

ОРИГИНАЛЬНАЯ СТАТЬЯ

DOI: 10.26794/2226-7867-2021-11-2-114-119
УДК 159.92.1(045)

О некоторых аспектах эмоционального интеллекта и его использования в вузе

О.И. Максимова

Финансовый университет, Москва, Россия
<https://orcid.org/0000-0002-7096-4724>

АННОТАЦИЯ

В статье рассматривается проблема формирования и развития эмоционального интеллекта (ЭИ) у студентов. Отмечается существование взаимосвязи интеллекта и эмоций. Перечислены компоненты модели ЭИ Д. Гоулмана, охватывающие различные умения и навыки, на формирование и развитие которых необходимо направлять усилия в ходе образовательного и воспитательного процесса. Определены задачи, в решении которых ЭИ играет важную роль. Представлен обзор существующих на сегодняшний день ключевых методик оценки и определения уровня ЭИ. Приведены выводы исследований, подтверждающие точку зрения о возможности целенаправленного развития ЭИ. В конце статьи автор делает заключение о том, что задача формирования и развития эмоционального интеллекта студентов приобретает особое значение в образовании, и ее решение позволит учащимся успешно преодолевать трудности различного свойства и комфортно чувствовать себя в социуме.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; адаптивные способности; эмоциональное выгорание; уровни сформированности; методики оценки

Для цитирования: Максимова О.И. О некоторых аспектах эмоционального интеллекта и его использования в вузе. *Гуманитарные науки. Вестник Финансового университета*. 2021;11(2):114-119. DOI: 10.26794/2226-7867-2021-11-2-114-119

ORIGINAL PAPER

On Some Aspects of Emotional Intelligence and Its Use in the Higher Education Entities

O.I. Maksimova

Financial University, Moscow, Russia
<https://orcid.org/0000-0002-7096-4724>

ABSTRACT

The article deals with the problem of the formation and development of emotional intelligence (EI) in students. The author noted that there is a relationship between intelligence and emotions. Next? The author listed five components of D. Goleman's EI model, covering various skills and abilities, the formation and development of which should be directed efforts during the educational and educational process. Further, the author defined the tasks in which EI played an important role and presented an overview of current key methods for assessing and determining EI level. In the end, the author presented the conclusions of research confirming the point of view about the possibility of targeted development of EI. Also, the author concluded that the formation and development of students' emotional intelligence have particular importance in education, and its solution will allow students to successfully overcome difficulties of various properties and feel comfortable in society.

Keywords: emotional intelligence; adaptive abilities; emotional burnout; levels of formation; assessment methods

For citation: Maksimova O.I. On some aspects of emotional intelligence and its use in the higher education entities. *Gumanitarnye Nauki. Vestnik Finansovogo Universiteta = Humanities and Social Sciences. Bulletin of the Financial University*. 2021;11(2):114-119. (In Russ.). DOI: 10.26794/2226-7867-2021-11-2-114-119

Согласно материалам, опубликованным по итогам проведения 46 Всемирного экономического форума (ВЭФ) в 2016 г., эмоциональный интеллект занял 6 позицию в списке компетенций, которыми должны обладать студенты в 2020 г. (см. таблицу). Стоит обратить внимание на то, что в аналогичном списке, относящемся к 2015 г., эта компетенция отсутствует.

Чем же была вызвана необходимость формирования эмоционального интеллекта у современной студенческой молодежи во всем мире? Интерес к эмоциональному интеллекту возник из-за неспособности классических IQ-тестов (коэффициент интеллекта) объяснить особенности мотивации и поведения людей [1, с. 79].

Еще С. Спиноза полагал, что аффекты являются мотивами поступков. Ж.-Ж. Руссо считал, что в деле познания человек движется за эмоциями и что обучение, основанное исключительно на логических постулатах, не будет успешным. Ч. Дарвин указывал на взаимовлияние мышления и эмоций. В 1908 г. в своей книге «Психология эмоционального мышления» немецкий психолог Г. Майер, классифицируя виды мышления, помимо логического, выделил и эмоциональное. В 1940 г. американский психолог и психиатр Д. Векслер, создатель шкал интеллекта, в своей работе «Неинтеллектуальные факторы в общем интеллекте» высказал мнение о том, что при развернутой оценке интеллекта нужно учитывать и неинтеллектуальные стороны мышления.

Труды современных отечественных ученых указывают на то, что существует взаимосвязь эмоций и интеллекта, что уровень развития одного обуславливается уровнем развития другого, и уровень активности эмоциональной регуляции оказывает влияние на результат интеллектуальной деятельности. В этих работах затрагивается проблема существования разрыва между мышлением и эмоциональной сферой. Согласно Л. С. Выготскому, тот, «кто оторвал мышление с самого начала от аффекта, навсегда закрыл себе дорогу к объяснению причин самого мышления» [2]. С точки зрения С. Л. Рубинштейн, эмоции «представляют собой единство эмоционального и интеллектуального, так же, как и познавательные процессы» [3, с. 131].

Исследователи определяют «совокупность ментальных способностей к идентификации,

пониманию и управлению эмоциями» как эмоциональный интеллект. Его можно рассматривать как «набор способностей и соотношение когнитивных, личностных и мотивационных черт» [4]. Полагают, что эмоциональный интеллект, давая возможность понимать эмоции, обостряет здравый смысл и позволяет предпринимать адекватные действия. Более того, исследования свидетельствуют, что «около 80% успеха в социальной и личной сферах определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта и лишь 20% всем известный IQ-коэффициент умственного развития» [4].

Познание эмоционального состояния, умение осознать и проанализировать переживания позволяют адекватно выстраивать отношения с окружающим миром: создавать правильные отношения в коллективе, обладать способностью к командной работе, уметь адаптироваться к постоянно меняющимся ситуациям и обстоятельствам.

Д. Гоулман, американский психолог, занимающийся исследованиями в области влияния эмоционального интеллекта на профессиональную эффективность, творческий и профессиональный рост, указывает, что человек, обладающий ЭИ, способен «истолковывать собственные эмоции и эмоции окружающих с тем, чтобы использовать полученную информацию для реализации собственных целей» [5, с. 263]. Предложенная им модель ЭИ включает в себя несколько компонентов. Говоря о самосознании, ученый отмечает такие характеристики, как самосознание своих внутренних ощущений и воздействие своих эмоций на свое состояние (эмоциональное самосознание) и точность самооценки. Выделяя контроль как второй компонент ЭИ, исследователь отмечает следующие характеристики: уверенность в себе (точное знание своих сильных сторон); навык обуздания своих разрушительных эмоций; открытость в выражении своих чувств и убеждений; адаптивность к многообразным требованиям жизни и к условиям неопределенности; воля к победе, заставляющая постоянно стремиться к совершенствованию; инициативность как в использовании, так и в создании благоприятных возможностей для своей эффективности. Третий компонент — социальная чуткость, по мнению ученого, включает такие качества, как сопереживание, деловая осведомленность

Важнейшие компетенции / Essential competencies

№	2020 г.	2015 г.
1	Решение комплексных проблем	Решение комплексных проблем
2	Критическое мышление	Согласованность действий с другими людьми
3	Креативность	Управление людьми
4	Управление людьми	Критическое мышление
5	Согласованность действий с другими людьми	Ведение переговоров
6	Эмоциональный интеллект	Контроль качества
7	Экспертная оценка и принятие решений	Ориентация на оказание услуг
8	Ориентация на оказание услуг	Экспертная оценка и принятие решений
9	Ведение переговоров	Активное слушание
10	Гибкость мышления	Креативность

Источник / Source: World Economic Forum, 2016.

в социальных взаимодействиях и властной иерархии, предупредительность. Четвертый компонент структуры определен Д. Гоулманом как управление отношениями; к нему относятся такие характеристики, как воодушевление других, влияние на других, помощь в самосовершенствовании, содействие изменениям, урегулирование конфликтов, сотрудничество и умение работать в команде. Говоря о мотивации, последнем компоненте ЭИ, ученый определяет ее как страстное желание достичь поставленной цели и преданность своему делу [5, с. 215].

Принимая во внимание то, что ЭИ стал одной из приоритетных компетенций, которой учащиеся должны овладевать в высшей школе, формирование и развитие вышеупомянутых навыков и умений становится в ряд первоочередных задач обучения и воспитания студентов. Это позволит им эффективно осуществлять учебную и в будущем профессиональную деятельность в обществе, быть полноценным членом социума, успешно выстраивать межличностные отношения, быть востребованными на рынке труда.

Использовать эмоциональный интеллект в практических целях в высших учебных заведениях необходимо, в том числе, для профилактики и коррекции синдрома эмоционального выгорания у студентов, снижения их физического, умственного и эмоционального истощения. Диагностика и развитие ЭИ студентов могут быть использованы для повышения их адаптивных способностей: улучшения их социальной и психологической адаптации, адаптации к учебному процессу.

Не секрет, что социальные, политические и экономические изменения, увеличение информационных потоков, многократно усиленные часто негативной подачей средств массовой информации и социальных сетей, оказывают отрицательное воздействие на психологическое здоровье общества. Уязвимыми становятся люди разных полов, возрастов, социального положения во всех сферах трудовой и учебной деятельности. Проведенные исследования доказывают, что «стадии выгорания отмечены у студентов возрасте 21–24 лет», что обусловлено большим объемом когнитивных, физических и эмоциональных затрат, необхо-

димых для получения знаний, умений и навыков в процессе обучения. Существующие данные обнаруживают также, что «студенты уже в возрасте 17–19 лет имеют признаки эмоционального выгорания, связанные с неуверенностью в правильном выборе профессии» [6].

В этом случае положительное влияние ЭИ сложно переоценить. Выводы, полученные в результате исследований, говорят о том, что при развитии эмоционального интеллекта студентов снижается уровень их «эмоционального истощения и деперсонализации, и, наоборот, при низком эмоциональном интеллекте студенты чувствуют себя опустошенными, теряют интерес к людям, проявляют меньше эмпатии и больше цинизма, что в данном возрастном периоде может усугубляться кризисом “ранней зрелости”, который проявляется в потребности изучения себя, уточнении жизненных планов и постановке целей. Развитие эмоционального интеллекта позволит испытывать больше положительных эмоций, научит делиться ими с другими людьми и принимать отрицательные эмоции, а не бороться с ними, что благотворно скажется на общем состоянии личности» [6].

Кроме того, в то время как понимание эмоциональных состояний и управления ими играет важную роль в процессе социально-психологической адаптации, ЭИ улучшает адаптационные способности в целом, «не только обогащая индивидуальный жизненный опыт, но при переходе на следующий уровень развития, создавая базис дальнейшего совершенствования системы адаптации к новой образовательной среде» [7].

Это в полной мере относится и к учебной адаптации студентов. Согласно исследованию «отмечается отрицательная корреляция на уровне высокой статистической значимости между эмоциональным интеллектом и адаптивными способностями. Это свидетельствует о том, что, чем больше развит эмоциональный интеллект обучающегося, тем выше общий уровень его адаптивных способностей». Таким образом, «ЭИ можно рассматривать как критерий успешной адаптации к учебному процессу» [8].

Эти мысли созвучны выводам, полученным в ходе проведения другого исследования, в результате которого было установлено, что «для студентов с низким уровнем адаптированности к требованиям академической и социальной

среды вуза свойственен низкий уровень как межличностного, так и внутриличностного эмоционального интеллекта. Для студентов с высоким уровнем социальной, дидактической и профессиональной адаптированности к вузу характерен высокий уровень всех структурных компонентов эмоционального интеллекта» [9].

На сегодняшний день разработаны и используются различные методики оценки, позволяющие определить уровни сформированности ЭИ. Первый тест MSCEIT (Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence) был создан американскими психологами Дж. Майер и П. Сэловэй. Р. Бар-Он в 1997 г. предложил опросник IQ-I (Emotional Quotient Inventory). Кроме названных выше методик, исследователями были разработаны SSRI (Schutte et al. Self-Report Index), TEIQue (Trait Emotional Intelligence Questionnaire), WLEIS (Wang and Law Emotional Intelligence Scale), ЭМИн (опросник на эмоциональный интеллект, разработанный Д. В. Люсиным), методика оценки EQ Н. Холла, опросник МБИ (К. Маслач и С. Джексон, адаптация Н. Е. Водопьяновой). В 2017 г. голландскими учеными была разработана Роттердамская шкала эмоционального интеллекта (REIS) [10].

На данный момент существуют две противоположные точки зрения о возможности целенаправленного развития ЭИ. Некоторые ученые считают, что «эмоциональный интеллект поддается тренировке и его можно развивать в рамках правильно организованной образовательной среды. По их мнению, эмоциональный интеллект может быть целенаправленно сформирован как у ребенка в процессе обучения и воспитания, так и у взрослого человека в ходе специально организованных тренингов» [11].

Результаты работ отечественных исследователей говорят о возможности развития и повышения уровня ЭИ при помощи тренингового воздействия. Например, после проведения авторского тренинга в Северо-Западном институте управления Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, показатели ЭИ у студентов-первокурсников возросли. В ходе другого эксперимента с использованием программы по развитию ЭИ, который проводился на базе Севастопольского городского гуманитарного университета среди студентов третьего и четвертого года обучения, у них «наиболее значительно возросла способность точной невербальной

передачи эмоционального состояния, а также верного декодирования невербальной информации, транслируемой другими людьми, способность видеть многообразие и вариативность эмоционального пространства, способность воспринимать собственные эмоции и чувства как бесценный опыт, способствующий развитию личности, способность вызвать у окружающих эмоциональный отклик, способность чувствовать, распознавать и учитывать эмоциональные состояния других людей и реагировать на него изменением собственного эмоционального отражения ситуации. Также

значительное развитие получила направленность студентов на людей, стремление к их познанию» [12].

Подводя итог, можно отметить, что вопрос формирования и развития эмоционального интеллекта студентов приобретает особое значение в образовании. Решение этой задачи с помощью применения методик определения уровня развития ЭИ и соответствующих тренингов позволит молодым людям успешно преодолевать трудности психологического, социального и академического характера, комфортно чувствовать себя в учебном и в перспективе рабочем коллективе.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Лингводидактические, психолого-педагогические аспекты преподавания иностранного языка с учетом вызовов системы образования в эпоху цифровой экономики. Монография. Климова И. И., Мельничук М. В., ред. М.: Научные технологии; 2019. 369 с.
2. Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта. *Вопросы психологии*. 2007;(5):57–66.
3. Бреслав Г. М. Психология эмоций. М.: Академия; 2004. 544 с.
4. Кузнецова К. С. К вопросу о формировании эмоционального интеллекта. *Ученые записки. Серия: Психология. Педагогика*. 2010;4(12):84–92.
5. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство. Искусство управлять людьми на основе эмоционального интеллекта. М.: Эксмо-Аст; 2012. 300 с.
6. Воробьева М. А. Связь эмоционального интеллекта и синдром эмоционального выгорания у студентов. *Образование и наука*. 2016;4(133):80–94.
7. Кленова М. А. Динамика развития эмоционального интеллекта у студентов вуза. *Известия Саратовского университета. Серия: Акмеология образования. Психология развития*. 2018;2(26):176–182.
8. Шандлоренко Д. Д. Эмоциональный интеллект как комплементарный компонент в структуре адаптивных способностей студентов вуза. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2017;(3):36–39.
9. Гордиенко В. Н., Гордиенко Т. И. Уровень эмоционального интеллекта как психологический фактор адаптированности студента к вузу. *Мир науки. Педагогика и психология*. 2019;7(2):45–52.
10. Царева Н. А., Ерохин А. К. Эмоциональная компетенция сотрудника и ее оценка: Роттердамская шкала эмоционального интеллекта (REIS). *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2018;2(23):417–420.
11. Шандлоренко Д. Д. Развитие эмоционального интеллекта студентов вуза путем тренингового воздействия. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2017;(8):66–69.
12. Журавлева М. О. Развитие эмоционального интеллекта у будущих психологов: программа и результаты тренинга. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*. 2013;(3):73–82.

REFERENCES

1. Linguodidactic, psychological, and pedagogical aspects of teaching a foreign language within the framework of the education system challenges in the digital economy era. Monograph. Klimova I. I., Melnichuk M. V., eds. Moscow: Nauchnye tekhnologii; 2019. 369 p. (In Russ.).
2. Andreeva I. N. Prerequisites for the development of emotional intelligence. *Voprosy psikhologii*. 2007;(5):57–66. (In Russ.).
3. Breslav G. M. Psychology of emotions. Moscow: Academiya; 2004. 544 p. (In Russ.).
4. Kuznetsova K. S. To the question of emotional intelligence. *Uchenye zapiski. 2010.V.3. Series: Psikhologiya. Pedagogika*. 2010;4(12):84–92. (In Russ.).
5. Goleman D. Emotional leadership. The art of managing people based on emotional intelligence. Moscow: Eksmo-Astm; 2012. 300 p. (In Russ.).

6. Vorobyeva M.A. The relationship between emotional intelligence and burnout in students. *Obrazovaniye i Nauka*. 2016;4(133):80–94. (In Russ.).
7. Klenova M. A. Dynamics of emotional intelligence development in University students. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Series: Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya*. 2018;2(26):176–182. (In Russ.).
8. Shandlorenko D.D. Emotional intelligence as a complementary component in the structure of university students' adaptive abilities. *Obschestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika*. 2017;(3):36–39. (In Russ.).
9. Gordienko V. N., Gordienko T. I. The level of emotional intelligence as a psychological factor of a student's adaptation to Higher Education. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2019;7(2):45–52. (In Russ.).
10. Tsareva N. A., Yerokhin A. K. Emotional competency of the employee and its assessment: Rotterdam scale of emotional intelligence (REIS). *Azimet issledovaniy: pedagogika i psyhkologiya*. 2018;2(23):417–420. (In Russ.).
11. Chandlorenko D.D. Progress of students' emotional intelligence by training impact. *Obschestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika*. 2017;(8):66–69. (In Russ.).
12. Zhuravleva M. O. Development of emotional intelligence in future psychologists: training program and results. *Vestnik Moskovskogo Universiteta. Series 14. Psychology*. 2013;(3):73–82. (In Russ.).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Ольга Игоревна Максимова — старший преподаватель Департамента английского языка и профессиональной коммуникации, Финансовый университет, Москва, Россия
oimaksimova@fa.ru

ABOUT THE AUTHOR

Olga I. Maksimova — Senior Lecturer, Department of English Language for Professional Communication, Financial University, Moscow, Russia
oimaksimova@fa.ru

Статья поступила 19.07.2020; принята к публикации 15.01.2021.

Автор прочитала и одобрила окончательный вариант рукописи.

The article received on 19.07.2020; accepted for publication on 15.01.2021.

The author read and approved the final version of the manuscript.