

3. Давыдова, Ю.В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2011. – 23 с.
4. Люсин, Д. В. Современная психология эмоционального интеллекта / Д. В. Люсин // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25, № 1. – С. 78–86.
5. Савенков, А. И. Эмоциональный интеллект как фактор социальной адаптации подростков / А. И. Савенков // Вопросы психологии. – 2018. – № 3. – С. 45–54.
6. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман. – М.: АСТ, 2009. – 478 с.
7. Холодная, М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования / М.А. Холодная. – СПб.: Питер, 2002. – 272 с.
8. Груздева, И. П. Формирование эмоционального интеллекта у подростков / И.П. Груздева // Психологический журнал. – 2023. – Т. 44. – № 2. – С. 85–98.
9. Методика Н. Холла / Эмоциональный интеллект: инструменты развития: учебное пособие / И.В. Никулина. – Самара: Издательство Самарского университета, 2022. – 82 с. – С.62–65.
10. Рожков, М.И. Методика изучения эмоционального интеллекта и социальной адаптации школьников / М.И. Рожков // Школьный психолог. – 2015. – № 12. – С. 22–30.

**Багдоне И.В.**

студент

irina.bagdone@gmail.com

**Поташёва Ю.Л.**

старший преподаватель,

dovgayayul@vsu.by

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

УДК 159.9

## **ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ НАПРАВЛЕНИЯМ**

Статья посвящена развитию эмоционального интеллекта у студентов обучающихся по психологическим направлениям. В ней рассмотрены теоретические основы понятия «эмоциональный интеллект», его структура и значение для профессиональной деятельности психолога. Проведен анализ диагностики уровня эмоционального интеллекта с помощью методики М.А. Манойловой, выявлены типичные особенности и уровни сформированности эмоциональных навыков у студентов. В работе представлены результаты тестирования, подтверждающие необходимость целенаправленной работы по развитию эмоционального интеллекта для повышения профессиональной эффективности будущих психологов. В заключении предложены практические рекомендации и программы по развитию эмоционального интеллекта в образовательных условиях.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, компоненты и структура эмоционального интеллекта, диагностика эмоционального интеллекта, условия развития эмоционального интеллекта у студентов-психологов.

## **FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AMONG STUDENTS STUDYING IN PSYCHOLOGICAL DIRECTIONS**

This work is devoted to the development of emotional intelligence among students studying in psychological disciplines. It examines the theoretical foundations of the concept of «emotional intelligence», its structure, and its significance for the professional activities of psychologists. An analysis of the diagnosis of emotional intelligence levels was conducted using the (M. I. Manoilova) methodology, identifying typical features and levels of emotional skills development among students. The results of testing confirm the necessity of targeted work to improve emotional intelligence in order to enhance the professional effectiveness of future psychologists. The study concludes with practical recommendations and programs for developing emotional intelligence in educational settings.

**Keywords:** emotional intelligence, components and structure of emotional intelligence, diagnosis of emotional intelligence, conditions for developing emotional intelligence among psychology students.

**Введение.** Как известно, эмоциональный интеллект – это многомерная конструкция, объединяющая когнитивные и эмоциональные компоненты, которая включает в себя способность распознавать собственные и чужие эмоции, понимать их значение, управлять ими и использовать эмоциональную информацию для регулирования поведения и межличностных взаимодействий [1]. Также эмоциональный интеллект можно трактовать, как личностные качества и навыки, которые позволяют человеку воспринимать, осознавать, выражать, регулировать и применять эмоции для личностного развития, межличностных отношений и достижения целей. Он проявляется в таких аспектах, как эмпатия, саморегуляция, мотивация и социальные навыки [2, 3].

На современном этапе развития психологической науки проблема формирования и развития эмоционального интеллекта у студентов-психологов в процессе их высшего профессионального обучения находится в стадии начальных исследований и теоретического осмысливания. В связи с этим особую актуальность приобретает проведение комплексного анализа особенностей развития эмоционального интеллекта у будущих специалистов на этапе их профессиональной социализации.

Цель исследования: выявление условий развития и уровня эмоционального интеллекта у студентов-психологов на этапе их профессионального становления.

**Материал и методы.** В исследовании приняло участие 53 студента 5-го курса, обучающихся по специальностям «Психология» и «Социальная работа (социально-психологическая деятельность)» ВГУ имени П. М. Машерова, г. Витебска.

Для реализации исследования применялись комплексные методы, объединяющие как теоретический, так и эмпирический подходы. Были использована авторскую методику диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой [4].

**Результаты и их обсуждение.** Результаты диагностики по методике М.А. Манойловой представлены в таблице 1.

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1. Интегральный индекс	57%	22%	21%
2. Внутриличностный аспект:			
2.1 Осознание своих чувств и эмоций	42%	26%	32%
2.2 Управление своими чувствами и эмоциями	87%	13%	0%
3. Межличностный аспект:			
3.1 Осознание чувств и эмоций других людей	12%	22%	66%
3.2 Управление чужими чувствами и эмоциями	43%	35%	22%

Интегральный индекс эмоционального интеллекта у 57 % студентов высокий и у 22 % средний, что указывает на наличие базовых эмоциональных навыков.

Самый высокий показатель по шкале «Управление своими эмоциями» (87 %/100 %) говорит о хорошей способности регулировать собственные эмоции, что важно для психолога. Значительные проблемы проявляются в осознании чувств и эмоций других людей: большое число студентов – с низким уровнем этой компоненты (66 %), что может указывать на сложность формирования эмпатических навыков у части опрошенных студентов.

Интегративный показатель – большинство студентов – в диапазоне высокого и среднего, что свидетельствует о сбалансированности развития компонентов ЭИ.

По шкале «Осознание своих чувств и эмоций (внутриличностный аспект)» 68 % студентов имеют средний или высокий уровень, однако 32 % человек демонстрирует низкий уровень, что может отрицательно сказаться на их способности анализировать и управлять собственными эмоциями в профессиональной деятельности. Рекомендуется развивать навыки осознанности и саморегуляции через тренинги, практики осознанности, ведение дневников эмоций.

У 87 % студентов высокий показатель по шкале «Управление своими чувствами и эмоциями (внутриличностный аспект)», что свидетельствует о развитой способности регулировать собственные эмоциональные реакции, что является важным для психолога в стрессовых ситуациях.

Низкие показатели по шкале «Осознание чувств и эмоций других людей (межличностный аспект)» отмечаются у более 66 % респондентов, что указывает на необходимость целенаправленной работы над развитием эмпатии. Рекомендуется принимать участие в тренингах по развитию эмпатических навыков, моделировать ситуации для повышения чувствительности к эмоциям собеседников.

Необходимо отметить, что 78 % демонстрируют высокий или средний уровень по шкале «Управление чужими чувствами и эмоциями (межличностный аспект)», что свидетельствует о сформированности навыков взаимодействия и установления доверительных отношений.

Рекомендации по развитию эмоционального интеллекта у студентов-психологов:

1. Введение программ тренингов и мастер-классов по развитию эмоциональной осознанности и эмпатии.
2. Практики саморегуляции (например, медитации, дыхательные упражнения).
3. Ролевые игры и моделирование профессиональных сценариев, направленных на развитие межличностных навыков.
4. Создание условий для рефлексии и анализа собственных эмоциональных состояний.
5. Проведение регулярных диагностик эмоционального интеллекта для контроля динамики развития.

Проведённое исследование показало, что у студентов 5-го курса уровень развития эмоционального интеллекта в основном средний и высокий, однако отмечается тенденция к снижению показателей в сфере эмпатии и осознания чужих эмоций. Это указывает на необходимость целенаправленной работы по развитию межличностных аспектов эмоционального интеллекта, что существенно повысит их профессиональную подготовку и эффективность в психологической практике.

**Заключение.** Анализ современной научной литературы позволил сделать вывод о том, что эмоциональный интеллект необходимо рассматривать как комплексное интегративное образование, объединяющее когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты. Эти свойства обеспечивают способность к осмыслению и регулированию собственных эмоций, а также к пониманию и управлению эмоциональными состояниями окружающих. Именно благодаря этим качествам создаются предпосылки для успешной межличностной коммуникации, формирования профессиональных компетенций и личностного развития студентов-психологов.

Результаты проведенного исследования подтверждают, что эмоциональный интеллект является сложной и многогранной интегративной характеристикой личности, включающей в себя когнитивные аспекты (самопознание, осведомленность о своих эмоциональных состояниях), эмоциональные свойства (эмпатию и внутреннюю мотивацию), а также поведенческие компоненты (саморегуляцию эмоций и использование адаптивных копинг-стратегий). Комплексное понимание этих компонентов подчеркивает важность их гармоничного развития для повышения эффективности профессиональной деятельности будущих психологов.

Также, проведенное теоретико-эмпирическое исследование позволило выделить ключевые психологические условия, способствующие развитию эмоционального интеллекта у студентов-психологов. В числе таких условий определена необходимость использования системы психолого-педагогических и психолого-развивающих методов и средств, которая включает три взаимосвязанных блока:

1. Диагностический блок, ориентированный на выявление текущего уровня и структурных особенностей эмоционального интеллекта, а также индивидуальных особенностей студентов.
2. Теоретический блок, направленный на формирование научных представлений и осознания значимости развития эмоционального интеллекта для профессиональной деятельности и личностного роста.
3. Развивающий блок, включающий практические методики, тренинги и упражнения, способствующие активному развитию когнитивных, эмоциональных и поведенческих компонентов эмоционального интеллекта.

В совокупности, указанная система создает условия для целенаправленного формирования и укрепления эмоциональных компетенций студентов-психологов, что способствует их профессиональной подготовке, личностному росту и улучшению межличностных взаимодействий в будущей профессиональной деятельности.

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

1. Mayer, J.D. Emotional intelligence: Theory, findings, and Implications / J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso // Psychological inquiry. – 2004. – Т. 15. – №. 3. – Р. 197-215.
2. Гоулмен, Д. Эмоциональный интеллект: спорные вопросы и распространенные заблуждения / Д. Гоулмен // Отдел кадров. – 2004. – №8. – С. 121-125.
3. Bar-On, R. Emotional Intelligence Inventory (EQ-i): Technical Manual / R. Bar-On. Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 1997. – 278 р.
4. Манойлова, М. А. Авторская методика диагностики эмоционального интеллекта – МЭИ / М.А. Манойлова // Педагогическая диагностика. – 2007. – № 3.
6. Манойлова, М.А. Тренинг развития эмоционального, интеллекта педагога: от планирования к действию / М.А. Манойлова // Школьные технологии. – 2007. – № 2. – С. 126-137.
7. Акимова, А. П. Жизнестойкость и творческий потенциал студентов / Акимова А.П.; науч. рук. Поташева Ю. Л. // Психологическая студия : сборник научных статей студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры психологии ВГУ имени П.М. Машерова. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2022. – Вып. 15. – С. 9–11. – URI : <https://rep.vsu.by/handle/123456789/33279> (дата доступа - 10.11.2025).

**Баликова И.Б.**

доцент, кандидат педагогических наук,

[ballinna@rambler.ru](mailto:ballinna@rambler.ru)

ФГБОУ ВО «Псковский государственный университет»,

г. Псков, Российская Федерация

УДК 159.9.072.432

#### **ТОЛЕРАНТНОСТЬ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ СОТРУДНИКОВ ВОЕННОГО КОМИССАРИАТА С РАЗЛИЧНЫМИ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ**

Статья посвящена проблеме толерантности к неопределенности сотрудников Военного комиссариата с различными эмоционально-личностными особенностями. В статье анализируются подходы к изучению понятия «толерантность к неопределенности». Представлены результаты эмпирического исследования по выявлению взаимосвязи толерантности к неопределенности с эмоционально-личностными особенностями сотруд-