

в социальных сетях. Основными способами реагирования на кибербуллинг среди участников анкетирования является блокировка агрессора, закрытие профиля и ограничение общения, обращение за помощью к взрослым и друзьям.

1. Макарова, Е. А., Макарова, Е. Л., Махрина, Е. А. Психологические особенности кибербуллинга как формы интернет-преступления / Е.А. Макарова, Е.Л. Макарова, Е.А. Махрина // Российский психологический журнал. 2016. – Т. 13. – № 3. – С. 304-307.

2. Матюшкова, С. Д. Возможности информационно-коммуникативных технологий в преодолении проблем школьной тревожности старшеклассников / С. Д. Матюшкова, В. Д. Позднякова // Актуальные вопросы развития социальной и образовательной сфер [Электронный ресурс] : сборник научных статей : текстовое электронное издание. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2024. – С. 73-79. URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/43379> (дата обращения: 19.01.2025).

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Савченко Н.А.,

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

Научный руководитель – Андреева И.Н., д-р психол. наук, профессор

Тема эмоционального интеллекта приобретает все большую значимость в психологии, особенно в рамках проблемы подросткового развития. В этот период молодые люди сталкиваются с множеством изменений, как физического, так и психологического характера, которые вызывают у них сложные эмоциональные состояния. Поэтому знание особенностей развития эмоционального интеллекта всегда будет способствовать более мягкой социальной адаптации подростков при обучении их адекватному проявлению собственных эмоциональных реакций и выстраиванию комфортных межличностных отношений.

Начинает развиваться эмоциональный интеллект еще в раннем детстве, однако именно в подростковом возрасте он претерпевает довольно значительные изменения, охватывающие когнитивные, эмоциональные и личные аспекты. В этот период у подростков нарастает способность адекватно воспринимать как свои собственные эмоции и ощущения, так и чувства других людей. Более того, они учатся обрабатывать информацию, основанную на эмоциональных реакциях, и использовать эту информацию для анализа и принятия решений.

В современной психологии эмоциональный интеллект становится всё более важной темой, особенно в рамках подросткового развития. В этот период молодые люди сталкиваются с рядом изменений, как физиологических, так и психологических. Эти трансформации сопровождаются сложными эмоциональными переживаниями, что делает развитие эмоционального интеллекта особенно актуальным.

Цель исследования – провести теоретический анализ особенностей развития эмоционального интеллекта в подростковом возрасте.

Материал и методы. Материалом для изучения проблемы на теоретическом уровне явились труды таких исследователей, как И.Н. Андреева, Т.П. Березовская, Ю.В. Давыдов, Д.В. Люсин, У.Э. Михайлова, О.В. Юрьева и других. В рамках исследования применялись теоретические методы исследования: обобщение, сравнительный и сопоставительный анализ психолого-педагогической литературы.

Результаты и их обсуждение. Д.В. Люсин рассматривал эмоциональный интеллект как «способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими» [5, с. 52]. Автор выделяет два вида эмоционального интеллекта – межличностный и внутриличностный, каждый из которых состоит из набора определенных способностей. По мнению исследователя, «межличностный эмоциональный интеллект включает

интуитивное понимание чужих эмоций, внутриличностный – осознание и понимание своих эмоций» [5, с. 52].

В своем исследовании мы будем придерживаться именно этого подхода к определению изучаемого феномена.

И.Н. Андреева дополняет данное определение эмоционального интеллекта, рассматривая его в контексте социального развития личности, что «эмоциональный интеллект, является особым качеством человека, которое формируется в процессе социального взаимодействия и общения» [1, с. 72].

Способность понимать эмоциональные состояния других людей начинает развиваться в раннем и дошкольном возрасте через взаимодействие ребенка с близкими взрослыми, а затем с ровесниками. К началу школьного обучения дети уже могут различать такие параметры эмоциональных состояний, как сила и интенсивность, что помогает им расширить эмоциональный опыт и предсказывать события, связанные с более яркими эмоциями. В подростковом возрасте у них формируется умение управлять своими эмоциями, строить поведение и взаимодействие с окружающими на основе восприятия психических состояний других людей.

В подростковый период эмоциональный интеллект претерпевает значительные изменения, затрагивающие когнитивные, эмоциональные и личные аспекты. В это время у подростков формируется умение правильно воспринимать как свои собственные эмоции и чувства, так и эмоции окружающих, развивается способность анализировать информацию, исходящую от эмоций, и использовать её для принятия решений. Эмоциональный интеллект играет ключевую роль в успешном взаимодействии подростков с другими людьми.

В.В. Тишкевич и Р.Р. Куткина отмечают, что подростковый и юношеский возраст представляет собой особенно чувствительный период для формирования эмоционального интеллекта. Этот процесс очень тесно связан с индивидуальными аспектами мировоззрения [6].

Анализируя подростковый период с точки зрения эмоциональных проявлений его можно охарактеризовать высокой восприимчивостью, нестабильностью, импульсивным поведением и моральной опустошенностью. Эти черты проявляются в капризах и неконтролируемых действиях. Молодые люди зачастую испытывают неуверенность в собственных силах и себе, а их острое восприятие собственных неудач находит отражение в социуме через агрессию и различные защитные механизмы.

И.Н. Андреева установила, что «эмоциональный интеллект у девушек выше, чем у юношей, так как у них более сформировано понимание и осмысление эмоций» [1, с. 72].

Видимо, гендерные различия в уровне эмоционального интеллекта обусловлены, предположительно, социальными ролями и ограничениями, навязываемыми обществом. При этом формирование эмоционального интеллекта чаще связывают с проявлением традиционно женских социальных ролей. Так, У.Э. Михайлова и И.И. Черемискина полагают, что: «из-за стремления соответствовать и следовать материнскому инстинкту девочки-подростки раньше узнают про эмоции и чувства и как следствие способны эффективно их различать. Именно поэтому они с детства развивают в себе способность к эмпатии и идентифицируют себя с другими людьми. Это различие сохраняется на протяжении всего подросткового возраста, а иногда и на всю жизнь» [2, с. 69].

Высокий уровень эмоционального интеллекта подростка подразумевает наличие у него хорошо развитых навыков самопознания, саморегуляции, социальной восприимчивости и эффективного взаимодействия с другими людьми. Эти навыки становятся особенно важными в подростковом возрасте, когда возникает необходимость общения с окружающими, формируются новые социальные связи и появляется потребность в принятии себя.

Эмоциональный интеллект в подростковом возрасте имеет существенное значение для формирования личностных качеств. Развитый эмоциональный интеллект может значительно повлиять на улучшение качества жизни, повышение уверенности в себе и стабильности, а также способствовать более гармоничным взаимодействиям с окружающими.

Согласно мнению О.В. Юрьевой, подростки с более высоким уровнем эмоционального интеллекта, как правило, более осведомлены о своих эмоциях и их влиянии на свое поведение. Это осознание помогает им адекватнее реагировать на стрессовые ситуации и эффективно контролировать свои эмоции. Умение контролировать свои эмоции позволяет подросткам эффективно справляться с негативными чувствами, такими как тревога и страх. Подростки с хорошими навыками саморегуляции способны легче переносить неудачи и критику, что положительно сказывается на их самооценке и общем восприятии себя [7].

А.М. Прокофьева отмечает, что эмоционально развитые подростки, как правило, обладают более высокими навыками взаимодействия с окружающими и формированием здоровых отношений. Это создает атмосферу поддержки и способствует укреплению уверенности в себе, что в свою очередь положительно влияет на их самоощущение. Поддержка со стороны сверстников и понимание собственных эмоций помогает подросткам развивать положительное отношение к себе и повышать свою уверенность. Подростки обладающие более высоким уровнем эмоционального интеллекта способны гораздо более эффективно справляться с возможным стрессом, возникающим из-за учебы, неудачных отношений и неоправданных ожиданий других людей. Это помогает им более гармонично воспринимать себя и снижает риск формирования негативного отношения к себе [4].

Одной из определяющих черт эмоционального интеллекта, считают Д.В. Пилецкая и Е.И. Совейко, является эмпатия – способность воспринимать и понимать эмоции других людей. Именно в подростковом возрасте эмпатические способности начинают активно развиваться, что связано с углублением социальных взаимодействий, установлением более сложных отношений с равными по возрасту и взрослыми. Умение воспринимать эмоции других помогает подросткам строить дружеские связи, а также облегчает разрешение конфликтов [3].

Социальная среда и взаимодействие с ровесниками играют ключевую роль в развитии эмоционального интеллекта. Подбор компании, участие в групповых мероприятиях и активное общение помогают подросткам лучше понимать и регулировать свои эмоции. Как показывает практика, поддержка и взаимопонимание среди сверстников способствуют формированию устойчивых навыков эмоциональной саморегуляции.

Несмотря на прогресс в развитии эмоционального интеллекта, многие подростки сталкиваются с определенными проблемами. Непонимание собственных эмоций может привести к трудноуправляемым всплескам гнева, социальной изоляции или даже депрессии. Трудности в выражении эмоций также могут стать причиной неудач в межличностных отношениях. Для преодоления этих вызовов важна поддержка со стороны родителей, учителей и психологов.

Заключение. Таким образом, эмоциональный интеллект – это способность человека распознавать, понимать и управлять как своими эмоциями, так и эмоциями других людей. Сензитивным периодом для его развития подростковый возраст. Высокий уровень эмоционального интеллекта подростка подразумевает наличие у него хорошо развитых навыков самопознания, саморегуляции, социальной восприимчивости и эффективного взаимодействия с другими людьми.

Эмоциональный интеллект девочек-подростков несколько выше, чем у мальчиков-подростков, это обусловлено, предположительно, социальными ролями и ограничениями, навязываемыми обществом.

Целенаправленная работа над развитием эмоционального интеллекта может стать эффективным инструментом для формирования здоровой личности и успешного социального взаимодействия подростков, что является ключевым аспектом их гармоничного развития.

1. Андреева, И.Н. Азбука эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева. – СПб: БХВ-Петербург, 2012. – 288 с.
2. Михайлова, У.Э. Эмоциональный интеллект у юношей и девушек старшего подросткового возраста / У.Э. Михайлова, И.И. Черемискина // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2020. – № 2. – С. 69-74.
3. Пилецкая, Д.В. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и эмпатии / Д.В. Пилецкая, Е.И. Совейко. – Текст : электронный // Репозиторий ВГУ имени П.М. Машерова. – URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/42894> (дата обращения: 07.03.2025). – Электрон. версия ст. из: Молодость. Интеллект. Инициатива: материалы XII Международной научно-практической конференции студентов и магистрантов, Витебск, 26 апреля 2024 года : в 2 т. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2024. – Т. 2. – С. 228-230.
4. Прокофьева, А.М. Особенности эмоционального интеллекта несовершеннолетних старшего подросткового возраста / А.М. Прокофьева. Текст : электронный // Репозиторий ВГУ имени П.М. Машерова. – URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/19448> (дата обращения: 07.03.2025). – Электрон. версия ст. из: Психологический Vademecum : Психологическая феноменология в образовательной среде : мультидисциплинарный подход: сборник научных статей. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2019. – С. 221-225.
5. Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под ред. Д.В. Люсина, Д. В. Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2009. – 351 с.
6. Тишкевич, В.В. Проблемы развития эмоционального интеллекта у подростков / В.В. Тишкевич, Р.Р. Куткина. Текст : электронный // Репозиторий ВГУ имени П.М. Машерова. – URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/43138> (дата обращения: 07.03.2025). – Электрон. версия ст. из: Психологическая студия [Электронный ресурс] : сборник статей лицестов, студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры психологии ВГУ имени П.М. Машерова. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2024. – Вып. 17. – С. 209-210.
7. Юрьева, О.В. Эмоциональный интеллект и особенности самоактуализации личности / О.В. Юрьева // Вестник ПНИПУ. Социально-экономические науки. – 2019. – № 1. – С. 55-64.

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА КАЧЕСТВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Сергеева С.М., Фирстова В.С.,
студентки 3 курса НовГУ имени Ярослава Мудрого,
г. Великий Новгород, Российская Федерация
Научный руководитель – Ширин А.Г., д-р пед. наук, профессор

Современная образовательная среда, где акцент смещается с передачи знаний на всестороннее развитие личности, предъявляет высокие требования к участникам образовательного процесса. Развитие не только когнитивных, но и эмоциональных компетенций оказывает существенное влияние на эффективность обучения и общее психологическое благополучие. Качество взаимодействия между педагогами и учащимися, а также между самими учащимися приобретает первостепенное значение. В связи с этим, становится актуальным исследование влияния уровня развития эмоционального интеллекта (ЭИ), выявления специфики его проявлений в различных образовательных контекстах и разработки стратегий для оптимизации образовательного процесса и создания благоприятных условий развития личности. Цель исследования: выявить и проанализировать взаимосвязь между уровнем развития ЭИ и эффективностью взаимодействия в образовательной среде.

Теоретический анализ исследований в области психологии демонстрирует, что способность к адекватному эмоциональному восприятию, эффективной коммуникации и конструктивному разрешению конфликтов, составляющие ЭИ, являются детерминантами качества межличностных отношений. В психологии интеллект традиционно рассматривался преимущественно в контексте рациональных способностей, что нашло отражение в классическом понятии Д. Векслера, который определял его как глобальную способность индивида действовать целеустремленно, мыслить рационально и эффективно общаться с окружением [1]. Однако, с развитием психологической науки,