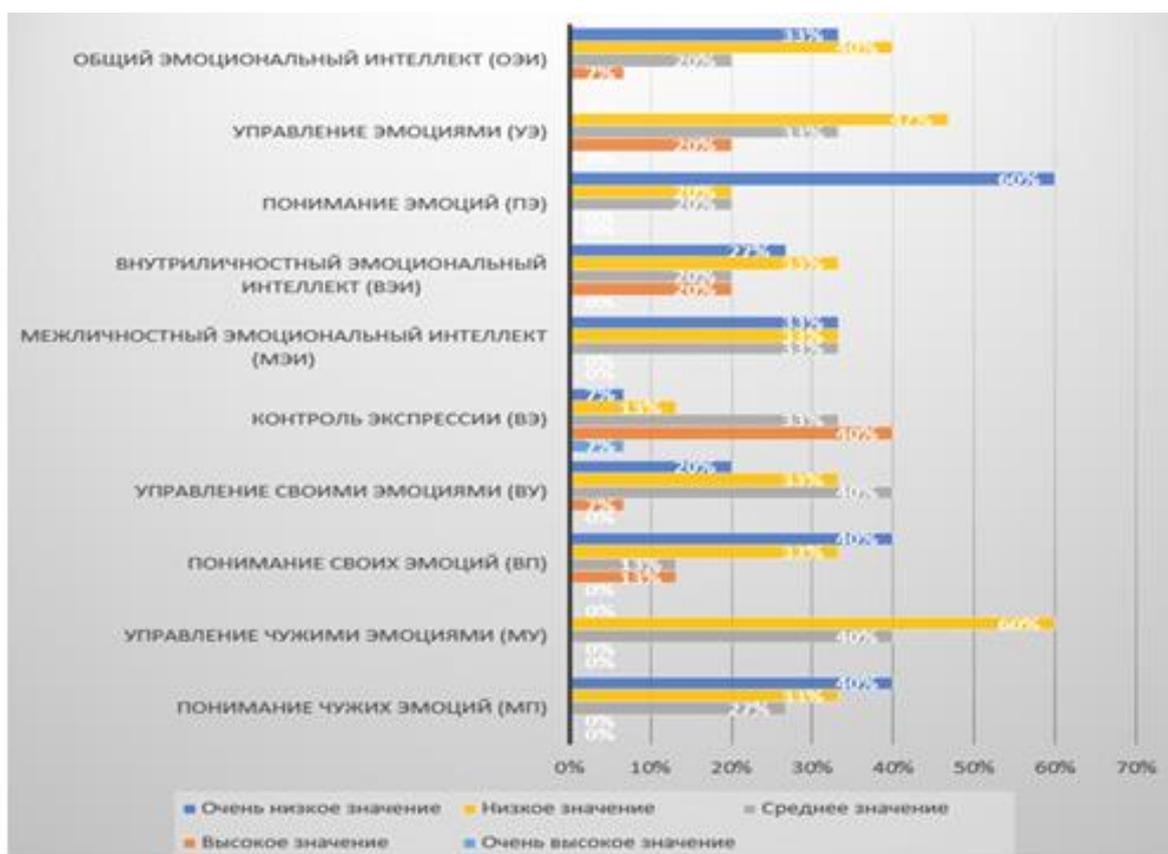


Рисунок 1 – Результаты исследования подростков (мальчиков) по методике «Тест эмоционального интеллекта ЭМИн (Д. В. Люсин)»

На основании результатов, полученных в ходе психодиагностического исследования девушек (рисунок 2) по методике «Тест эмоционального интеллекта ЭМИн (Д. В. Люсин)», было установлено следующее:

В исследуемой выборке девушек по шкале понимание чужих эмоций у 20 % респондентов зафиксированы очень низкие показатели, у 46,7 % – низкие, 26,7 % – средние, и лишь 6,7 % имеют высокие показатели.

По шкале управление чужими эмоциями 26,7 % респондентов продемонстрировали очень низкие результаты, 46,7 % – низкое, 20 % – средние, и лишь 6,7 % имеют высокие показатели.

В области понимание своих эмоций 46,7 % респондентов показали очень низкие результаты, у 20 % – низкие, и 33,3 % – средние показатели.

По шкале управление своими эмоциями у 13,3 % респондентов зафиксировали очень низкие результаты, низкие показатели у 40 %, и 46,7 % – среднее значение.

По шкале контроль экспрессии, 13,3 % респондентов показали очень низкие результаты, 6,7 % – низкие, 53,3 % – средние, 20 % – высокие, и всего 6,7 % – очень высокие значения среди девушек.

По шкале межличностный эмоциональный интеллект у 26,7 % респондентов зафиксировали очень низкие результаты, у 40 % – низкие, 33,3 % – средние показатели.

По шкале внутриличностный эмоциональный интеллект 33,3 % респондентов продемонстрировали очень низкие значения, у 26,7 % – низкие, и 40 % – среднее значение.

В области понимание эмоций 26,7 % респондентов показали очень низкие результаты, у 60 % – низкие, и 13,3 % – средние показатели.

По шкале управление своими эмоциями у 7,1 % респондентов зафиксировали очень низкие результаты, низкие показатели у 50 %, и 42,9 % – среднее значение.

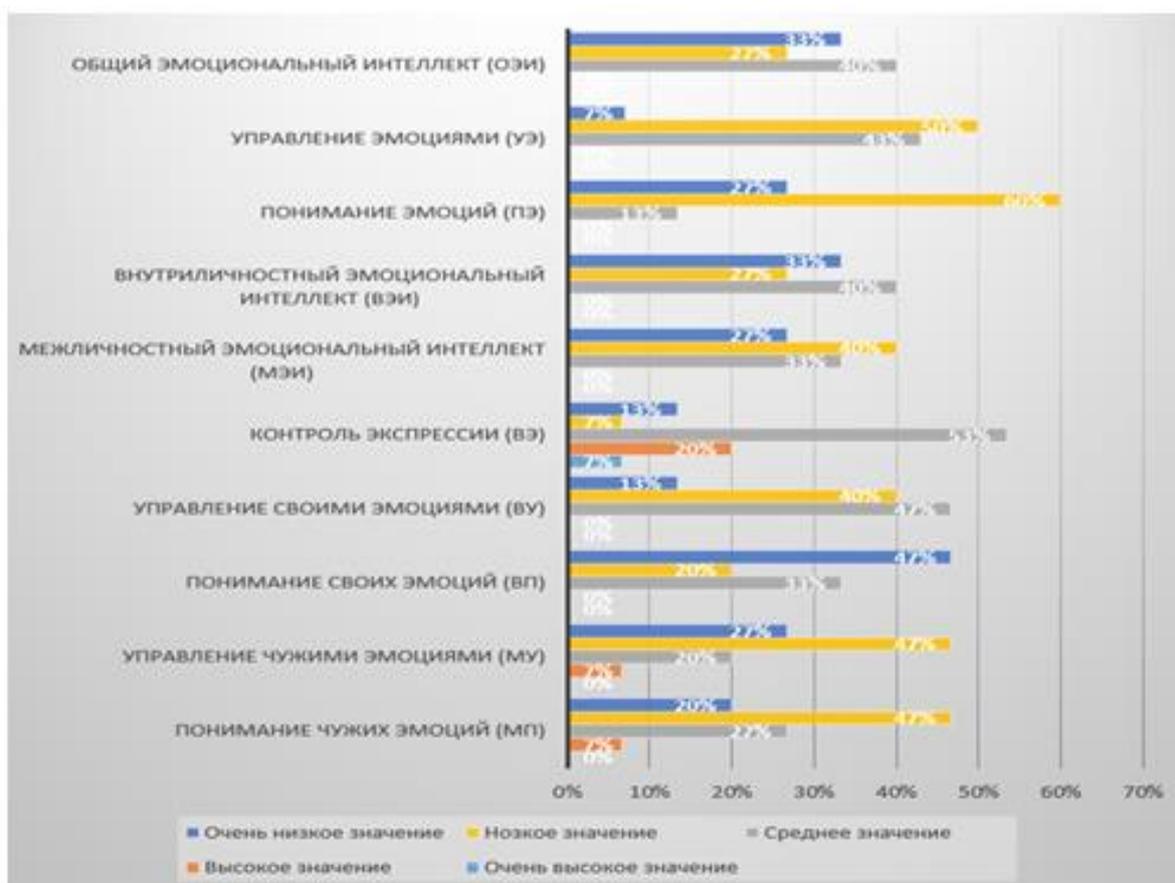


Рисунок 2 – Результаты исследования подростков (девочек) по методике «Тест эмоционального интеллекта ЭМИн (Д. В. Люсин)»

Таким образом, можно сделать вывод, что девушки показывают чуть более высокие результаты по субшкалам, связанным с эмоциональным восприятием. В частности, по шкале понимания чужих эмоций 6,7 % девушек демонстрируют высокие показатели, в то время как среди юношей этот показатель равен 0 %. Низкое значение фиксируется у 46,7 % девушек, в то время как у юношей этот процент составляет 33,3 %.

Что касается шкалы понимания своих эмоций, 33,3 % девушек достигают среднего значения, тогда как среди юношей этот показатель составляет всего 13,3 %. У 46,7 % девушек отмечается очень низкое значение, в то время как у юношей – 40 %.

Эти сведения могут свидетельствовать о том, что девушки несколько лучше понимают, как чужие, так и свои эмоции по сравнению с юношами, опираясь на процент «Высоких» и «Средних» значений.

Согласно шкале, контроль экспрессии, 40 % юношей демонстрируют высокие результаты, тогда как у девушек этот показатель составляет 20 %. У 53,3 % девушек фиксируется среднее значение, в то время как у юношей это этот показатель равен 33,3 %.

Это демонстрирует, что юноши в большей мере склонны контролировать проявление своих эмоций. Напротив, среднее значение у девушек свидетельствует о том, что они имеют тенденцию не сдерживать свои эмоции, а выражать их достаточно ярко и открыто.

В дальнейшем было проведено психодиагностическое исследование среди подростков в возрасте от 10 до 18 лет. В исследовании приняли участие 11 мальчиков и 19 девочек с применением методики «Тест эмоционального интеллекта Холла».

Результаты исследования подростков обоего пола по методике «Тест эмоционального интеллекта Холла» представлены на рисунке 3.

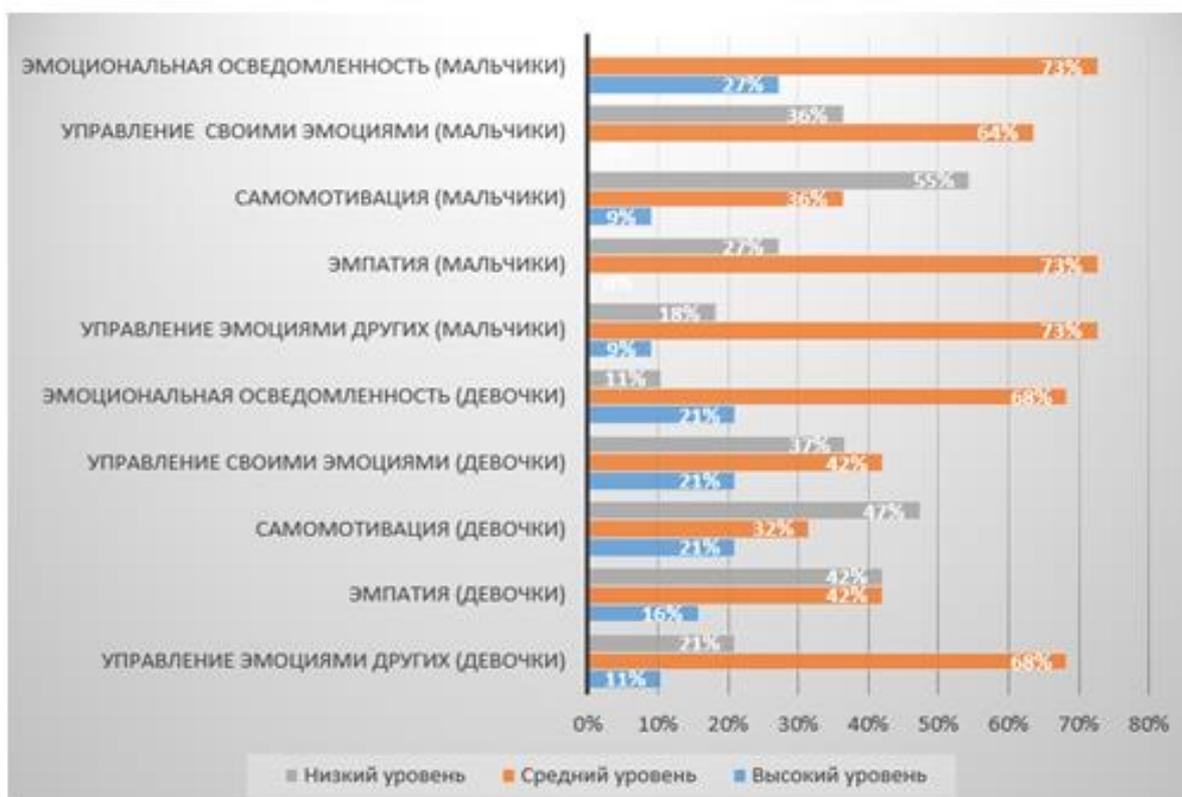


Рисунок 3 – Результаты исследования по методике «Тест эмоционального интеллекта Холла»

На основании результатов, полученных в ходе психодиагностического исследования юношей по методике «Тест эмоционального интеллекта Холла», было установлено следующее. В исследуемой выборке юношей по шкале эмоциональная осведомленность у 72,7 % респондентов зафиксированы средние показатели, а у 27,3 % – высокий уровень.

По шкале управление своими эмоциями наблюдается низкие значения у 26,4 % респондентов, а у 63,6 % – среднее значение.

По шкале самомотивация наблюдается низкие значения у 54,5 % респондентов, 36,4 % – среднее, и лишь 9,1 % имеют высокие показатели.

По шкале эмпатия 27,3 % респондентов продемонстрировали низкие результаты, а у 72,7 % – средние.

В области управление эмоциями других 18,2 % респондентов показали низкие результаты, 72,7 % – средние, и лишь 9,1 % имеют высокие показатели.

На основании результатов, полученных в ходе психодиагностического исследования девушек по методике «Тест эмоционального интеллекта Холла», было установлено следующее:

В исследуемой выборке девушек по шкале эмоциональная осведомленность у 10,5 % респондентов зафиксированы низкие показатели, у 68,4 % – средние и 21,1 % – высокие результаты.

По шкале управление своими эмоциями наблюдается низкие значения у 36,8 % респондентов, 42,1 % – средние и 21,1 % – высокие результаты.

По шкале самомотивация 47,7 % респондентов показали низкие результаты, у 31,6 % зафиксированы средние показатели, а у 21,1 % – высокий уровень.

В области эмпатии 42,1 % респондентов показали низкие результаты и столько же – среднее значение, 15,8 % – высокий уровень.

В области управление эмоциями других 21,1 % респондентов показали низкие результаты, 68,4 % – средние, и лишь 10,5 % имеют высокие показатели.

На основе полученных данных можно сделать вывод о том, что девушки в целом обладают более выраженным уровнем эмпатии. Они в большей степени способны воспринимать и сопереживать эмоциям окружающих по сравнению с юношами, про что свидетельствуют следующие результаты: 15,8 % девушек имеют высокий уровень эмпатии, в то время как среди юношей этот показатель составляет 0 %. Юноши, в свою очередь, имеют значительный процент, а именно 72,7 % со средним уровнем эмпатии.

В области самомотивации девушки демонстрируют значительно более высокие результаты по сравнению с юношами: 21,1 % из них имеют высокий уровень самомотивации, тогда как среди юношей этот показатель составляет лишь 9,1 %, что говорит об их большей способности к постановке и достижению целей.

Между подростками разного пола были обнаружены весомые отличия в уровне эмоционального интеллекта – оказалось, что у мальчиков уровень эмоционального интеллекта в целом ниже.

У девочек значительно лучше развит эмоциональный интеллект, это обусловлено тем, что практически все компоненты эмоционального интеллекта, движущей силой является эмоциональная просвещенность, умение распознавать эмоции и чувства другого человека, тоже выше, чем у мальчиков в течении всего подросткового этапа жизни.

Мальчики более часто демонстрируют понимание и управление своими эмоциями, а также обладают более высоким уровнем самоконтроля. В то же время девочки проявляют способности к пониманию и управлению эмоциями окружающих людей.

Список использованных источников

1 Гензе, Е. В. Особенности эмоционального интеллекта подростков / Е. В. Гензе. – Вестник Северо-Казахстанского государственного университета им. Манаша Козыбаева. – 2015. – №4. – С.30-33.

2 Валиуллина, Е. В. Компоненты эмоционального интеллекта в юношеском возрасте / Е. В. Валиуллина. – Вестник БелИРО. – 2020. – Т. 7, №3. – С.85-92.

3 Кочетова, Ю. А. Структура эмоционального интеллекта в юношеском возрасте / Ю. А. Кочетова. – Горизонты зрелости. Сборник тезисов участников Пятой всероссийской научно-практической конференции по психологии развития. – М.: ГБОУ ВПО МГППУ, 2015. – С.55-62.

В. В. Коваленко

Научный руководитель: А. А. Смык

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

г. Гомель, Республика Беларусь

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

В статье рассматриваются теоретические особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте. Проанализировано понятие эмоционального интеллекта с точки зрения зарубежной и отечественной психологии. Выявлены особенности эмоционального интеллекта в период подросткового возраста. Рассмотрен вопрос выражения индивидуальных особенностей в этом возрасте, становлении индивидуума как личности.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, эмоции, когнитивные процессы, интеллект, модель эмоционального интеллекта, подростковый возраст, когнитивная и эмоциональная сфера.