

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

кафедра социологии молодежи

**РОЛЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В РАЗВИТИИ
СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ**

(автореферат бакалаврской работы)

студентки 4 курса 441 группы
направления 39.03.03 - «Организация работы с молодежью»
социологического факультета
Гурбановой Гулджерен

Научный руководитель
Зав. кафедрой социологии молодежи,
д.с.н., профессор

С.Г.Ивченков

подпись, дата

Зав. кафедрой социологии молодежи
д.с.н., профессор

С.Г.Ивченков

подпись, дата

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы исследования.

В условиях стремительных социальных и технологических изменений вопросы развития эмоционального интеллекта (ЭИ) приобретают особую значимость, особенно в контексте формирования личности современного молодого человека. Эмоциональный интеллект, определяемый как способность распознавать, понимать и управлять собственными эмоциями и эмоциями других людей, выступает ключевым фактором успешной социальной адаптации и профессиональной реализации.

Современный мир характеризуется высокой скоростью информационных потоков, глобализацией и цифровизацией всех сфер жизни. Молодёжь, выросшая в эпоху социальных сетей, сталкивается с новыми вызовами:

- Информационная перегрузка. Постоянный поток данных требует развитых навыков эмоциональной саморегуляции.
- Виртуальное общение. Снижение доли живого взаимодействия затрудняет развитие эмпатии и невербальной коммуникации.
- Социальное давление. Стандарты успеха, транслируемые через медиа, провоцируют стресс и тревожность.

Исследования подтверждают, что низкий уровень ЭИ коррелирует с повышенной уязвимостью к психологическим проблемам, включая депрессию и тревожные расстройства.

Проблема развития эмоционального интеллекта в отечественной науке является сравнительно новой, так как исследования в рамках психологии и социологии начались лишь в 1990-х гг., и как теоретического, так и практического материала накоплено сравнительно мало. При этом исследователи единодушны во мнении, что эмоциональный интеллект является важным фактором коммуникативной успешности и социально-психологической адаптации личности.

Особую актуальность проблема развития эмоционального интеллекта приобретает в ракурсе социализации и социально-психологической адаптации молодежи. Эмоциональный интеллект не является статичной и врожденной способностью, он развивается только в процессе межличностного взаимодействия. Это дает возможность полагать, что развитие эмоционального интеллекта у молодых людей в силу небольшого жизненного опыта и современных тенденций предпочтения реальному общению виртуального может находиться на низком уровне и поэтому существует необходимость разработки развивающих программ для молодежи.

Степень научной разработанности проблемы. Первыми теорию эмоционального интеллекта в 1990-х годах представили Питер Саловей и Джон Д. Майер, а в дальнейшем развил и предложил широкой публике Дэниел Гоулман. Данная концепция, также известная как эмоциональный фактор или EQ/EI, получила широкое распространение в мире. Сам феномен выделился из исследований социального интеллекта Э. Торндайка, Дж. Гилфорда, Г. Айзенка, Х. Гарднера. Эмоциональный интеллект в рамках отечественной науки рассматривался в работах таких ученых, как С.Л. Рубинштейна, Л.С. Выготского, Д.В. Люсина, И.Н. Андреевой, Гарсковой Г.Г. и др. В существующих на сегодняшний день подходах, можно наблюдать противоречия касательно понимания смысла и структуры ЭИ, и отсутствие единой теории данного вопроса

Для современной молодежной среды, где психологические вопросы вышли на первый план при анализе (в том числе) личностных ориентаций, вопрос развития ЭИ является достаточно актуальным и требует более детального научного анализа с учетом практических методик. Данные методики можно (важно) внедрять в работу с современным поколением молодежи.

Объект исследования: эмоциональный интеллект молодых людей.

Предмет: специфика развития эмоционального интеллекта у молодежи

Цель исследования состоит в изучении специфики развития эмоционального интеллекта у современной молодежи.

Задачи предполагают:

изучить подходы к рассмотрению эмоционального интеллекта в рамках научных подходов

рассмотреть методы развития эмоционального интеллекта у молодежи
проанализировать влияние социально-психологического тренинга на развитие эмоционального интеллекта молодых людей

Методы исследования: анализ научной литературы; формирующий эксперимент; тестирование, методы качественной и количественной обработки данных; методы статистики.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Научные подходы к изучению эмоционального и социального интеллекта» рассматриваются научные подходы к изучению понятия эмоционального интеллекта, а так же рассматриваются элементы его структура.

Изучение эмоционального и социального интеллекта в рамках социологии отражает эволюцию представлений о роли межличностных отношений и эмоциональной сферы в функционировании общества.

Первоначально самостоятельного понятия «эмоциональный интеллект» не существовало. Дж. Гилфордом и Э. Торндайком разрабатывалась теория социального интеллекта, и эмоциональный интеллект рассматривался в ее рамках. Социальный интеллект, в свою очередь, был лишь одним из факторов модели интеллекта, куда входило более тридцати интеллектуальных и творческих способностей.

Собственно понятие “эмоциональный интеллект» в зарубежной науке появилось значительно позже, лишь в 90-х гг. прошлого века. Этот термин был введен П. Саловеем и Д. Мейером, эмоциональный интеллект определялся как

«способность идентифицировать и выражать эмоции, управлять своими чувствами, мышлением и поведением, а также использовать чувство в качестве движущей силы мысли и действия».

Во второй главе «Исследование эмоционального интеллекта у молодежи» рассматриваются методики изучения эмоционального интеллекта.

Методика Д.В.Люсина. Данная методика часто используется для исследования изучения взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и социально-психологической адаптацией у молодёжи. В ракурсе анализа связи эмоционального интеллекта с адаптацией молодёжи к новым условиям и ситуациям.

Методика оценки эмоционального интеллекта Н. Холла (опросник EQ) (представлена в книге Е.П. Ильина). Применение методики оценки эмоционального интеллекта Н. Холла позволяет исследовать взаимосвязь эмоционального интеллекта и само регуляции у современной молодёжи.

И рассматриваются результаты исследования по практическому применению описанных методик.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмоциональный интеллект является сложным конструктом, основой которого является понимание, как своих собственных эмоций, так и эмоций окружающих, способность управлять ими. Эмоциональный интеллект можно определить как отдельную группу базовых способностей, включенных в понимание собственной эмоциональной сферы и эмоциональной сферы окружающих или совокупность интеллектуальных способностей к обработке эмоциональной информации.

Изучение эмоционального интеллекта у молодёжи не только отвечает современным социальным запросам, но и закладывает основу для устойчивого развития общества в будущем.

Исследования по развитию эмоционального интеллекта молодёжи в рамках социологических исследований затрагивают его связь с социальной адаптацией, межличностными отношениями, жизнестойкостью и другими

асpekтами социальной жизни. Такие работы часто используют междисциплинарный подход, объединяя социологические, психологические и педагогические методы анализа.

Изучение взаимосвязи между уровнем эмоционального интеллекта и социально-психологической адаптацией у молодёжи. В этом исследовании анализировалась связь эмоционального интеллекта с адаптацией молодёжи к новым условиям и ситуациям. Использовался опросник эмоционального интеллекта Д. В. Люсина и многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина. Выявлено, что высокий уровень эмоционального интеллекта способствует успешной адаптации, причём особенно значим развитый внутриличностный эмоциональный интеллект (самопознание, управление своими эмоциями).

Эмоциональный интеллект и типы межличностных отношений у молодых людей с различными социометрическими статусами. Исследование посвящено связи компонентов эмоционального интеллекта с социометрическим статусом в группе. Использовались опросник «ЭМИн» Д. В. Люсина, тест «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири и социометрия Дж. Морено. Выявлено, что социометрический статус связан с компонентами межличностного понимания и управления эмоциями. При этом результаты противоречивы: высокий уровень эмоционального интеллекта не всегда коррелирует с высоким статусом в группе.

Эмоциональный интеллект как ресурс социально-психологической адаптации в иноязычной среде у студенческой молодёжи. Изучалась роль эмоционального интеллекта в адаптации студентов в иноязычной среде. Применялись методики: исследование социально-психологической адаптации индивида в группе, опросник адаптации личности в группе в условиях новой культурной среды), тест эмоционального интеллекта Дж. Мейера, П. Сэловея, Д. Карузо. Установлена связь между способностями к идентификации, анализу, использованию и управлению эмоциями и критериями адаптации

(сопричастность, адаптация к межличностному взаимодействию, позитивное отношение к жизни).

Эмоциональный интеллект как основа жизнестойкости молодёжи в аспекте воспитания. В работе эмоциональный интеллект рассматривается как фактор жизнестойкости молодёжи, то есть способности адаптироваться к трудностям и восстанавливаться после неудач. Подчёркивается его роль в формировании устойчивых межличностных отношений, управлении стрессом и позитивном восприятии событий. Автор отмечает важность интеграции программ по развитию эмоционального интеллекта в образовательную систему и психологическую практику.

Исследование взаимосвязи эмоционального интеллекта и саморегуляции у современной молодёжи. В работе изучалась связь эмоционального интеллекта и саморегуляции у студентов. Использовались методика Н. Холла для оценки эмоционального интеллекта, опросник «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой и тест-опросник «Исследование волевой саморегуляции» А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана. Выявлено, что общий уровень эмоционального интеллекта у молодёжи преимущественно находится в низких и средних значениях, что может быть связано с неуверенностью, обидчивостью и неспособностью чётко определять эмоциональное состояние себя и других.

Эти исследования демонстрируют, что развитие эмоционального интеллекта у молодёжи влияет на её социальную адаптацию, межличностные отношения, способность справляться со стрессом и общую жизнестойкость. Социологические аспекты таких работ часто касаются роли эмоционального интеллекта в разных социальных средах (учебная группа, иноязычная среда) и его связи с социальными показателями (социометрический статус, адаптация).

Одним из наиболее эффективных методов развития эмоционального интеллекта у молодежи, является социально-психологический тренинг.

Социально-психологический тренинг - метод групповой работы, направленный на развитие всех сторон личности участника тренинговой

группы, качеств, умений и навыков общения, поведения, самосознания и саморазвития.

В тренинговой деятельности участники формируют индивидуально - специфические приемы, способы коммуникации и принятия решений, основанные на индивидуальных особенностях, в отличие от лекционного представления информации, а также в тренинге осуществляется активный взаимообмен опытом, что расширяет индивидуально-поведенческий репертуар и поле решения сформированных проблем. Эмоциональная включенность участников в ситуации тренинга позволяет создать высокую мотивацию, усиливает закрепление знаний, навыков и умений, выработанных в процессе реализации тренинговых упражнений.

Эмпирическое исследование свидетельствует о том, что интегративный уровень эмоционального интеллекта у респондентов средний. Высокий и средний уровни показали 20% и 53% респондентов. Таким образом, можно сделать вывод о том, что данные молодые люди знают, как нужно вести себя в различных жизненных ситуациях, чувствуют себя свободными от различных ситуативных требований. Выбор поведения, адекватного ситуации, осуществляется без чрезмерных волевых усилий. Мотивация такого поведения диктуется не внешними обстоятельствами, а личностными характеристиками.

Данные, полученные по шкалам эмоционального интеллекта свидетельствуют о среднем уровне развития у респондентов по шкалам «Эмоциональная осведомленность», «Самомотивация», «Эмпатия», «Распознавание эмоций других людей». Низкий уровень был выявлен по шкале «Управление своими эмоциями», возможно сделать вывод о том, что для респондентов характерна импульсивность, недостаточно знаний о своих эмоциях. Полученные данные свидетельствуют о среднем уровне развития эмоционального интеллекта.

Далее был проведен социально-психологический тренинг. Программой предусмотрено индивидуальное сопровождение участников формирующего

эксперимента, в который входит: анализ индивидуальных диагностических результатов старшеклассников с целью определения перечня тех, с которыми целесообразно проводить индивидуальную практическую работу; разработка индивидуальных программ, направленных на развитие эмоционального интеллекта конкретного старшеклассника и психолого-педагогическое сопровождение выполнения индивидуальных заданий; определение эффективности индивидуальной работы и принятие решения по ее завершению с соответствующими рекомендациями по дальнейшим шагам старшеклассника. Психофизиологическое обеспечение процесса развития эмоционального интеллекта старшеклассников осуществляется учителями и психологами, которые имеют для этого необходимую квалификацию, в тесном сотрудничестве с руководством образовательного учреждения.

Приведенные результаты исследования, позволяют говорить о том, что с современной молодежью необходимо применять подобные технологии, с целью развития у них эмоционального интеллекта. Который в современных реалиях является необходимым элементом психо-социального развития молодого человека.