

– заключение (итоговая рефлексия, подведение итогов) [1].

**Заключение.** Эмоциональное выгорание у любых специалистов, в том числе у проводников пассажирских вагонов, может приводить к дестабилизации профессиональной деятельности, а также к существенным сбоям в профессиональной деятельности. Локус контроля взаимосвязан с фазами развития выгорания, поэтому важным видится организация целенаправленного психологического сопровождения профессиональной деятельности.

#### **Список использованной литературы:**

1. Поташёва, Ю.Л. Психологическое сопровождение деятельности проводников пассажирских вагонов / Ю.Л. Поташёва, В.А. Каратерзи // Наука – образованию, производству, экономике : материалы XXIV (71) Регион. науч.-практ. конф. преподавателей, науч. сотрудников и аспирантов, Витебск, 14 февраля 2019 г. : в 2 т. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – Т. 2. – С. 23–24.

2. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 1998. – 672 с.

3. Реан, А.А. Практическая психодиагностика личности: Учеб. пособие / А.А. Реан. – СПб. : Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2001. – 224 с.

**Прокофьева А.М.**

*ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск*

*Магистрант*

*alinf2011@mail.ru*

УДК [159.942:159.923.3]-053.6

### **ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ СТАРШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

Статья посвящена проблеме формирования эмоционального интеллекта несовершеннолетних старшего подросткового возраста в процессе социализации подростков в условиях учреждения базового образования. Актуальность исследования проблемы обусловлена тем, что эмоциональный интеллект как предмет социально-психологического исследования является малоизученным феноменом. В настоящее время существуют различные подходы к пониманию сути и структуры эмоционального интеллекта. На сегодняшний день единая согласованная теория эмоционального интеллекта не разработана. Тем не менее, необходимость изучения условий формирования эмоционального интеллекта диктуется запросами практики, заключающимися в определении факторов, влияющих на эффективность социально-психологической адаптации личности подростков.

Ключевые слова: подросток, эмоциональный интеллект, эмоциональная сфера, эмоции, эмоциональная осведомленность.

### **PECULIARITIES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE UNDER AGE SENIOR ADOLESCENT**

The article is devoted to the problem of the formation of emotional intelligence of minors of older adolescents in the process of socialization of adolescents in the context of the establishment of basic education. The relevance of the study of the problem is due to the fact that emotional intelligence as a subject of socio-psychological research is a poorly understood phenomenon. Currently, there are various approaches to understanding the essence and structure of emotional intelligence. To date, a single coherent theory of emotional intelligence has not been developed. Nevertheless, the need to study the conditions for the formation of emotional intelligence is dictated by the demands of practice, which consist in determining the factors that affect the effectiveness of socio-psychological adaptation of the personality of adolescents.

Key words: teenager, emotional intelligence, emotional sphere, emotions, emotional awareness.

**Введение.** Современные ученые подчеркивают актуальность проблемы развития эмоциональной компетентности, т.е. открытости человека своим эмоциональным переживаниям [1; 3], связывая ее возможности с гармоничным взаимодействием сердца и разума, аффекта и интеллекта. В отечественной психологии идея единства аффекта и интеллекта нашла свое отражение в трудах Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева. Л.С. Выготский пришел к выводу о существовании динамической смысловой системы, представляющей собой единство аффективных и интеллектуальных процессов. Единство аффекта и интеллекта, по мнению классика психологии, обнаруживается во взаимосвязи и взаимовлиянии этих сторон психики на всех ступенях развития, а также в том, что данная связь является динамической. При этом каждой ступени развития мышления соответствует своя определенная ступень в развитии аффекта [3]. С.Л. Рубинштейн, развивая идеи Л.С. Выготского, отмечал, что мышление само по себе является единством эмоционального и рационального.

Следует отметить, что намеченные Л.С. Выготским подходы к пониманию единства аффекта и интеллекта в процессе развития человека еще не получили должной разработки. Д.Б. Эльконин считает, что до настоящего времени существенным недостатком рассмотрения психического развития ребенка является разрыв между процессами умственного развития и развития личности, в том числе и эмоционального.

Наиболее четкое понятие эмоционального интеллекта разработал Х. Гарднер [4], который в рамках личностного интеллекта различал внутриличностный и межличностный интеллект. Способности, включённые им в эти понятия, имеют непосредственное отношение к эмоциональному интеллекту. Так, внутриличностный интеллект трактуется Х.Гарднером как доступ к собственной эмоциональной жизни, к своим аффектам и эмоциям, характеризуясь способностью мгновенно различать чувства, называть их, переводить в символические коды и использовать в качестве средств для понимания и управления собственным поведением [7].

Анализ теоретических воззрений вышеуказанных авторов позволяет определить эмоциональный интеллект как совокупность эмоционально-когнитивных способностей к социально-психологической адаптации личности. Все структурные компоненты эмоционального интеллекта взаимосвязаны, и их тесная взаимозависимость способствует эффективному межличностному взаимодействию.

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 [6].

**Цель статьи** изучение эмоционального интеллекта и его особенностей в старшем подростковом возрасте на основе исследования, проведенного на базе государственного учреждения образования «Базовая школа № 5 г. Поставы» в 2018-2019 учебном году.

**Материал и методы.** Для изучения социальной компетентности подростков нами была использована шкала социальной компетентности, разработанная А.М. Прихожан. Шкала предназначена для подростков 11–16 лет и позволяет выявить как общий уровень социальной компетентности подростка в соответствии с возрастом, так и компетентность в отдельных областях. Методика проводилась индивидуально, устно, в виде беседы либо с самим подростком (самооценка). Балльная оценка высчитывалась по следующим субшкалам: самостоятельность; уверенность в себе; отношение к своим обязанностям; организованность, развитие произвольно-

сти; интерес к социальной жизни, наличие интересов и увлечений. Диагностика эмоционального интеллекта исследовалась с помощью методики Н. Холла. Были выделены субшкалы: эмоциональная осведомленность, управление эмоциями, распознавание своих эмоций, эмоций других людей, эмпатия, самомотивация.

В исследовании приняли участие 26 человек – 14 мальчиков и 12 девочек. Опрос и наблюдение за испытуемыми производились в октябре 2018 и апреле 2019) (8-9 класс), возраст испытуемых 14–15 лет, что соответствует старшему подростковому возрастному периоду.

**Результаты и их обсуждение.** Результаты проведенного исследования по методике А.М. Прихожан показали, что в данной выборке количество обучающихся, имеющих уровень социальной компетентности в соответствии с возрастом – 15 респондентов (65 %). У остальных 9 респондентов (35 %) уровень социальной компетентности ниже возрастных рамок.

Недостаточное развитие таких качеств, как самостоятельность, наблюдается у 31% учащихся, уверенность в себе – у 46% подростков, отношение к своим обязанностям, организованность и интерес к социальной жизни – у 57% подростков, по шкале «общение» выявлено, что 15 % подростков испытывают трудности в общении.

Нарушение самостоятельности у 30% подростков говорит о том, что данные учащиеся не могут организовать собственную деятельность, не имеют практических навыков принятия самостоятельных решений, часто перекладывают ответственность на других людей.

Отклонения по шкале «уверенность в себе», отмеченные у 46% учащихся, свидетельствуют о преобладании стремления опираться на мнение других людей. Эти учащиеся не в полной мере осознают собственные возможности, не умеют анализировать ситуацию и взглянуть на нее с точки зрения ее позитивных сторон.

Наименьшие показатели отклонений по шкале «общение» – у 12% учащихся. В совокупности с другими показателями эти данные свидетельствуют о том, что у подростков наиболее сформированной является внешняя сторона общения.

Отклонения по шкалам «отношение к своим обязанностям», «организованность», «интерес к социальной жизни», отмечены у 30% подростков (30 %). Данный показатель свидетельствует об инфантилизации учащихся, несформированности их планов и желаний, связанных с будущей жизнью и профессией, низкой самооценкой, а также о незнании самого себя и недостаточном самоопределении.

Отклонения по шкале «организованность, развитие произвольности» отмечены у 12% подростков. По шкале «самостоятельность» отмеченные у 19% подростков. Полученные результаты напрямую с таким качеством эмоциональной сферы, как «управление эмоциями», низкий уровень которого выявлен у 35 % подростков обследуемой группы. Шкала «отношение к своим обязанностям», отклонения по которой имеют 23 % учащихся, связана с таким качеством эмоционального интеллекта, как «самомотивация», недостаточно выраженным у 27 % учащихся. «Интерес к социальной жизни», к общению присутствует у большинства подростков (81 %) и тесно связан с возрастными особенностями. Для данных учащихся трудности в общении могут быть обусловлены недостаточной выраженностью умения распознавать эмоции другого, понимать чувства партнера по общению (31 %), низкой эмоциональной осведомленностью (35 %). Трудности в общении в подростковом возрасте, закономерные механизмы формирования самооценки нередко приводят к неуверенности в себе, низкой самооценке (45 % подростков).

Исследование, проведенное по методике Н. Холла, выявило, что среди подростков отсутствуют показатели высокого уровня эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект считается высокоразвитым при условии, что все сфе-

ры представлены качественными характеристиками и реализуются во взаимодействии, поведении и деятельности.

Со средним уровнем эмоционального интеллекта – 65 % учащихся. У данных учащихся ярко выражено развитие отдельных аспектов эмоционального интеллекта, в то время как развитие других его компонентов остается низким. Учащиеся имеют ярко выраженные способности к развитию отдельных компонентов эмоционального интеллекта.

Низкий уровень эмоционального интеллекта наблюдается у 35 % учащихся. Для этих учащихся характерны низкие количественные результаты диагностики, а также отсутствие мотивации достижения успеха в деятельности, во взаимодействии и общении.

При этом распределение отдельных компонентов эмоционального интеллекта выглядит следующим образом: 46 % подростков показали высокий уровень эмоциональной осведомленности, т. е. развитие когнитивной сферы эмоционального интеллекта.

Средний уровень развития эмоциональной осведомленности выявлен у 42 % подростков, низкий – у 31 %. 39 % подростков могут с легкостью распознавать эмоции других людей, понимать чувства партнеров по общению, способны понять положение другого, представить мир глазами другого человека. У данных учащихся хорошо развит механизм идентификации, которому присуща сильная эмоциональная связь и ориентация на другого человека. У 42 % подростков недостаточно развито умение распознавать эмоции других людей, называть их и характеризовать. 27 % подростков испытывают затруднения при распознавании эмоциональных состояний других людей, неспособны охарактеризовать эмоции других людей, знают небольшое количество эмоций человека.

Показатели высокого уровня управления эмоциями у респондентов не выявлены. У 54 % подростков выявлен средний уровень, 46 % подростков имеют низкий уровень управления эмоциональным состоянием. Подростки не могут использовать свои эмоции для достижения поставленной цели. В их поведении отсутствует самоконтроль и глубокое осознание собственного психоэмоционального состояния в данный момент. У 54 % учащихся со средним уровнем управления эмоциями развито умение управлять собой, наблюдательность, которая проявляется в умении подмечать малозаметные, существенные эмоциональные особенности партнеров по общению. У 46 % учащихся с низкими показателями управления эмоциональным состоянием обладают низкой способностью управлять своими эмоциями и чувствами, импульсивностью. Для данной группы учащихся характерны низкий самоконтроль и случаи, когда эмоции часто мешают достижению цели. Кроме того, у данной категории подростков отмечаются нетерпимость к иным позициям, взглядам, ценностям, образу жизни, низкая наблюдательность в общении, отсутствие установки на позитивное, оптимистичное восприятие себя и других людей, жизни в целом.

По шкале «самотивация» высокий уровень выявлен у 15 % подростков, у 58% – средний уровень и у 27 % подростков – низкий уровень. Высокий уровень эмпатии зафиксирован у 38 % подростков, 57 % подростков имеют средний уровень, 5 % подростков с низким уровнем эмпатии. У 19 % респондентов выявлен высокий уровень распознавания эмоций, 46 % подростков имеют средний уровень, у 35 % подростков – низкий.

Исследование социальной компетентности и эмоциональной сферы несовершеннолетних позволяет выявить взаимосвязи между ними, а также определить предполагаемые трудности в процессе социализации личности.

**Заключение.** Результаты исследования, проведенного по методике А.М. Прихожан, свидетельствуют о том, что большинство учащихся имеют уро-

вень социальной компетенции в соответствии с возрастом (65 %). Уровень социальной компетенции ниже возрастных рамок имеют 35 % респондентов.

Исследование, проведенное по методике Н. Холла, выявило отсутствие учащихся с высоким уровнем эмоционального интеллекта. Согласно результатам диагностики учащихся со средним уровнем интеллекта более половины (65 %). 35% учащихся имеют низкий уровень эмоционального интеллекта.

Проведенные исследования требуют формулировки рекомендаций по оптимизации психологической работы с подростками на базе учреждений образования не только для повышения уровня распознавания эмоций, контроля эмоций, самоконтроля, но и в целом для успешной социализации несовершеннолетних старшего подросткового возраста.

#### **Список использованной литературы:**

1. Андреева, И.Н. Взаимосвязь социальной компетентности и эмоционального интеллекта у подростков / И.Н. Андреева // Женщина. Образование. Демократия: Материалы 5-й Междунар. междисциплинарной научно-практ. конф. 6-7 ноября 2002 г., г. Минск. – Минск, 2003. – С. 194–196.
2. Вайсбах, Х. Эмоциональный интеллект / Х. Вайсбах, У. Дакс. – М.: Лик Пресс, 1998.
3. Выготский, Л.С. О двух направлениях в понимании природы эмоций в зарубежной психологии в начале XX века / Л.С. Выготский // Вопр. психол. – 1968. – № 2. – С.157–159.
4. Гоулман, Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2005.
5. Люсин, Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д.В. Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования; под ред. Д.В. Люсина, Д.В.Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2004.
6. Мещерякова, И.Н. Биологические и социальные предпосылки развития эмоционального интеллекта / И.Н. Мещерякова // Территория науки. – 2008. – № 9(10). – С. 110–115.
7. Спасибенко, С.Г. Эмоциональное и рациональное в социальной структуре человека / С.Г. Спасибенко // Соц.-гуманитарные знания. – 2002. – № 2. – С. 109–125.

**Савицкая Т.В.**

*ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск  
Доцент, кандидат педагогических наук  
statv2017@yandex.by*

**Болваненко А.С.**

*ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск  
Студент  
mr.arturchi@gmail.com*

УДК 159.944.4:331.101.3

### **ВОСПРИИМЧИВОСТЬ К ОРГАНИЗАЦИОННОМУ СТРЕССУ В ТРУДОВОМ КОЛЛЕКТИВЕ**

Статья посвящена проблеме восприимчивости работников трудового коллектива к организационному стрессу. Изучены основной и дополнительные показатели восприимчивости работников предприятия ОАО «Витебскхлебпром» к организационному стрессу.

Ключевые слова: стресс, организационный стресс, восприимчивость, трудовой коллектив.

### **SUSCEPTIBILITY TO WORK-RELATED STRESS IN THE LABOR FORCE**

The article is dedicated to the problem of susceptibility of employees of the labor force to work-related stress. The main and additional indicators of susceptibility of employees of public organisation Vitebskhlebprom to work-related stress have been studied.

Key words: stress, work-related stress, susceptibility, labor collective.