УДК 378.1:159.9

Гущик Д.Г., Пресняков Д.С.

**ИЗУЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ ВГМУ**

Научный руководитель: ст. преподаватель Петрович C.А.

*УО «Витебский государственный медицинский университет», г. Витебск*

**Аннтотация.** В работе рассматривается понятие эмоционального интеллекта, определяются функции и его значение для развития личности. Приведены результаты исследования по изучению эмоционального интеллекта среди группы студентов 2-го курса лечебного факультета.

**Ключевые слова:** личность, эмоции, эмоциональный интеллект, уровень, модель.

**Введение.** Эмоциональный интеллект (EQ) представляет собой способность личности распознавать собственные и чужие эмоции, понимать причины поведения других людей, их мотивы и желание, а также умение пользоваться данными навыками для решения жизненных задач.

EQ является одним из наиболее важных аспектов нашей жизни, поскольку он связан с нашей способностью распознавать, осознавать и управлять собственными эмоциями. Это возможность ориентироваться в различных социальных ситуациях, а также реагировать на них приемлемым образом. Существует мнение, что эмоциональный интеллект играл немаловажную роль в эволюции человечества. В доисторические времена люди жили в маленьких племенах, где общение с себе подобными было необходимо для выживания. При этом люди с высоким уровнем понимания других (в современном понимании, с высоким EQ) могли лучше адаптироваться к изменяющейся среде. Это помогало им создавать более крепкие социальные связи, решать жизненные проблемы и бороться с угрозами.

Уровень эмоционального интеллекта может служить определяющим фактором успеха в различных областях жизни, таких как личные отношения, работа, образование и т.д. Например, люди с высоким уровнем EQ, как правило, имеют благоприятные отношения с коллегами и руководством, при этом испытывая большую удовлетворенность своей работой. Эмоциональный интеллект также имеет влияние на психическое здоровье человека. Индивиды с более высоким его уровнем реже подвержены депрессии, тревоге и стрессу (Gross & John, 2003). Это связано с их способностью эффективно управлять собственными эмоциями и справляться со стрессом здоровыми способами. Также высокий уровень EQ способствует успешности в таких социально значимых сферах, как образование и медицина. Доказана взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и синдромом эмоционального выгорания у врачей: уровень EQ положительно коррелирует с верой в эффективность собственных действий и отрицательно – с редукцией личностных достижений.

Концепция эмоционального интеллекта была введена в научный оборот в 1920-х годах ХХ века. Одним из первых ученых, кто начал изучать эту область, был американец Эдвард Ли Торндайк. В 1920 году он опубликовал статью, в которой описал его как «способность понимать и управлять людьми и вести себя мудро в человеческих отношениях». Торндайк подчеркнул, что эмоциональный интеллект отличается от академического или абстрактного интеллекта, и его нельзя измерить с помощью стандартных интеллектуальных тестов. В 1940-х и 1950-х годах исследование эмоционального интеллекта продолжилось, а в 1980-х - 1990-х годах наступил период расцвета данной теории. Особую роль здесь сыграл научный журналист и психолог Дэниел Гоулман, который внес значительный вклад в популяризацию концепции эмоционального интеллекта. Гоулман утверждал, что эмоциональный интеллект, включая способности к саморегуляции, самосознанию, сочувствию и управлению социальными отношениями, является ключевым фактором личностного успеха и лидерства.

В начале XXI века было опубликовано множество новых работ таких авторов, как Петр Соловей, Джон Майер, Говард Гарднер. Ежегодно проводятся новые исследования, в том числе и представителями белорусской науки (И.Н. Андреева). Также можно отметить, что в последние десятилетия интерес к эмоциональному интеллекту значительно вырос благодаря развитию нейронауки и психологии. Современные исследования фокусируются на изучении механизмов, лежащих в основе социального восприятия, эмпатии, социального воздействия и принятия решений в социальном контексте. Ученые изучают, как эмоциональный и социальный интеллект связаны с другими видами интеллекта и как они влияют на успех в жизни, работе и межличностных отношениях. Особенно актуальны исследования эмоционального интеллекта в вопросах личностной эффективности, повышения стрессоустойчивости. Также активно проводятся исследования искусственного интеллекта.

На сегодняшний день в психологии существует несколько моделей эмоционального интеллекта, самая популярная из которых смешанная модель Дэниела Гоулмана. Она включает в себя следующие компоненты:

а) управление эмоциями –способность человека контролировать себя, управлять собственным поведением и приспосабливаться к изменениям окружающего мира;

б) самомотивация –умение определять внутреннюю мотивацию, стремиться к достижению поставленных целей, преодолевая препятствия;

в) эмпатия –способность понимать и переживать эмоции окружающих людей, уважать и учитывать их точку зрения, чувства при принятии решений;

г) распознавание эмоций–способность к эффективному взаимодействию и разрешению конфликтов с учетом анализа поведения других людей;

д) эмоциональная осведомленность –способность распознавать эмоции, мотивацию поведения, понимать цели и жизненные ценности.

**Целью работы** является изучении теоретических основ понятия «эмоциональный интеллект», а также исследование его уровня у группы студентов 2-го курса лечебного факультета.

**Материалы и методы исследования:** изучение и анализ литературных источников, проведение онлайн- и оффлайн-анкетирования студентов**.**

Для проведения исследования была выбрана методика «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла. В исследовании приняло участие 154 студента 2 курса лечебного факультета, 114 из них – девушки, 40 – юноши. Полученные результаты отражены в таблице 1.

**Таблица 1.** Уровень эмоционального интеллекта у студентов ВГМУ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Девушки** | **Юноши** |
|  | **низкий** | **средний** | **высокий** | **низкий** | **средний** | **высокий** |
| **Общий уровень EQ** | 61,4% | 36,8% | 1,8% | 62,5% | 35% | 2,5% |
| **Эмоциональная осведомленность** | 29,8% | 43% | 27,2% | 37,5% | 40% | 22,5% |
| **Эмпатия** | 43,9% | 40,2% | 15,9% | 32,5% | 45% | 22,5% |
| **Самомотивация** | 52,6% | 35,1% | 12,3% | 60% | 27,5% | 12,5% |
| **Управление своими эмоциями** | 80,7% | 16,7% | 2,6% | 65% | 22,5% | 12,5% |
| **Распознавание эмоций других** | 50,8% | 34,2% | 15% | 45% | 30% | 25% |

**Результаты исследования** показали, что общий уровень EQ низкий у большинства студентов (более 60%). Исходя из результатов по шкалам, такие показатели, как «эмпатия», «управление своими эмоциями» и «распознавание эмоций других» также имеют низкие показатели. Есть и определенные гендерные отличия: управление эмоциями имеет очень низкие показатели у девушек (80,7% опрошенных) и 65% у юношей. При этом из всех шкал наиболее высокие показатели набрала эмоциональная осведомленность.

**Выводы. Р**езультаты исследования указывают на недостаточную развитость эмоционального интеллекта у студентов, при том, что в профессиях сферы «человек-человек», к которым относится и профессия врача, высокий уровень эмоционального интеллекта является профессионально-важным качеством.

Полученные данные могут быть использованы с целью оптимизации условий для развития эмоционального интеллекта студентов в процессе обучения. Это может включать следующие компоненты:

- развитие коммуникативных навыков: разработка и проведение тренингов по коммуникативным навыкам и эмоциональному интеллекту могут значительно улучшить способность студентов к социальному взаимодействию;

- участие в групповых проектах: работа над общими задачами способствует развитию навыков командной работы, лидерства и управления конфликтами;

- социальная интеграция: Привлечение студентов к участию в студенческих организациях, клубах и общественных мероприятиях способствует развитию социального интеллекта за счет расширения социального круга и общения с разнообразными людьми.

**Список литературы:**

1. Андреева, И.Н. Азбука эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева. – М.: БХВ-Петербург, 2019. – 549 c.

2. Воронова, И.О. Особенности эмоциональной сферы подростков / И.О. Воронова. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2022. – № 46 (441). – С. 110–111. – URL: https://moluch.ru/archive/441/96541.

3. Краснопольская, Н.С. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и жизнестойкости студентов вуза [Электронный ресурс] / Н.С. Краснопольская // Вестник БГУ. – 2012. – № 1(2).

4. Наймушина, Л.М. История становления понятия «эмоциональный интеллект» в психологической науке [Электронный ресурс] / Л.М. Наймушина // Педагогика: история, перспективы. – 2020. – № 4.

5. Савенкова, Т.Д.Эволюция представлений о социальном интеллекте в отечественных и зарубежных исследованиях / Т.Д. Савенкова, С.И. Карпова // Психолого-педагогический журнал «Гаудеамус», 2020. – Т. 19. – № 4 (46). – С. 7–18.

6. Goleman, D. Working with emotional intelligence. – New York: Bantam Books, 1998.