

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 159.9

DOI: 10.17853/1994-5639-2018-7-109-127

УСТОЙЧИВОСТЬ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

А. М. Белобородов¹, Э. Э. Сыманюк²

*Уральский федеральный университет им. Б. Н. Ельцина, Екатеринбург,
Россия.*

E-mail: ¹beloborodov09@mail.ru; ²ary.fmpk@rambler.ru

Аннотация. Введение. Характерными признаками постиндустриального общества являются радикальные изменения в мире профессий, интенсивность производства и потребления новых знаний, усиление коммуникативной составляющей профессиональной деятельности. На рынке труда всё более востребованными становятся работники, обладающие такими профессионально-психологическими качествами, как самообладание, психологическая саморегуляция и умение управлять собственными эмоциями и эмоциями окружающих – своих партнеров и коллег. В связи с этим в системе профессиональной подготовки актуализируется задача формирования у будущих специалистов эмоциональной компетентности.

Цель данной статьи – обобщение результатов исследования возможностей устойчивого развития эмоционального интеллекта в период студенчества посредством активных форм обучения – тренингов и семинаров.

Методология и методики. Работа осуществлялась с опорой на концепцию модели эмоционального интеллекта, предложенную Д. В. Люсиным. В ходе эксперимента использовались метод опроса «ЭМИн» Д. В. Люсина и тест «Социальный интеллект» Д. П. Гилфорда, а также авторский комплект кейсов, состоящий из заданий на распознавание лицевой экспрессии и на выявление активного словаря эмоций.

Результаты и научная новизна. Обоснована важность высокого уровня эмоционального интеллекта для современного человека независимо от сферы

его профессиональной занятости. Выделены основные зоны данного вида интеллекта и их структурные компоненты, которые надлежит развивать у будущих специалистов. Обозначены особенности и условия формирования практического и академического интеллекта. Произведена проверка гипотезы о том, что приобретению и совершенствованию первого более всего способствуют социально-психологические тренинги; становлению второго – семинарские занятия. В соответствии с гипотетическими утверждениями были разработаны два варианта экспериментального курса, включенного в расписание схожих по характеристикам студенческих групп Уральского федерального университета (Екатеринбург). Результаты обеих форм обучения (тренинга и семинаров) подтвердили правомерность выдвинутых предположений. Для выяснения степени устойчивости целенаправленно сформированного эмоционального интеллекта спустя полтора года была проведена повторная диагностика освоенных студентами компетенций. Сравнительный анализ итоговых показателей формирующего эксперимента и выявленных остаточных знаний, умений и навыков продемонстрировал не только стойкость психологических новообразований у обучающихся в области эмоциональной компетентности, но и запуск механизмов ее саморазвития.

Практическая значимость. Вопреки мнению ряда ученых о том, что эмоциональный интеллект мало меняется в студенческом возрасте, так как основное его развитие завершается в подростковый период, доказаны потенциальные возможности повышения уровня эмоциональной компетентности в условиях вуза. Материалы исследования открывают перспективы для детального изучения механизмов, запускающих и поддерживающих устойчивое саморазвитие эмоционального интеллекта будущих специалистов, с тем чтобы обеспечить сохранение их конкурентоспособности в быстро меняющихся социально-экономических реалиях.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, устойчивость развития, социально-психологический тренинг, семинар.

Благодарности. Авторы выражают признательность рецензентам и редакторам журнала «Образование и наука», оказавшим значительную помощь в подготовке статьи.

Для цитирования: Белобородов А. М., Сыманюк Э. Э. Устойчивость развития эмоционального интеллекта будущих специалистов // Образование и наука. 2018. Т. 20. № 7. С. 109–127. DOI: 10.17853/1994-5639-2018-7-109-127

STABILITY OF DEVELOPMENT OF FUTURE PROFESSIONALS' EMOTIONAL INTELLIGENCE

A. M. Beloborodov¹, E. E. Symaniuk²

Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin,
Yekaterinburg, Russia.

E-mail: ¹beloborodov09@mail.ru; ²apy.fmpk@rambler.ru

Abstract. *Introduction.* Considerable changes in the world of professions, the intensity of production and consumption of new knowledge, strengthening of a communicative component of professional activity are characteristic features of post-industrial society. Workers who have such professional and psychological qualities as self-control, psychological self-control and ability to operate own emotions and emotions of people around (partners and colleagues) are more in demand in labour market. In this regard, the problem of emotional competency formation of future experts is becoming topical in the system of vocational training.

The aim of this paper is to generalize the results of the study on the sustainable development of student emotional intelligence by means of active forms of education (training sessions and workshops).

Methodology and research methods. The research methodology is based on the model concept of "Emotional Intelligence" developed by D. V. Lyusin. During the experiment, the method of D. V. Lyusin's questionnaire EmIn (Emotional Intelligence), D. P. Gilford's Social Intelligence Test and also the authors' set of tool-kits (tasks for recognition of facial expression and detection of the active dictionary of emotions) were applied.

Results and scientific novelty. The authors proved the importance of the high level of emotional intelligence for the modern person irrespective of the sphere of professional employment. The main zones of this type of intelligence and their structural components which should be developed in future experts were highlighted. Features and conditions of formation of practical and academic intelligence were designated. Having tested the hypothesis, it was revealed that social and psychological training is aimed at promoting the acquisition and development of practical intelligence; workshop sessions contribute to academic intelligence. According to hypothetical statements, the authors have developed two options for the experimental course included in the schedule of student's groups (similar in characteristics) of Ural Federal University (Yekaterinburg). Results of both forms of training (training sessions and workshops) have confirmed the validity of the assumptions made. To clarify the degree of stability of purposefully created emotional intelligence, repeated diagnostics of the competencies mastered by students was carried out one and a half years after. The comparative analysis of outcome indicators of the forming experiment and the revealed residual knowledge and skills has shown not only firmness of psychological changes in students in the field of emotional competency, but also the start of mechanisms of its self-development.

Practical significance. Contrary to the opinions of a number of scientists that the emotional intelligence does not change significantly through studentship as main development comes to the end during the teenage period, the authors have proved potential opportunities of increase in the level of emotional competency in the higher education institution. Materials of the research offer prospects for detailed studying of the mechanisms which start and support steady self-development of the emotional intelligence of future experts to provide their continuing competitiveness in rapidly changing social and economic realities.

Keywords: emotional intelligence, stability of development, socio-psychological training, seminar.

Acknowledgements. The authors are grateful to the reviewers and review editors of the Education and Science Journal who rendered considerable assistance in creating and editing this paper.

For citation: Beloborodov A. M., Symaniuk E. E. Stability of development of future professionals' emotional intelligence. *The Education and Science Journal*. 2018; 7 (20): 109–127. DOI: 10.17853/1994–5639–2018–7-109–127

Введение

Каждая стадия социально-экономического развития требует наличия у человека определенных профессиональных компетенций. Постиндустриальный этап характеризуется динамичными изменениями в мире профессий, усилением конкуренции, интенсивным производством / потреблением новых знаний и ростом значимости коммуникативной составляющей профессиональной деятельности. По этим причинам на рынке труда особенно востребованы работники, обладающие профессионально-психологическими качествами, обеспечивающими эффективное конструктивное взаимодействие с коллегами и партнерами. Следовательно, в сфере профессиональной подготовки актуализируется задача формирования у обучающихся навыков психологической саморегуляции, умений сохранять самообладание и управлять эмоциями других.

Данные умения и навыки помогут специалисту справляться как с текущими, так и с нестандартными рабочими проблемами. В организациях среднеспециального и высшего образования студентов традиционно обучают прежде всего логическим способам, приемам и алгоритмам решения конкретных профессиональных задач. Однако, с одной стороны, в реальных производственной обстановке опора исключительно на логику не всегда позволяет найти правильное, оптимальное решение проблемы. С другой стороны, в нештатных, напряженных ситуациях люди зачастую

действуют, основываясь не на рациональных соображениях, а на эмоциях, и подобные действия нередко бывают поспешными и ошибочными. В связи с этим у обучающихся необходимо развивать особый вид познавательной активности – так называемый эмоциональный интеллект. Причем, по меткому высказыванию Д. Карузо, профессора кафедры психологии Йельского университета (США) и одного из соавторов концепции эмоционального интеллекта, «очень важно понимать, что эмоциональный интеллект – это не противоположность интеллекта, не триумф сердца над головой – это единственный путь пересечения обоих»¹.

Важно не только сформировать эмоциональную компетентность у будущих специалистов, но и сохранить ее на должном уровне по завершении ими цикла профессиональной подготовки. Во время обучения человек может демонстрировать достойный уровень знаний, умений и навыков (компетенций), но спустя какое-то время многие из них, находясь в пассиве личностных ресурсов, забываются или вовсе утрачиваются, поэтому необходимо подобрать из дидактического арсенала те средства и методы, которые превращают эмоциональную компетентность и эмоциональный интеллект в устойчивые качества выпускника вуза.

Обзор литературы

Пионерами научной теории эмоционального интеллекта (ЭИ) были П. Сэловей и Д. Мэйер². Они определяли его как «способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений» [1, с. 189].

Обобщив содержание имеющейся научной психологической литературы, касающейся проблематики ЭИ ([1–23] и др.), мы склонны согласиться с представлениями Д. В. Люсина, трактующего интересующий нас феномен как способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими [2].

В России и за рубежом проблематикой ЭИ занимались многие психологи. Существующие исследования можно разделить на несколько тематических групп:

- изучение особенностей ЭИ разных возрастов: дошкольников (А. О. Куракина [3]), школьников (А. А. Александрова [4], И. И. Ветрова³,

¹ Режим доступа: <https://www.helpguide.org/articles/mental-health/emotional-intelligence-eq.htm>

² Salovey P., Mayer J. Emotional intelligence // *Imagination, Cognition, and Personality*. 1990. № 9. P. 185–211.

³ Ветрова И. И. Развитие контроля поведения, совладания и психологических защит в подростковом возрасте: дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2011. 288 с.

Ю. В. Давыдова¹, О. А. Айгунова²), студентов (А. М. Двойнин, Г. И. Данилова [5], А. Н. Кутейников, Д. Д. Шандлоренко [6] и др.);

- соотношение ЭИ и вопросов здоровья (Т. Г. Светличная, Е. Ю. Зуева, К. Г. Вилова [7], О. В. Рычкова [8], В. А. Шемет, В. А. Карпюк [9], А. Н. Корнетов, Н. И. Прядухина, С. А. Морева, Е. П. Еремина, Н. Э. Головаха, А. В. Силаева, В. Б. Обуховская [10] и др.). В этих работах, в частности, отмечается обусловленность соматического и психического здоровья человека уровнем его эмоционального интеллекта;

- взаимосвязь ЭИ и других личностных характеристик: степени тревожности (А. Abdollahi [11]), уровня нравственного самосознания (Т. В. Корнилова, Е. В. Новотоцкая-Власова [12]) и др.;

- влияние ЭИ на качество профессиональной деятельности: ведение переговоров (В. А. Штроо и С. Ю. Серов [13]), принятие управленческих решений (А. М. Полянова [14]), выполнение текущих задач и поддержание умственной работоспособности (Z. Hui-Hua [15] и др.);

- ЭИ и интернет-среда (Н. С. Козлова, Е. Н. Комарова [16], А. С. Родионова [17], В. Л. Малыгин, А. А. Антоненко, Е. И. Вовченко, А. Б. Искандирова [18]). Данные исследования среди прочего показывают, что высокий уровень ЭИ снижает уровень интернет-аддикции;

- развитие ЭИ (Е. С. Иванова [19], Е. А. Чиркина [20], Д. В. Фурсова [21], J. Gill Lesley [22], S. Hodzic [23]).

Ряд исследователей (А. М. Двойнин, Г. И. Данилова [4], А. Н. Кутейников, Д. Д. Шандлоренко [5] и др.) утверждает, что ЭИ довольно устойчив в период студенчества и практически не меняется на протяжении обучения в вузе. Бурное его формирование происходит в предшествующие школьные годы.

О том, что наиболее чувствительным периодом развития ЭИ является именно подростковый этап взросления, упоминают и другие авторы (см., например, [9, с. 72]).

Однако, с нашей точки зрения, в студенческом возрасте, когда происходят напряженные процессы профессионального становления, самоопределения, прогнозирования своего будущего, имеются немалые потенциальные возможности повышения уровня ЭИ и его коррекции, хотя, безусловно, бурного его развития, как у подростков, уже не происходит.

¹ Давыдова Ю. В. Эмоциональный интеллект: сущностные признаки, структура и особенности проявления в подростковом возрасте: дис.... канд. психол. наук. Москва, 2011. 204 с.

² Айгунова О. А. Особенности базовых компонентов эмоционального интеллекта математически одаренных юношей с разной учебной успешностью: дис.... канд. психол. наук. Москва, 2011. 192 с.

Более раннее наше исследование, выполненное в соавторстве с А. А. Любякиным и Л. В. Оконечниковой, показало, что такая активная форма обучения, как социально-психологический тренинг, может благотворно влиять на эволюцию практического ЭИ, а семинар – на развитие академического ЭИ [24]. Практический вид интеллекта включает наличие у индивида эмоциональных переживаний за себя и за окружающих, идентификацию собственных переживаний и чувств других людей, понимание причин, вызвавших эти чувства, способность контролировать интенсивность своих и чужих эмоций, внешнее их выражение, умение произвольно вызывать ту или иную эмоцию у себя или у других, а также понимать изменение значения сходных вербальных реакций человека исходя из эмоционального контекста ситуации. Академический вид ЭИ – это знания о нем: владение активным словарем эмоций, способность анализировать мимическое выражение последних и давать им точное вербальные описания.

На основе содержания трудов Д. Гоулмана [25], П. Сэловей, Дж. Мэйера [1] и Д. В. Люсина [2] мы выделили четыре зоны ЭИ:

1) академическая внутриличностная (АВЭИ) – отвечает за знания о своих эмоциональных состояниях, способах эмоционального самоконтроля, словесное выражение своих эмоций, понимание причин, их вызвавших, и последствий, к которым ведет их проявление;

2) академическая межличностная (АМЭИ) – представлена знаниями об эмоциональных состояниях других людей, способах контроля их эмоций, умений словесно передать эти переживания, осознать вызвавшие их причины и спрогнозировать последствия;

3) практическая внутриличностная (ПВЭИ) – состоит из умений диагностировать собственное эмоциональное состояние, устанавливая конкретные испытываемые эмоции, контролировать их интенсивность и внешнее выражение, произвольно вызывать ту или иную эмоцию у себя, осуществлять фасилитацию своего мышления, подбирая более адекватные той или иной ситуации эмоции;

4) практическая межличностная (ПМЭИ) – подразумевает умение определять эмоциональное состояние окружающих (какие именно эмоции они испытывают), способности контролировать интенсивность эмоций других людей, произвольно вызывать у них определенные эмоциональные реакции и фасилитацию мышления других людей посредством подбора более подходящих для ситуации эмоций.

Изложенное далее исследование является продолжением изучения влияния активных форм обучения на персистентность ЭИ.

Материалы и методы

Устойчивость сформированного ЭИ пока остается одной из нерешенных психолого-педагогических проблем. Вопрос, в какой мере и благодаря чему ЭИ сохраняется спустя год и более после его направленного развития, к настоящему времени изучен недостаточно.

Мы предприняли попытку выявить условия формирования устойчивого ЭИ студентов. Была выдвинута гипотеза о том, что развитию его компонентов у будущих специалистов способствуют активные формы обучения:

- для приобретения и совершенствования практического ЭИ наиболее эффективен социально-психологический тренинг;
- для становления и развития академического ЭИ более всего подходят семинарские занятия.

Проверка гипотезы происходила на базе департамента психологии Института социальных и политических наук Уральского федерального университета (УрФУ, Екатеринбург). Выбор в качестве испытуемых студентов-психологов был обусловлен тем, что в предстоящей трудовой практике им часто придется работать с эмоциональными состояниями своих клиентов и своими собственными, поэтому представителям данной профессии крайне важно обладать развитым ЭИ.

В эксперименте приняли участие 56 человек – 8 юношей и 48 девушек в возрасте от 18 до 21 года, обучавшихся на 1-м курсе в двух академических группах – по специальностям «Общая психология» и «Клиническая психология». Предварительная диагностика показала отсутствие достоверных различий между характеристиками студентов указанных профилей подготовки, благодаря чему отпала необходимость комплектования специальных групп для проведения занятий, организованных в разных формах (тренинг / семинары). Общие психологи (26 человек – 3 юноши и 23 девушки) составили тренинговую группу, клинические психологи (30 человек – 5 юношей и 25 девушек) – семинарскую. Экспериментальный курс был включен в расписание первого семестра 2014–2015 учебного года: и тренинг, и семинары проводились как обычные занятия.

Тренинговые и семинарские занятия были направлены на формирование и/или развитие следующих выделенных в каждой из четырех зон ЭИ структурных компонентов:

- знаний маркеров своих отдельных эмоций и эмоций других;
- знаний о способах и приемах контроля интенсивности собственных и чужих эмоций;
- знаний о способах продуцирования своих и чужих эмоций;

- умений определять наличие эмоционального переживания у себя и у другого человека;
- навыков идентификации данного переживания, или умений точно устанавливать, какую именно эмоцию переживает человек;
- умений словесно выражать эмоциональные состояния;
- способности понимать механизмы запуска той или иной эмоции (причины, которые ее вызывают);
- знаний о последствиях, к которым ведет проявление какой-либо конкретной эмоции;
- способностей контролировать интенсивность своих и чужих эмоций, произвольно вызывать их у себя и у других людей;
- умений осуществлять фасилитацию мышления путем подбора более подходящей для ситуации эмоции.

Критерием устойчивости ЭИ для нас была стабильность итоговых показателей формирующего эксперимента по прошествии длительного периода – года и более. Поэтому через 17 месяцев (2016 г.) после завершения курса, формирующего ЭИ (2014 г.), были продублированы измерения результатов его эффективности. Диагностические процедуры полностью совпадали в начале и конце эксперимента.

Интервал между двумя замерами – констатирующим и контрольным – был выбран не случайно. При повторной диагностике требовалось замотивировать студентов на участие в уже известных процедурах, т. е. обосновать пользу и практическую значимость их воспроизведения. В программах второго семестра на 2-м курсе у обеих специальностей значится дисциплина «Психодиагностика», в рамках которой на одном из семинаров студенты проходили повторное тестирование и сравнивали свои настоящие показатели с теми, которые были установлены полтора года назад.

Показатели ЭИ на констатирующем и контрольном этапах работы диагностировались с использованием комплекса методик:

- опросника «Эмоциональный интеллект» Д. В. Люсина [26];
- теста «Социальный интеллект» Д. Гилфорда, который предполагает измерение некоторых выделенных нами компонентов;
- авторской методики кейсов, состоящей из заданий двух типов:
 - 1) предназначенных для определения уровня развития вербального выражения чувств – обширности активного словаря эмоций (показатель одного из компонентов академического ЭИ),
 - 2) направленных на определение умений опознавания вида лицевой экспрессии и ее вербального описания.

Результаты тестирования оценивались с помощью балльно-рейтинговой системы.

Для тестирования по методике Люсина были выделены 4 шкалы:

- межличностный ЭИ: 0–34 баллов – очень низкий; 35–39 – низкий; 40–46 – средний; 47–52 – высокий; 53 и выше – очень высокий;
- внутриличностный ЭИ: 0–33 баллов – очень низкий; 34–38 – низкий; 39–47 – средний; 48–54 – высокий; 55 и более – очень высокий;
- понимание эмоций: 0–34 баллов – очень слабое; 35–39 – слабое; 40–47 – среднее; 48–53 – высокий уровень понимания; 54 и более – очень высокий уровень;
- управление эмоциями: 0–33 баллов – очень слабое; 34–39 – слабое; 30–47 – среднее значение; 48–53 – высокий уровень; 54 и выше – очень высокий уровень развития умений и навыков.

В компонентах теста Гилфорда (четырёх субтестах и интегральном показателе) баллы шкалировались следующим образом:

- субтест 1 (познание классов эмоций для определения чувств и намерений индивида): 0–2 – низкие значения; 3–5 – ниже среднего; 6–9 – средние; 10–12 – выше среднего; 13–14 – высокие;
- субтест 2 (знание системных групп экспрессии: поз, жестов, мимики, выразительных движений, отражающих состояние человека): распределение баллов по отрезкам шкалы то же, что в субтесте 1, кроме высоких показателей – 13–15 баллов;
- субтест 3 (знания в области вербальной экспрессии и навыки ее преобразований): низкие, ниже среднего и средние значения такие же, как в субтестах 1 и 2; показатель уровня выше среднего – 10–11 баллов; высокого уровня – 12 баллов;
- субтест 4 (умения выявлять причины и результаты поведения по проявлениям каких-либо конкретных эмоций): 0–1 – низкие значения; 2–4 – ниже среднего; 5–8 – средние; 9–11 – выше среднего; 12–14 – высокие значения;
- интегральный показатель ЭИ: 0–12 – низкие значения; 13–26 – ниже среднего; 27–37 – средние; 38–46 – выше среднего; 47–55 баллов – высокие показатели.

В авторской методике для опознания лицевой экспрессии по фотографии максимальный показатель равнялся 14 баллам (каждому баллу соответствовала одна из опознанных эмоций); степень развития активной лексики эмоций оценивалась по количеству названных эмоций – чем больше их перечислял испытуемый, тем выше был присваиваемый ему балл, демонстрирующий уровень сформированности вербальной составляющей ЭИ.

Для выявления достоверности различий между показателями в одной и той же группе испытуемых в разные временные промежутки полученные данные обрабатывались с применением Т-критерия Вилкоксона.

Результаты исследования

Средние экспериментальные показатели, установленные по всем методикам в тренинговой группе, представлены в табл. 1а и 1б.

Таблица 1а

Устойчивость ЭИ в тренинговой группе обучающихся, установленная по методике Д. В. Люсина и авторской методике, средние баллы

Table 1a

Stability of the emotional intelligence of the “training sessions” group (verified through D. V. Lyusin’s questionnaire and the authors’ technique), average score

Год	Уровни составляющих эмоционального интеллекта					
	методика Д. В. Люсина			авторская методика		
	МЭИ	ВЭИ	ПЭ	УЭ	Фото	Словарь
2014	47,5	50,2	48,9	49	6,12	20,16
2016	45,2	50	47,6	47,5	6,16	22

Примечание: МЭИ – межличностный ЭИ; ВЭИ – внутриличностный ЭИ; ПЭ – понимание эмоций; УЭ – управление эмоциями; Фото – опознание лицевой экспрессии по фотографии; Словарь – активная лексика эмоций.

Таблица 1б

Устойчивость ЭИ в тренинговой группе обучающихся, установленная с помощью теста «Социальный интеллект» Д. Гилфорда, средние баллы

Table 1b

Stability of the emotional intelligence of the “training sessions” group (verified through D. P. Gilford’s Social Intelligence Test), average score

Год	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3	Субтест 4	Общий
2014	10	7,5	8,7	6,4	32, 6
2016	10,5	8,5	9,2	7	35,2

Из всех показателей в тренинговой группе заметно (на уровне значимости 0,05) изменились результаты только по субтесту 2: у студентов существенно выросла способность правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям: мимике, позам, жестам, движениям тела. Таким образом, несмотря на упоминавшиеся выше утверждения некоторых исследований о неизменности в студенческом возрасте уровня ЭИ [4, 5], интенсивный социально-психологический тренинг все же способен запустить процесс саморазвития, по крайней мере, одного из его главных структурных компонентов.

По другим субтестам (1, 3 и 4) нет достоверных различий, однако по каждому из субтестов наблюдался небольшой прирост показателей, суммарно дававший достоверное повышение (на уровне значимости 0,01)

интегративного результата эмоционального интеллекта, определявшегося по методике Гилфорда. Спустя продолжительный срок (17 месяцев) после тренинговых занятий у испытуемых продолжает развиваться способность извлекать информацию о поведении людей, ориентируясь на их эмоции, понимать язык невербального общения, прогнозировать действия окружающих в зависимости от их эмоциональных состояний.

Между результатами, полученными по опроснику Люсина и авторской методике, значимых различий (для определения достоверности которых использовался Т-критерий Вилкоксона) обнаружено не было, что говорит об устойчивости приобретенного в ходе тренинга уровня ЭИ.

Динамика средних показателей компонентов ЭИ в семинарской группе, выявленная нами при сравнении итогов тестирования и опроса испытуемых на констатирующем и контрольном этапах эксперимента, продемонстрирована в табл. 2а и 2б.

Как и в тренинговой группе, в семинарской не обнаружено значимых различий в результатах, вычисленных нами с помощью шкал методики Д. В. Люсина и подсчитанных согласно части авторской методики по распознаванию лицевой экспрессии. Это указывает на стабильность уровня ЭИ студентов, их способность анализировать мимические выражения чувств и достаточно точно их словесно описывать.

Таблица 2а

Устойчивость ЭИ в семинарской группе обучающихся, установленная по методике Д. В. Люсина и авторской методике, средние баллы

Table 2a

Stability of the emotional intelligence of the “workshop sessions” group (verified through D. V. Lyusin’s questionnaire and the authors’ technique), average score

Год	Уровни составляющих эмоционального интеллекта					
	методика Д. В. Люсина			авторская методика		
	МЭИ	ВЭИ	ПЭ	УЭ	Фото	Словарь
2014	47,7	46	46,5	47,2	6,8	24
2016	47,6	45,5	46,1	46,9	6,3	18,5

Примечание: МЭИ – межличностный ЭИ; ВЭИ – внутриличностный ЭИ; ПЭ – понимание эмоций; УЭ – управление эмоциями; Фото – опознание лицевой экспрессии по фотографии; Словарь – активная лексика эмоций.

По методике Гилфорда достоверные различия (на уровне значимости 0,01) установлены по субтесту 3, что подтверждает развитие у студентов за время, прошедшее после завершения семинаров, чувствительности к характеру и оттенкам человеческих отношений. Данное качество помогает быстро и правильно понимать то, что люди говорят друг другу (речевую экспрессию)

в контексте определенной ситуации и конкретных взаимоотношений. У обучающихся повысилась также способность находить тон, необходимый для конструктивного общения с разными собеседниками в зависимости от окружающей обстановки и обстоятельств. Остальные показатели по тесту Гилфорда (субтестам 1, 2, 4) также подросли, хотя незначительно. В целом зафиксирован прогресс интегративного показателя на уровне значимости 0,05. Иначе говоря, у студентов семинарской группы также со временем приумножились умения получать информацию о людях, анализируя их эмоции и язык невербального общения, прогнозировать поступки коммуникантов, опираясь на их эмоциональные состояния.

Таблица 2б

Устойчивость ЭИ в тренинговой группе обучающихся, установленная с помощью теста «Социальный интеллект» Д. Гилфорда, средние баллы

Table 2b

Stability of the emotional intelligence of the “training sessions” group (verified through D. P. Gilford’s Social Intelligence Test), average score

Год	Субтест 1	Субтест 2	Субтест 3	Субтест 4	Общий
2014	9,3	7,2	7,5	5,7	29,5
2016	10	7,8	9,3	6	33,1

Достоверное различие показателей выявлено и по части авторской методики «Словарь эмоций», однако здесь они (показатели) не стали лучше, а, наоборот, существенно снизились. Спустя продолжительный срок испытываемые семинарской группы употребляли меньше лексики, обозначающей эмоциональные состояния. Возможно, это объясняется тем, что на занятиях использовалось большое количество выражающих чувства слов, которые в обычной, повседневной жизни учащиеся употребляют редко или не употребляют вовсе и которые поэтому постепенно стали забываться студентами.

В отличие от семинаров, где применяется академический стиль обучения, устанавливающий определенные рамки для вербального общения, на тренингах каждая тема была обыграна и пропущена через личный опыт участников, каждый из которых должен был неоднократно словесно оформить собственное и чужое эмоциональное состояние, что способствовало более надежному закреплению терминологии и иного лексического материала.

Заключение

Таким образом, проведенное нами исследование показало, что в течение полутора лет после специально организованного курса тренинговых занятий у студентов, обучавшихся по специальности «Общая психология»,

происходило устойчивое развитие практически всех составляющих эмоционального интеллекта, что было зафиксировано при повторном тестировании испытуемых данной группы.

Улучшение показателей было отмечено по всем шкалам опросника Люсина, что указывает не только на сохранение достигнутого уровня ЭИ спустя продолжительное время после завершения тренинга, но и на появление более чуткого восприятия, тонкого понимания и корректного управления своими и чужими эмоциями. Подобные позитивные процессы обнаружены и в семинарской группе, обучавшейся по специальности «Клиническая психология».

Устойчивое развитие ЭИ в обеих экспериментальных группах подтвердили также результаты выполнения заданий по определению лицевой экспрессии: студенты приобрели и натренировали навыки распознавания эмоций по мимической выразительности и научились вербально формулировать и описывать наблюдаемые проявления чувств.

Повторная диагностика по методике «Социальный интеллект» Гилфорда выявила небольшое недостоверное увеличение показателей по отдельным шкалам и достоверный рост значений ЭИ по одной из шкал в каждой из студенческих групп.

У испытуемых, прошедших тренинг, таковой оказалась шкала субтеста 2, наглядно продемонстрировавшая перманентное развитие у студентов способности правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям: мимике, позам, жестам, движениям тела.

В семинарской группе произошло заметное приращение показателей по субтесту 3: у этой категории учащихся за 17 месяцев значительно повысилась чувствительность к характеру и оттенкам человеческих взаимоотношений, помогающая быстро и правильно понимать то, что люди говорят или хотят сказать друг другу (речевую экспрессию) с учетом конкретных обстоятельств и окружающей обстановки. Отмечена также и положительная динамика способности находить соответствующий тон с разными собеседниками в зависимости от контекста ситуации.

В обеих группах достоверно поднялся уровень интегративного показателя, что указывает на развитие у испытуемых умений извлекать информацию о поведении людей, опираясь на их эмоции, понимать язык невербального общения, прогнозировать поступки своих партнеров по коммуникации исходя из их эмоциональных состояний.

Процедуры вторичных замеров объема «словаря эмоций» не выявили достоверных изменений в тренинговой группе (хотя показатели несколько выросли), однако обнаружили утрату значимой части специальной лексики в семинарской группе. Данный факт свидетельствует о том, что

наиболее эффективным средством для выработки навыков вербального выражения эмоций и устойчивого формирования других компонентов ЭИ, которыми человек будет пользоваться в будущем, является тренинг, поскольку он дает возможность непосредственного «проживания» знания каждым его участником и позволяет на практике получить и закрепить опыт выстраивания конструктивных эмоциональных контактов.

На основе полученных в ходе эксперимента данных можно сделать вывод о том, что разработанная нами программа социально-психологического тренинга не только способствует поступательному устойчивому повышению уровня ЭИ, но и запускает механизмы саморазвития некоторых составляющих этого вида интеллекта. Прошедшие тренинг студенты начинают более внимательно относиться к невербальному поведению окружающих, чаще склонны к рефлексии причин собственных и чужих эмоциональных состояний. Причем чем больше они анализируют истоки (поводы) проявлений тех или иных эмоций, тем точнее могут прогнозировать их последствия в будущем. Подобная регулярная рефлексивная тренировка приводит к постепенному повышению уровня ЭИ.

Таким образом, первая часть гипотезы о том, что для приобретения и совершенствования практического ЭИ наиболее продуктивен социально-психологический тренинг, подтвердилось полностью. Второе предположение о семинарских занятиях как эффективной форме становления и развития академического ЭИ нашло частичное подтверждение.

Перспективным направлением продолжения исследований нам представляется детальное изучение механизмов, запускающих и поддерживающих устойчивое саморазвитие эмоционального интеллекта будущих специалистов для обеспечения их большей конкурентоспособности в быстро меняющихся социально-экономических условиях.

Список использованных источников

1. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R., Sitarenios G. Emotional intelligence as a standard intelligence // *Emotion*. 2001. V. 1. P. 232–242.
2. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // *Социальный интеллект: теория, измерение, исследования* / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. Москва: Институт психологии РАН, 2004. 176 с.
3. Куракина А. О. Модель психолого-педагогического сопровождения развития эмоционального интеллекта дошкольников // *Фундаментальные исследования*. 2013. № 11. С. 546–550.
4. Александрова А. А., Гудкова Т. В. Гендерный аспект в изучении эмоционального интеллекта у подростков // *Молодой ученый*. 2013. № 5. С. 617–622.
5. Двойнин А. М., Данилова Г. И. Эмоциональный интеллект и рефлексивность студентов-психологов // *Вестник ПСТГУ. Сер. IV: Педагогика. Психология*. 2012. Вып. 1 (24). С. 121–134.

6. Кутейников А. Н., Шандлоренко Д. Д. Эмоциональный интеллект как фактор адаптации к учебному процессу // *Фундаментальные исследования*. 2015. № 2. С. 5019–5024.
7. Светличная Т. Г., Зуева Е. Ю., Вилова К. Г. Эмоциональный интеллект как инструмент повышения медицинской эффективности здравоохранения // *Экология человека*. 2014. № 10. С. 54–60.
8. Рычкова О. В., Соина Н. А., Гуревич Г. Л. Эмоциональный интеллект при шизофрении // *Бюллетень Восточно-Сибирского научного центра СО РАМН*. 2013. № 6 (94). С. 59–64.
9. Шемет В. А., Карпюк В. А. Нарушения эмоционального интеллекта у пациентов с шизофренией // *Журнал Гродненского государственного медицинского университета*. 2013. № 2. С. 57–59.
10. Корнетов А. Н., Прядухина Н. И., Морева С. А., Еремина Е. П., Головаха Н. Э., Силаева А. В., Обуховская В. Б. Клиническое значение сниженных показателей эмоционального интеллекта учащихся средней общеобразовательной школы // *Вестник ТГПУ*. 2015. № 3 (156). С. 72–80.
11. Abdollahi A., Mansor Abu Talib. Emotional intelligence moderates perfectionism and test anxiety among Iranian students // *School Psychology International*. 2015. Vol. 36 (5). P. 498–512.
12. Корнилова Т. В., Новотоцкая-Власова Е. В. Соотношение уровней нравственного самосознания, эмоционального интеллекта и принятия неопределенности // *Вопросы психологии*. 2009. № 6. С. 61–71.
13. Штроо В. А., Серов С. Ю. Эмоциональный интеллект участников как фактор эффективности деловых переговоров // *Организационная психология*. 2011. Т. 1, № 1. С. 8–23.
14. Полянова А. М. Концепции эмоционального интеллекта в современной практике управления // *Теория и практика общественного развития*. 2015. № 2. С. 18–20.
15. Hui-Hua Z., Nicola S. Schutte Personality, emotional intelligence and other-rated task performance // *Personality and Individual Differences*. 2015. Vol. 87. P. 298–301.
16. Козлова Н. С., Комарова Е. Н. Эмоциональный интеллект и вовлеченность личности в интернет-среду // *Международный научно-исследовательский журнал*. 2015. № 7/4 (38). С. 120–122.
17. Родионова А. С. Исследование особенностей эмоционального интеллекта лиц, имеющих интернет-аддикцию // *Перспективы науки и образования*. 2013. № 6. С. 128–140.
18. Малыгин В. Л., Антоненко А. А., Вовченко Е. И., Искандирова А. Б. Особенности эмоционального и социального интеллекта среди интернет-зависимых подростков // *Медицинская психология в России*. 2011. № 5 [Электрон. ресурс]. Режим доступа: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 20.04.2018)
19. Иванова Е. С. Развитие эмоционального интеллекта в рамках программы подготовки специалистов-профайлеров // *Научный диалог*. 2012. № 6. С. 94–106.

20. Чиркина Е. А. Дидактические средства формирования эмоционального интеллекта студентов, будущих специалистов в сфере помогающих профессий // Вектор науки ТГУ. 2012. № 3 (10). С. 254–257.
21. Фурсова Д. В. Эмоциональный интеллект как условие учебной успешности студента-психолога // Мир науки, культуры, образования. 2013. № 5 (42). С. 87–89.
22. Gill Lesley J., Philip L. Ramsey, Sarah I. Leberman. A systems approach to developing emotional intelligence using the self-awareness engine of growth model // Systemic practice and action research. 2015, December. Vol. 28, Issue 6. P. 575–594.
23. Hodzic S., Pilar Ripoll, Consuelo Bernal. The effects of emotional competences training among unemployed adults: a longitudinal study // Applied psychology: health and well-being. 2015. № 7 (3). P. 275–292.
24. Белобородов А. М., Любякин А. А., Оконечникова Л. В. Активные методы формирования эмоционального интеллекта студентов-психологов // Педагогическое образование в России. 2015. № 11. С. 55–59.
25. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / пер. с англ. А. П. Исаевой. Москва; Владимир: АСТ; ВКТ, 2009.
26. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭИИ // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3–22.

References

1. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R., Sitarenios G. Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*. 2001; 1: 232–242.
2. Lyusin D. V. Sovremennye predstavleniya ob ehmocional'nom intellekte = Modern ideas of emotional intelligence. Social'nyj intellekt: Teoriya, izmerenie, issledovaniya = Social intelligence: Theory, measurement, research. Ed. by D. V. Lyusin, D. V. Ushakov. Moscow: Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences; 2004. 176 p. (In Russ.)
3. Kurakina A. O. Model of psychological and pedagogical support for development of emotional intelligence of preschool children. *Fundamental'nye issledovaniya = Fundamental Research*. 2013; 11: 546–550. (In Russ.)
4. Aleksandrova A. A., Gudkova T. V. Gender aspect in studying of emotional intelligence of teenagers. *Molodoj uchenyj = Young Scientist*. 2013; 5: 617–622. (In Russ.)
5. Dvojnin A. M., Danilova G. I. Emotional intelligence and reflexivity of students-psychologists. *Vestnik PSTGU. Ser. IV: Pedagogika. Psihologija = St. Tikhon's University Review. Series IV: Pedagogy, Psychology*. 2012; 1 (24): 121–134. (In Russ.)
6. Kutejnikov A. N., Shandlorenko D. D. Emotional intelligence as a factor of adaptation to educational process. *Fundamental'nye issledovaniya = Fundamental Research*. 2015; 2: 5019–5024. (In Russ.)
7. Svetlichnaya T. G., Zueva E. Yu., Vilova K. G. Emotional intelligence as an instrument to increase medical efficiency of health care. *Jekologija cheloveka = Human Ecology*. 2014; 10: 54–60. (In Russ.)
8. Rychkova O. V., Soina N. A., Gurevich G. L. Emotional intelligence in schizophrenia. *Byulleten' Vostochno-Sibirskogo nauchnogo centra SO RAMN = Bul-*

letin of the East Siberian Scientific Center of the Academy of Medical Sciences. 2013; 6 (94): 59–64. (In Russ.)

9. Shemet V. A., Karpyuk V. A. Violations of emotional intelligence among patients with schizophrenia *Zhurnal Grodnenskogo gosudarstvennogo medicinskogo universiteta = Journal of Grodno State Medical University.* 2013; 2: 57–59. (In Russ.)

10. Kornetov A. N., Pryaduhina N. I., Moreva S. A., Eremina E. P., Golova-ha N. Eh., Silaeva A. V., et al. The clinical significance of reduced indicators of emotional intelligence of secondary school students. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta = Tomsk State Pedagogical University Bulletin.* 2015; 3 (156): 72–80. (In Russ.)

11. Abdollahi A., Mansor Abu Talib. Emotional intelligence moderates perfectionism and test anxiety among Iranian students. *School Psychology International,* 2015; 36 (5): 498–512.

12. Kornilova T. V., Novotockaya-Vlasova E. V. Ratio of levels of moral consciousness, emotional intelligence and adoption of uncertainty. *Voprosy psihologii = Psychology Questions.* 2009; 6: 61–71. (In Russ.)

13. Shtroo V. A., Serov S. Yu. The emotional intelligence of participants as the factor of the efficiency of business negotiations. *Organizacionnaya psihologiya = Organizational Psychology.* 2011; 1 (1): 8–23. (In Russ.)

14. Polyanova L. M. Concepts of emotional intelligence in the modern practice of management. *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya = Theory and Practice of Social Development.* 2015; 2: 18–20. (In Russ.)

15. Hui-Hua Z., Nicola S. Schutte. Personality, emotional intelligence and other-rated task performance. *Personality and Individual Differences.* 2015; 87: 298–301.

16. Kozlova N. S., Komarova E. N. Emotional intelligence and involvement of a personality into the Internet environment. *Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal = International Research Journal.* 2015; 7/4 (38): 120–122. (In Russ.)

17. Rodionova A. S. Research on the features of emotional intelligence of the persons with Internet addiction. *Perspektivy Nauki i Obrazovaniya = Prospects of Science and Education.* 2013; 6: 128–140. (In Russ.)

18. Malygin V. L., Antonenko A. A., Vovchenko E. I., Iskandirova A. B. Features of emotional and social intelligence among Internet and dependent teenagers. *Medicinskaya psihologiya v Rossii = Medical Psychology in Russia.* 2011 [cited 2018 Apr 20]; 5. Available from: <http://medpsy.ru> (In Russ.)

19. Ivanova E. S. Development of emotional intelligence within the program of training of experts-profilers. *Nauchnyj dialog = Scientific Dialogue.* 2012; 6: 94–106. (In Russ.)

20. Chirkina E. A. Didactic means of formation of emotional intelligence of students, future experts in the sphere of the caring professions. *Vektor nauki Tol'yattinskogo gosudarstvennogo universiteta = Science Vector of Togliatti State University.* 2012; 3 (10): 254–257. (In Russ.)

21. Fursova D. V. Emotional intelligence as the condition of educational success of the student-psychologist. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya = World of Science, Culture, Education*. 2013; 5 (42): 87–89. (In Russ.)

22. Gill Lesley J., Philip L. Ramsey, Sarah I. Leberman. A systems approach to developing emotional intelligence using the self-awareness engine of growth model. *Systemic Practice and Action Research*. 2015 Dec; 28 (6): 575–594.

23. Hodzic S., Pilar Ripoll, Consuelo Bernal. The effects of emotional competences training among unemployed adults: a longitudinal study. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2015; 7 (3): 275–292.

24. Beloborodov A. M., Lyubyakin A. A., Okonechnikova L. V. Active methods of formation of emotional intelligence of students-psychologists. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii = Pedagogical Education in Russia*. 2015; 11: 55–59. (In Russ.)

25. Goulman D. Jemocional'nyj intellekt = Emotional intelligence. Translated from English by A. P. Isaeva. Moscow; Vladimir: Publishing Houses ACT; VKT; 2009. (In Russ.)

26. Ljusin D. V. A new technique for measuring emotional intelligence: Emotional Intelligence (EmIn) questionnaire. *Psihologicheskaja diagnostika = Psychological Diagnostics*. 2006; 4: 3–22. (In Russ.)

Информация об авторах:

Белобородов Антон Михайлович – аспирант кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета, Екатеринбург, Россия. E-mail: beloborodov09@mail.ru

Сыманюк Эльвира Эвальдовна – доктор психологических наук, профессор, директор Уральского гуманитарного института, заведующая кафедрой общей и социальной психологии Уральского федерального университета, Екатеринбург, Россия. E-mail: apy.fmpk@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 12.01.2018; принята в печать 20.06.2018.
Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Information about the authors:

Anton M. Beloborodov – Graduate Student, Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin, Yekaterinburg, Russia. E-mail: beloborodov09@mail.ru

Elvira E. Symaniuk – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Director of the Ural Humanitarian Institute, Head of the Department of General and Social Psychology, Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin, Yekaterinburg, Russia. E-mail: apy.fmpk@rambler.ru

Received 12.01.2018; accepted for publication 20.06.2018.

The authors have read and approved the final manuscript.