

### Список использованной литературы:

1. Навыки XXI века: новая реальность в образовании: <https://hr-portal.ru/article/navyki-xxi-veka-novaya-realnost-v-obrazovanii> (дата обращения: 15.11.2025).
2. Лютова, Н.П. Моделирование успешной социализации обучающихся основой школы в условиях развивающей образовательной среды: дисс. ...канд.пед.наук / Н.П. Лютова. – В.Новгород, 2025. – 213 с.
3. Шингаев, С.М. Формирование и развитие эмоционального интеллекта в образовательном процессе: учебно-методическое пособие / С.М. Шингаев, Ю.В. Юркова, А.В. Бунакова. – СПб.: СПб АППО, 2022. – 174 с.
4. Шингаев, С.М. Теоретико-методологические основы формирования и развития эмоционального интеллекта младших школьников / С.М. Шингаев, Е.В. Юркова // Методология современной психологии. – Вып. 25. – Москва-Ярославль: ЯрГУ, ЛКНИИ РАН, МАПН, 2025. – С.400-419.
5. Шингаев, С.М. Программа формирования и развития эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста / С.М. Шингаев, Е.В. Юркова // Когнитивные штудии: когнитивная наука и когнитивная психология: сборник материалов международной научно-практической конференции. – Минск: БГПУ, 2023. – С.314-321.

**Юнель С.А.**

доцент, кандидат психологических наук,

[iunel.lana@yandex.ru](mailto:iunel.lana@yandex.ru)

ФГБОУ ВО «Псковский государственный университет»,  
г. Псков, Российская Федерация

УДК 159.96

### ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ

Статья посвящена рассмотрению понятия «эмоциональный интеллект» с точки зрения зарубежных и отечественных ученых. Автор рассматривает связь эмоционального интеллекта и рефлексии как две взаимосвязанные стороны в процессе личностного и профессионального становления личности в юношеском возрасте. В статье описывается эмпирическое исследование по изучению особенностей эмоционального интеллекта студентов разных направлений обучения: гуманитарного и технического.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, рефлексия, юношеский возраст, интеллект, эмоции, аффект, самосознание.

### FEATURES OF STUDENTS' EMOTIONAL INTELLIGENCE

The article is devoted to the consideration of the concept of "emotional intelligence" from the point of view of foreign and domestic scientists. The author considers the connection between emotional intelligence and reflection as two interrelated aspects in the process of personal and professional development of a personality in adolescence. The article describes an empirical study on the characteristics of emotional intelligence of students in different fields of study: humanities and technical.

Keywords: emotional intelligence, reflection, adolescence, intelligence, emotions, affect, self-awareness.

**Введение.** Проблема эмоционального интеллекта является сегодня одной из бурно развивающихся в мире. В 1990 году Дж. Мэйер и П. Сэловей впервые ввели термин «эмоциональный интеллект», определив его как способность воспринимать и выражать эмоции, а также регулировать свои собственные эмоции и эмоции других людей. По мнению авторов, «эмоциональный интеллект – это не триумф разума над чувствами, а уникальная взаимосвязь когнитивной и аффективной сфер, позволяющая эффективно



разрешать жизненные задачи. По модели Д. Гоулмана, эмоциональный интеллект состоит из компонентов: самосознание, саморегуляция, эмпатия, социальные навыки [1]. Эмоциональный интеллект также рассматривается зарубежными и отечественными исследователями как понимание своих и чужих эмоций, их контроль и регуляция (Д. Гоулман, Дж. Мейер, П. Сэловей, Д.В. Люсин, М.А. Манойлова).

Из отечественных исследователей близко подходили к изучению взаимосвязи интеллекта и аффекта наши известные ученые Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев. Л.С. Выготский пришел к выводу о существовании динамической смысловой системы, которая представляет единство интеллектуальных и аффективных процессов. По мнению автора, единство аффекта и интеллекта существует во взаимосвязи и взаимовлиянии этих сторон психики на всех этапах развития, а также в том, что данная связь является динамической, при этом каждому этапу в развитии мышления соответствует свой этап в развитии аффекта [2].

Развивая идеи Л. С. Выготского, С. Л. Рубинштейн подчеркивал, что мышление уже само по себе является единством рационального и эмоционального, так же, как и эмоция является единством аффективного и интеллектуального [3]. К сожалению, эта тема в развитии человека, пока, не исследована должным образом в отечественной психологии.

Несмотря на различия в подходах к эмоциональному интеллекту, представители разных концепций сходятся во мнении, что эмоциональный интеллект – это один из позитивных факторов индивидуальности для межличностного взаимодействия, который необходимо развивать. Эмоциональный интеллект, таким образом, определяется как сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способности управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

В современной психологии есть прикладные исследования, которые касаются изучения эмоционального интеллекта в определенных социальных группах: школьники, менеджеры, но такая социальная группа, как студенты недостаточно исследована. В частности, не проводилось исследований по выявлению уровней эмоционального интеллекта у студентов разных профессиональных направленностей, не изучались возможности формирования эмоционального интеллекта.

По мнению С.С. Цыбульской, высокий уровень эмоционального интеллекта способствует снижению уровня тревоги и депрессии среди студентов. Умение обращаться со своими эмоциями и эмоциями окружающих помогает создавать положительную атмосферу, что становится важным фактором в учебном взаимодействии [4].

Эмоциональный интеллект помогает ученикам взаимодействовать друг с другом более эффективно, способствует развитию социальных навыков. Ученики с высоким эмоциональным интеллектом лучше справляются с конфликтами, имеют больше друзей и обратной связи от сверстников, что в свою очередь улучшает их социальные отношения [5].

Студенчество приходится на юношеский возраст, который характеризуется достижением социальной зрелости, формированием мировоззрения, интеллектуальных способностей, становлением и развитием самосознания, глубокой рефлексии и самоопределением. Становление самосознания сопровождается рядом психосоциальных противоречий: с одной стороны, молодой человек воспринимает себя как зрелую личность, порой ставя себя выше других людей, а с другой стороны, сомневающуюся, неуверенную в себе личность.

Развитие эмоционального интеллекта в этом возрасте делает рефлексию более глубокой и продуктивной, снимает существующие психосоциальные противоречия. Рефлексия и эмоциональный интеллект помогают разрешать споры, слышать друг друга, способствуют эффективной командной работе в процессе обучения. В современном понимании причинно-следственной связи между ними можно сказать, что рефлексия способствует развитию эмоционального интеллекта, а высокий эмоциональный интеллект делает рефлексию более глубокой и продуктивной.



**Материал и методы.** Актуальность проблемы эмоционального интеллекта определяется как тенденциями развития научного знания, социальными потребностями, с одной стороны, так и недостаточной ее разработанностью, полученными противоречивыми данными и отсутствием исследований конкретных аспектов эмоционального интеллекта, с другой стороны.

Целью нашего исследования было изучить эмоциональный интеллект у студентов (26 чел.), обучающихся в Псковском государственном университете по разным направлениям: гуманитарным (13 чел.) и техническим (13 чел.).

Предметом исследования явился эмоциональный интеллект у студентов разных направлений. Объект исследования: студенты ПсковГУ (1, 2, 3 курсы).

В качестве гипотезы исследования явилось предположение, что у студентов гуманитарных направлений эмоциональный интеллект развит лучше, чем у студентов технических направлений.

Для достижения цели были выбраны методы:

1. Методика диагностики эмоционального интеллекта (МЭИ) (М.А. Манойлова);
2. Опросник эмоционального интеллекта (ЭМИН) (Д.В. Люсин);
3. Методика Н. Холла на определение уровня эмоционального интеллекта;

В качестве методов математической статистики использовался сравнительный анализ (U-Манна-Уитни).

**Результаты и их обсуждение.** Анализ результатов по методике «Диагностика эмоционального интеллекта» (М.А. Манойлова) показал, что «внутренний аспект» эмоционального интеллекта (способность к осознанию собственных чувств, уверенность в себе, ответственность, самоконтроль, терпимость, гибкость, активность, открытость новому опыту, заинтересованность, мотивация достижения) студентов технического направления (7,6) выше, чем у студентов гуманитарного направления (6,7).

При этом, у студентов гуманитарного направления «межличностный аспект» выше (7,2), чем у студентов технического направления (4,8), что значительно влияет на общий показатель эмоционального интеллекта. «Межличностный аспект» подразумевает: коммуникативность, эмпатию, открытость, способность адекватно оценивать и прогнозировать межличностные отношения, способность учитывать и развивать интересы другого человека, уважение к людям, умение работать в команде.

Общий эмоциональный интеллект у студентов-гуманитариев выше (13,9), а у студентов-техников (12,5). Выражен этот уровень в таких элементах эмоционального интеллекта, как умение распознавать эмоции (7,8 и 6,5 соответственно), уровень эмпатии (7,1 и 6,6), способность управлять своими эмоциями (2,6 и -0,5), эмоциональная осведомленность (8,8 и 6,7). По шкале «самотивация» у студентов обоих направлений показатель практически одинаковый (6,5 и 6,6).

Результаты, полученные по методике «ЭМИН» (Д.В. Люсин) показывают, что в целом по всем компонентам эмоционального интеллекта у студентов гуманитарных направлений показатели выше. Наиболее явная разница выражена в таких компонентах как «понимание эмоций» (39,7 и 35,6), «межличностный эмоциональный интеллект» (42,4 и 37,5). Это связано, и с индивидуальными особенностями личности, и с тем, что в будущем их работа связана с прямым взаимодействием с людьми. Знания, включенные в программу и навыки, формируемые в процессе обучения, дают преимущество над студентами технических направлений.

Для выявления значимых различий был использован критерий Манна-Уитни для несвязных выборок, который показал, что эмоциональный интеллект студентов гуманитарного и технического направлений не имеет значимых различий ( $P > 0,05$ ), при этом прослеживается положительная тенденция.

**Заключение.** Итак, анализ результатов исследования показал, что общий уровень эмоционального интеллекта у студентов гуманитарного направления несколько выше (эмоциональная осведомленность, распознавание эмоций, уровень эмпатии), чем у студентов технического направления. Было выявлено, что у студентов гуманитарного



направления «межличностный аспект» несколько выше (понимание эмоций, межличностный эмоциональный интеллект), чем у студентов технического направления, у которых выше «внутренний аспект» эмоционального интеллекта, что свидетельствует о хорошей способности понимания своих чувств и эмоций и управлении ими.

Таким образом, студенты, сознательно развивающие у себя рефлексивность (ведут дневник, анализируя прошедший день, обсуждая сложные ситуации с наставником и т.д.) развивают у себя эмоциональный интеллект, который является важным фактором, влияющим на академические успехи, психологическое благополучие и будущую карьеру студента.

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

1. Гоулман, Д. Г. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. – 478 с.
2. Выготский, Л.С. Мышление и речь [Текст]: психологические исследования / Л.С. Выготский; под ред. и со вступ. статьей В. Колбановского. – Москва; Ленинград: Соцэкгиз, 1934. – 324 с.
3. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб: Издательство «Питер», 2000 – 712 с.
4. Цыбульская, С.С. Влияние эмоционального интеллекта на учебный процесс / С.С. Цыбульская, С.М. Сайдалиева, Г.Р. Сулейманова. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2024. – № 49 (548). – С. 342-344. – URL: <https://moluch.ru/archive/548/120092>. (дата обращения: 20.11.2025).
5. Петрова, М.В. Эмоциональный интеллект и его влияние на учебный процесс: сравнительный контекст / М.В. Петрова. – Текст: непосредственный // Журнал педагогики и психологии. – 2024. – № 10 (3). – С. 178-190.

**Яцухно О.Н.**

аспирант,

[Olga-yacuhno@mail.ru](mailto:Olga-yacuhno@mail.ru)

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

УДК 159.955.4:[159.942+159.923.35]-053.6

### **ИЗУЧЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕФЛЕКСИИ И ИХ РОЛЬ В ФОРМИРОВАНИИ АКАДЕМИЧЕСКИХ РЕЗУЛЬТАТОВ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ И ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Актуальность темы определяется тем, что повышается рост показателей стресса, тревожности и эмоционального выгорания среди учащихся. Интеллектуальная рефлексия выступает предиктором академических достижений через механизмы метакогнитивного контроля и стратегического планирования. Эмоциональная рефлексия является ключевым фактором психологического благополучия, выполняя функцию эмоциональной регуляции и буфера в борьбе с академическим стрессом и выгоранием. Современная образовательная среда, характеризующаяся высокой конкурентностью и информационной нагрузкой, предъявляет повышенные требования к навыкам саморегуляции, в основе которых лежат оба типа рефлексии. Несмотря на признание их важности, вопрос о специфическом и совместном вкладе интеллектуальной и эмоциональной рефлексии в академическую успеваемость и эмоциональное благополучие остается недостаточно раскрытым в эмпирических исследованиях, особенно с фокусом на подростковый и юношеский возраст.

Ключевые слова: интеллектуальная рефлексия, эмоциональная рефлексия, академическая успеваемость, эмоциональное благополучие, подростковый возраст, юношеский возраст, метапознание, эмоциональный интеллект.