

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 индивидуальности как личности.

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

V. V. Kovalenko

Scientific Adviser: A. A Smyk

Francisk Skorina Gomel State University

Gomel, Republic of Belarus

FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENCE

The article discusses the theoretical features of emotional intelligence in adolescence. The concept of emotional intelligence is analyzed from the point of view of foreign and domestic psychology. The features of emotional intelligence during adolescence have been identified. The issue of expressing individual characteristics at this age, the formation of the individual as a person, is considered.

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

Проблема о взаимосвязи мышления и эмоций довольно трудная и неоднозначная в психологии. В подростковом возрасте происходят фундаментальные перемены в познавательной, аффективной и мотивационной сферах индивида, которые запрашивают нормального психологического сопровождения, коррекции и целенаправленного развития.

Проблема эмоционального интеллекта довольно актуальна как для отечественной науки, так и для зарубежной. Эмоциональная сфера играет ключевую роль в регуляции жизнедеятельности человека, что делает исследование феномена эмоционального интеллекта чрезвычайно актуальным. Эмоциональный интеллект играет ключевую роль в успешном взаимодействии подростков с окружающими.

Введение в психологию термина эмоциональный интеллект происходило постепенно, по мере исследований точки зрения о зависимости эмоциональных и познавательных операций менялись.

За рубежом вопросом изучения и становления эмоционального интеллекта занимались такие ученые, как Дж. Мейер, П. Сэловей, Д. Карузо, Д. Гоулман, Г. Орме, Д. Слайтер, Х. Вейсингер, Р. Стернберг, Дж. Блок.

Таким образом, Дж. Майер, один из ведущих авторов первой концепции эмоционального интеллекта, выделяет пять этапов становления этого понятия. С 1900 по 1969 года изучения эмоций в большей мере происходит отдельно от исследований интеллекта. Однако некие попытки изучить взаимосвязь между эмоциональными и познавательными процессами предпринимались.

Самая ранняя работа, опережающая открытие эмоционального интеллекта, – исследования Р. Торндайка, которое было реализовано в 1920 году, в соответствии с которым общая основа интеллектуальных действий размышлялась во связи множества отдельных факторов. Р. Торндайк впервые выделил такую часть общего интеллекта, как социальный интеллект – способность понимать других и действовать или вести себя мудро по отношению к окружающим.

Следующий этап, выделенный Дж. Майером, начинается в 1970 и заканчивается в 1989 годах. Этот этап характеризуется отчетливо выраженным интересом в изучении взаимосвязи между когнитивными и эмоциональными процессами. Мыслительная теория эмоций исследует их как функцию разума. Так, в интеллектуальной концепции Р. Лазаруса центральным тезисом является идея о познавательной закономерности эмоций. Когнитивное опосредствование обозревается как обязательное условие для возникновения эмоций [1].

В этом периоде впервые упоминается понятие эмоционального интеллекта в работе В. Л. Пейна. Он говорит об этой модели интеллекта следующее: «Факты, значения, истины, взаимосвязи эмоционального интеллекта – это то, что существует

в государстве эмоций. Таким образом, чувства есть факты. Значения есть прочувствованные значения; истины есть эмоциональные истины; взаимосвязи есть межличностные взаимосвязи. И проблемы, которые мы решаем, – это эмоциональные проблемы, это проблемы, при решении которых мы испытываем чувства» [1, с. 88].

Начало третьего этапа 1990–1993 года, начинается с публикации Дж. Майера и П. Сэловой научной работы, в которой они дают первое четкое определение эмоционального интеллекта. П. Сэловой и Д. Майер устанавливают эмоциональный интеллект как сложную психологическую устройство, которое включающий три типа способностей: определять и выражать эмоции; регулировать собственные эмоции; использовать эту информацию для управления своим мышлением и поведением. В скором времени это модель была доработана. Улучшенная модель основывается на представлениях о том, что эмоции содержат информацию о связях человека с другими людьми или предметами. Изменение связей с другими людьми и предметами приводит к изменению эмоций, переживаемых по этому поводу. В свете этих понятий эмоциональный интеллект расшифровывается, как способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений [2].

Огромный вклад в распространение проблемы эмоционального интеллекта, была развита американским ученым Д. Голманом. Именно он ввел понятие эмоционального интеллекта в строение социального интеллекта.

Также в этот период были реализованы эмпирические исследования в этой сфере. Эмоциональный интеллект рассматривается как «когнитивная способность рассуждать об эмоциях и использовать эмоции для улучшения умственной деятельности; подразумевает способности точно различать эмоции, вызывать эмоции для поддержки мышлению, понимать эмоции и эмоциональные знания и осознанно регулировать эмоции, чтобы способствовать эмоциональному и интеллектуальному росту» [1].

Дж. Майер определяет четвертый период относящейся к 1994–1997 годам, как период популяризации термина эмоционального интеллекта и расширения области исследования. И последний пятый период, с 1998 по сегодняшнее время, происходит прояснение внутренней основы эмоционального интеллекта.

В отечественной психологии вопрос о взаимосвязи между эмоциональными и познавательными аспектами изучалось такими учеными, как Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн и др. Позиция Л. С. Выготского о том, что человеческие эмоции четко разграничены и не как не соприкасаются с царством инстинктов, перемещается в область психологического. Это приводит Л. С. Выготского к выводам о том, что понятие, трактуемый в аспекте мыслительного процесса, не есть сам интеллектуальный акт, а эмоционально окрашенный познавательный процесс. Эта мысль дала пищу для размышлений и вскоре привела нас к выводу о том, что подавляющее большинство эмоций человека интеллектуально опосредовано; что развитие эмоций идет в единстве с развитием мышления; что между эмоциональными и интеллектуальными процессами мышления существует закономерная связь; что эмоции участвуют в регуляции мышления и его мотивации; и что, следовательно, эмоция – одна из составляющих мышления. Таким образом мы приходим к выводу, что есть связь между эмоциональным и интеллектуальным внутри эмоций, так и внутри интеллекта.

По мнению Л. С. Выготского взаимосвязь между эмоциональными и познавательными процессами в рамках психологии, выявляется, взаимовлиянии этих аспектах на всех этапах развития. Л. С. Выготский отмечает интеллектуальный момент, который встает между беспокойством и конкретным поступком, «смысловым переживанием». Этот термин в наше время является приближенным к понятию ЭИ.

Идею Л. С. Выготского о связи эмоциональных и познавательных процессов, после стали развивать С. Л. Рубинштейн и А. Н. Леонтьев. Идея о зависимости эмоциональных

и интеллектуальных процессов Л. С. Выготского получила возможность развития в научных трудах А. Н. Леонтьева. Он выделял идею о потребности разделять сознаваемое непредвзятое значение и его смысл для личности. «То, что мы называем переживаниями, суть явления, возникающие на поверхности системы сознания, в форме которых сознание выступает для субъекта в своей непосредственности» [1, с. 90]. Таким образом представил позицию о том, что интеллектуальная деятельность имеет эмоциональную регуляцию, напрямую показывающую ее зависимость. В следствии чего он показал, что необходимо отделять объективное понятие от значения объекта с точки зрения отдельной личности. И продемонстрировал, что мыслительные процессы имеют чувственную регуляцию.

Приблизительно такого же мнения придерживался С. Л. Рубинштейн. По мнению С. Л. Рубинштейна познавательная деятельность невозможна без участия эмоций. «Эмоциональность, или аффективность, – это всегда лишь одна, специфическая сторона процессов, которыми в действительности являются вместе с тем познавательными процессами, отражающими – пусть специфическим образом – действительность. Эмоциональные процессы, таким образом, никак не могут противопоставляться процессам познавательным как внешние, друг друга исключают противоположности. Сами эмоции человека представляют собой единство эмоционального и интеллектуального, так же как познавательные процессы обычно образуют единство интеллектуального и эмоционального». Он считал, что познание как психическая операция является связью интеллектуального и эмоционального, в то время как эмоция, связью эмоционального и интеллектуального.

Таким образом, С. Л. Рубинштейн внес вклад в становление понятия эмоционального интеллекта, утвердив, что важно выделить не только то, что мышление и эмоции взаимосвязаны, но и об общности внутри самих эмоций и внутри интеллекта аффективного и когнитивного.

Подростковый возраст является одним из самых тяжелых периодов в формировании личности. Вопрос выражения индивидуальных особенностей в этом возрасте является важным критерием в становлении индивида как личности. Они также влияют на взаимоотношения с другими людьми. Все участки развития переживают качественную модификацию, возникают новые психологические особенности, развиваются азы сознательного поведения и выстраиваются социальные установки [3].

Конкретный возрастной период, в нашем случае мы рассматриваем подростковый этап жизни, начинается с изменения социальной обстановки развития. Подростки желают стать независимыми. В этом возрасте протекает переосмысление имеющегося до этого момента понятия окружающего мира, самоидентификация, закрепление определенных границ и манер поведения.

В этот период очень велик спектр чувств, восприимчивости и переживаний. Подросток подверженный к совершению необдуманных поступков, у него нет страха, он всегда готовый на риск.

Для подростков по сравнению с иными возрастами, очень важно поддерживать тесный эмоциональный контакт и всячески социализироваться. Для них характерен активный поиск друзей и товарищей со схожими взглядами в разных жизненных аспектах, противопоставление себя старшему поколению. Период изменений представлений об окружающем мире и о себе, посредством анализа себя и других. Для подростка этот период протекает очень сложно, проходя через все трудности понимания себя с другими. Этот кризисный период помогает получить знания о себе, сверстниках, взаимоотношениях людей, способствующий умению отстаивать своё право быть личностью.

Протекание становления подростка понимает под собой наличие кризисов, конфликтов, трудностей адаптации к социальной среде. Подросток, неспособный успешно переходить на новую стадию формирования своего психосоциального развития, отошедший

в своем становлении и образа действий от нормы поведения. Преимущественно это относится к подросткам с асоциальным поведением. Причинами риска здесь являются: физическая слабость, типы формирования характера, отсутствие коммуникабельных способностей, эмоциональная незрелость, нежелательное внешнее окружение [3].

Л. С. Выготский полагал, что возникновение у подростка чувства взрослости и есть доминирующее и характерное новообразование самоидентификации. Это определенный структурный центр личности, который в свою очередь описывает отношение подростка к самому себе и другим людям, к миру, формулирует его жизненную точку зрения, эмоциональное реагирование, целеустремленность, переживания, задачи.

Подростковый возраст обладает набором уникальных особенностей. Выделяют следующие особенности, которые связаны с становлением эмоционально-волевой отрасли 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.

Эмоциональный интеллект содержит взаимосвязанный внутриличностный и межличностный интеллект. Умение распознавать и понимать эмоции окружающих людей появляется еще во младенчестве и развивается на протяжении всей жизни. Подростковый период, характеризуется, как один из самых сложных периодов становления эмоционального интеллекта. Подростковый возраст – это промежуток времени, когда коммуникация с разными субъектами, становится одним из основных видов деятельности. Становление эмоционального интеллекта начинается в дошкольный период, а в подростковом возрасте, это умение принимает большое значение.

Окружение подростка играет важную роль в формировании его эмоционального интеллекта. Подросток может перенять некоторые черты поведения у взрослых, что оказывает влияние на его эмоциональное развитие.

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 [5].

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.

Применение эмоций для повышения качества когнитивных процессов, является одной из составляющих эмоционального интеллекта. Эмоции могут оказывать влияние на когнитивные процессы, направлять мышление и помогать сосредотачиваться на значимых событиях, а также способствовать поиску решений проблем.

При управлении эмоциями, важно иметь представление о механизме передачи информации. При наличии эмоционального контроля, индивид может быть открыт для разнообразных эмоциональных знаков до того момента, пока не возникнут более сильные, которые подавляют других. Человек, пребывающий в зоне эмоционального комфорта, имеет возможность контролировать свои чувства и эмоции, у человека появляется возможность регулировать и контролировать свои эмоции, так и эмоции других для достижения своих личных целей и целей других. Способность распознавать и проявлять эмоции является обязательной базой для формирования эмоций и решения определенных задач.

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 [5].

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.

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.

Эмоциональная зона подростков – это разнообразие ощущаемых эмоций, затруднение в идентификации настоящих чувств, большое значение в принятии собственных переживаний и эмоций других людей.

Эволюция социальных эмоций протекает в подростковом возрасте. Социальные эмоции зарождаются, формируются и выражаются в рамках концепции межличностных связей – это понимание личного отношения к окружающим людям. К быстрому росту общественно ценных намерений и переживаний характеризует развитие индивидуальности подростка, увеличение круга его увлечений, развитие самосознания, опыт общения со сверстниками и прочее.

Развитие самосознания и самооценки можно именовать одним из главных периодов и элементов в становлении личности. У подростков появляется интерес к себе, характерам своей личности, склонность сравнивать себя с другими, дать оценку себе, ознакомиться с собственными чувствами и переживаниями.

Огромную роль в становлении личности подростка занимает умение осознавать и давать оценку эмоциональным выражениям других людей, как сверстников, так и взрослых, умение воздействовать на них, приобретать знания об эмоциональных состояниях других людей и своих личных эмоциональных состояниях.

Происходит переосмысление некоторых аспектов жизни, меняется восприятие. Эти изменения переносятся во взрослую жизнь и оказывают существенное влияние на дальнейшее развитие человека.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что развитие эмоционального интеллекта у подростков является одной из важнейших составляющих в жизни человека. В подростковом возрасте происходят наиболее глобальные изменения в мышлении человека, что оказывает влияние на его взрослую жизнь.

Список использованных источников

- 1 Андреева И. Н. О становлении понятия «Эмоциональный интеллект» / Вопросы психологии. -2008. -№ 5. – С. 83-95.
- 2 Белкина О. А Феноменология эмоционального интеллекта / Вестник МГПУ. серия «Педагогика и Психология». -2009. -№ 4. – С. 47-62.
- 3 Ерещенко А. С Особенности подросткового периода / Будущее науки. – 2019. – Т. 2. – С. 106-108.
- 4 Крючков А. М. Исторические аспекты развития понятия «Эмоциональный интеллект» / Актуальные исследования. – 2021. – № 46 (73). – С. 74-77.
- 5 Валиулина Е. В. Компоненты эмоционального интеллекта в юношеском возрасте / Вестник БелИРО. – 2020. – Т. 7, № 3. – С. 85-92.

К. А. Командирчик

Научный руководитель: Е. А. Лупекина, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины
г. Гомель, Республика Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ И УРОВНЯ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ У ПОДРОСТКОВ И ИХ КОРРЕКЦИЯ

В статье рассматривается проблема взаимосвязи интернет-зависимости и общительности у подростков, и их коррекция. В статье представлен сравнительный анализ результатов исследования общительности и интернет-зависимости белорусских и российских подростков, а также результаты исследования взаимосвязи интернет-зависимости и общительности у подростков, а также результаты коррекционной работы.

Ключевые слова: интернет-зависимость, общение, общительность, подростковый возраст, взаимосвязь, коррекция.

К. А. Komandirchik

Scientific Adviser: E. A. Lupekina, PhD in Psychology, Ass. Professor
Francisk Skorina Gomel State University
Gomel, Republic of Belarus

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET ADDICTION AND SOCIABILITY IN ADOLESCENTS, AND THEIR CORRECTION THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET ADDICTION AND THE LEVEL OF SOCIABILITY IN ADOLESCENTS

The article deals with the problem of the relationship between Internet addiction and sociability in adolescents, and their correction. The article presents a comparative analysis of the results of a study of sociability and Internet addiction of Belarusian and Russian adolescents, as well as the results of a study of the relationship between Internet addiction and sociability in adolescents, as well as the results of correctional work.

Keywords: Internet addiction, communication, sociability, adolescence, relationship, correction.

Проблема интернет-зависимости в силу возрастающей компьютеризации и «интернетизации» общества является одной из важных в психологическом сообществе. Актуальность проблемы интернет-зависимости возрастает, когда речь идет о современных