

ДИНАМИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК РЕСУРСА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ

Гукаленко О.В.¹

¹ФГБНУ «Институт стратегии развития образования Российской академии образования», Москва, e-mail: olga.gukalenko@mail.ru

Статья посвящена проблеме развития социально-личностных компетенций будущих специалистов сферы образования. Рассматриваются проблемные вопросы влияния содержания и форм организации системы профессиональной подготовки будущих психологов и педагогов. На основе анализа теоретических моделей эмоционального интеллекта и копинга обосновывается их связь, актуализирующая задачу развития эмоционального интеллекта студентов психолого-педагогических специальностей как личностного ресурса совладания с трудными ситуациями в повседневной жизнедеятельности и профессиональной сфере активности. Подчеркивается роль и необходимость мониторинга уровня развития эмоционального интеллекта как ценной социально-личностной компетенции будущих специалистов сферы образования. Представлены результаты констатирующего эксперимента по выявлению динамики развития эмоционального интеллекта и доминирующих копинг-стратегий на выборке студентов за период с первого по четвертый курсы обучения. Приведены значимые на статистическом уровне различия уровней развития структурных компонентов эмоционального интеллекта и ведущих копинг-стратегий у будущих специалистов сферы образования, произошедших за время их обучения в бакалавриате. Проанализированы и проинтерпретированы результаты процедуры множественной регрессии, где предикторами выступают структурные компоненты эмоционального интеллекта, а зависимыми переменными – копинг-стратегии будущих психологов и педагогов, обучающихся на первой ступени высшего профессионального образования.

Ключевые слова: копинг, стратегии копинга, эмоциональные ресурсы копинг-поведения, эмоциональный интеллект.

DYNAMICS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A RESOURCE OF COOPERATION BEHAVIOR OF FUTURE SPECIALISTS IN THE SOCIAL AND EDUCATIONAL SPHERE

Gukalenko O.V.¹

Institute for Education Development Strategy of the Russian Academy of Education, Moscow, e-mail: olga.gukalenko@mail.ru

The article is devoted to the problem of development of social and personal competencies of future specialists in the field of education. The problematic issues of the influence of the content and forms of organization of the system of professional training of future psychologists and teachers are considered. Based on the analysis of theoretical models of emotional intelligence and coping, their connection is substantiated, which actualizes the task of developing the emotional intelligence of students of psychological and pedagogical specialties as a personal resource for coping with difficult situations in everyday life and professional activity. The role and necessity of monitoring the level of development of emotional intelligence as a valuable social and personal competence of future specialists in the field of education is emphasized. The results of a stating experiment to identify the dynamics of emotional intelligence development and dominant coping strategies on a sample of students for the period from the first to the fourth year of study are presented. The statistically significant differences in the levels of development of the structural components of emotional intelligence and leading coping strategies among future specialists in the field of education, which occurred during their undergraduate studies, are presented. The results of the multiple regression procedure are analyzed and interpreted, where the structural components of emotional intelligence act as predictors, and the coping strategies of future psychologists and teachers studying at the first stage of higher professional education are the dependent variables.

Keywords: coping, coping strategies, emotional resources of coping behavior, emotional intelligence.

Сфера непрерывного образования сегодня – одна из важнейших составляющих социокультурного пространства, в котором происходит процесс социализации подрастающего поколения и профессионально-личностное развитие и саморазвитие зрелого субъекта. Профессиональная деятельность специалистов сферы образования – сложнейший участок работы, где востребованы как узкоспециальные компетенции, так и охватывающие широкий спектр свойств и процессов социально-личностные ресурсы педагога, поскольку субъект трудовой деятельности находится в условиях непосредственного общения с другими людьми, априори «окрашенного» эмоциональными процессами, его сопровождающими [1]. Решая вопросы педагогического и психологического сопровождения субъектов образовательного процесса, специалисты (педагоги, психологи) используют свои индивидуальные, в частности когнитивные и эмоциональные ресурсы, для решения возникающих перед ними задач, время от времени приобретающих качества проблемных ситуаций и требующих от субъекта профессиональной деятельности совладания с ними [2].

Роль эмоциональных ресурсов личности в регуляции жизнедеятельности, в том числе совладающего поведения, как указывают эксперты в области копинга [3; 4], в современной психологии остается малоизученной. Данное указание справедливо и для сферы труда, где социально-личностные компетенции – социальный, эмоциональный интеллект, востребованные в ситуациях педагогического взаимодействия, проблемных ситуациях и определяющие успешность их разрешения, остаются недостаточно исследованными. Научному сообществу следует также уделить внимание изучению динамики социально-личностных, когнитивных и эмоциональных ресурсов будущих специалистов сферы образования в процессе профессионального обучения, отражающейся в совладающем поведении, с целью упреждающей адаптации и профилактики синдрома психологического выгорания в профессиональной деятельности.

На этапе анализа психологических концепций и критического обзора эмпирических исследований в выбранном проблемном поле были определены теоретико-методологические и методические основы изучения интересующих нас феноменов. Эмоциональный интеллект будущих специалистов сферы образования в исследовании рассматривается в русле модели, предложенной J.D. Mayer, P. Salovey и D. Caruso, как «способность осознавать смысл эмоций, точно оценивать и выражать эмоции, ассимилировать эмоциональный опыт и использовать эти знания для регуляции как своих, так и чужих эмоций, понимания причин возникновения проблем и их решения» [5], а также «как способность точно понимать, оценивать и выражать эмоции» (S. Sharma [6]). Мы полагаем, что эмоциональный интеллект может пониматься как совокупность социально-перцептивных, рефлексивных, экспрессивных ресурсов, составляющих

индивидуальность, позволяющих субъекту взаимодействия познавать, осознавать, осмысливать и, как следствие, оказывать регулирующее влияние на собственные эмоциональные процессы и состояния и эмоции других людей. Адаптивная и регулятивная функции эмоционального интеллекта в настоящее время активно исследуются (О.В. Гукаленко, Е.В. Ерохина, Д.В. Люсин, А.С. Петровская и др.), поскольку открывают перспективы, в том числе определения новых подходов в психологической помощи субъекту жизнедеятельности, переживающему стресс; эмоциональный интеллект выступает важнейшей составляющей педагогического взаимодействия [7].

Говоря о копинге, или совладании, мы имеем в виду динамический процесс осознанного приложения личностью усилий, направленных на снижение влияния стресса в субъективно или объективно трудной ситуации (Р. Лазарус, С. Фолкман и др.). Стратегии совладающего поведения – это те приемы и способы, с помощью которых и происходит процесс совладания [3; 4]. Исследования показывают, что копинг-стратегии связаны с эмоциональным интеллектом (см., например: [8]), а выбор той или иной стратегии может зависеть от разных факторов: личностных характеристик, возраста, ситуации, имеющихся у человека когнитивных, эмоциональных и социальных ресурсов [1; 4; 9].

Цель нашего исследования – определить динамику уровня развития внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта и особенности его влияния на копинг-стратегии, характерные для студентов психолого-педагогических специальностей на разных курсах профессионального обучения.

Материалы и методы исследования

Исследование проводилось в 2018-2021 гг. на базе ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов» (Россия) и УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» (Беларусь). Тестированием было охвачено 114 студентов дневной формы обучения первой ступени высшего образования, обучающихся на специальностях педагогического и психологического профиля. Возраст испытуемых варьировал от 17 до 23 лет, из них 58 – студенты российского и 56 – белорусского учреждений образования. Срезы проводились на первом и на четвертом курсах обучения у студентов одних и тех же выборок, что позволило выявить динамику изучаемых переменных.

Методы исследования: критический обзор имеющихся концепций эмоционального интеллекта и копинга, тестирование студентов с применением опросника уровня развития эмоционального интеллекта (ЭМИн) Д.В. Люсина [10] и юношеской копинг-шкалы (ЮКШ - ACS) в адаптации Т.Л. Крюковой [3]; Т-критерий Вилкоксона для сравнения изучаемых признаков,

полученных на выборке студентов в периоды их обучения на первом и четвертом курсах обучения; U-критерий Манна-Уитни для сравнения изучаемых психологических показателей у российских и белорусских студентов; процедура множественного регрессионного анализа, где предикторами выступают структурные компоненты эмоционального интеллекта, а зависимыми переменными – копинг-стратегии будущих психологов и педагогов.

На первом этапе нашего исследования была подвергнута проверке частная гипотеза о различиях изучаемых психологических переменных у студентов российской и белорусской выборок. Применение критерия сравнения U Манна-Уитни позволило отвергнуть поставленную гипотезу вследствие отсутствия достоверных различий между студентами названных выборок (эмпирическое значение критерия $U=843$ при уровне значимости $p=0,861 > 0,05$). Далее анализ полученных результатов диагностики студентов российского и белорусского учреждений образования проводился как для единой выборки.

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты диагностики студентов в периоды их обучения на первом и четвертом курсах бакалавриата по показателям эмоционального интеллекта представлены на рисунке 1.

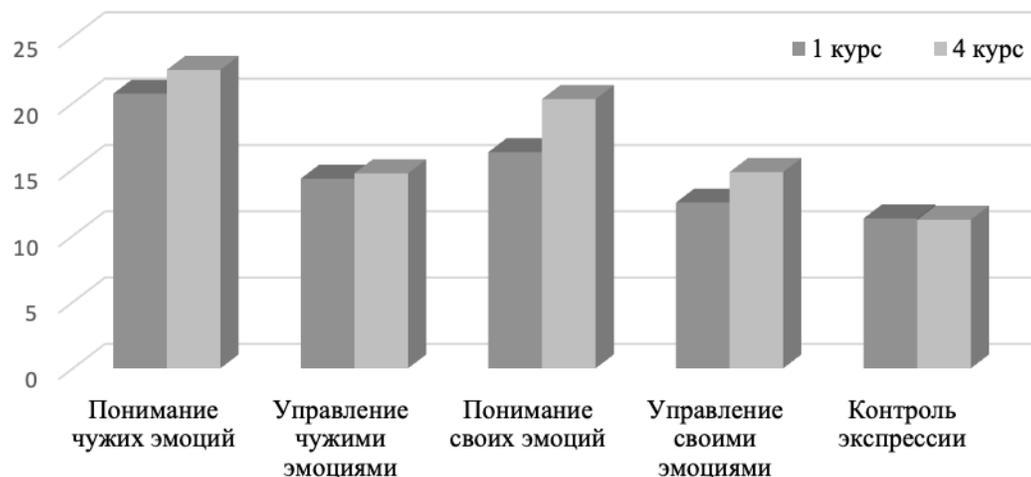


Рис. 1. Показатели эмоционального интеллекта студентов на первом и четвертом курсах

Динамика показателей понимания студентами эмоций носит закономерный характер, свойственный процессам самопознания: субъект взаимодействия сперва научается распознавать и определять эмоции у другого, а затем выявлять и дифференцировать их у самого себя, что отражено на графике в более высоких показателях понимания чужих эмоций по сравнению со своими собственными у студентов первого курса. На этапе завершения обучения в бакалавриате студенты в 1,3 раза выше оценивают свои способности в понимании собственных эмоциональных

переживаний по сравнению с одноименным показателем на первом курсе, что косвенно свидетельствует о влиянии специальных дисциплин педагогической и психологической направленности на развитие процессов рефлексии и осмысления студентами процессов их внутренней реальности. Средние значения показателей управления эмоциями свидетельствуют, что к четвертому курсу студенты приобретают компетенции, позволяющие осуществлять регуляцию их переживаний, в то время как умения оказывать влияние на эмоциональные процессы у субъектов взаимодействия у них сформированы в меньшей степени. Применение критерия Т-Вилкоксона для сравнения показателей эмоционального интеллекта, полученных на выборке студентов в периоды их обучения на первом и четвертом курсах обучения, позволило подтвердить статистическую значимость различий у них показателей эмоционального интеллекта «понимание своих эмоций» ($T=21,0$; $p \leq 0,001$), «понимание чужих эмоций» ($T=18$; $p \leq 0,01$), «управление своими эмоциями» ($T=29,0$; $p \leq 0,05$) и отсутствие достоверных различий по показателю «управление чужими эмоциями» ($T=2,0$; $p > 0,05$) и «контроль экспрессии» ($T=4,5$; $p > 0,1$).

Анализ интегративных показателей эмоционального интеллекта студентов, полученных в период их обучения на первом и четвертом курсах (рис. 2), дает основания утверждать, что к окончанию обучения бакалавры развивают рефлексивно-перцептивные умения и навыки к распознаванию, определению, дифференцированию субъективных переживаний; у них также повышается уровень развития социально-перцептивных компетенций, позволяющих понимать эмоции и чувства субъектов взаимодействия, при этом развитие внутриличностного эмоционального интеллекта происходит более интенсивно, чем межличностного.

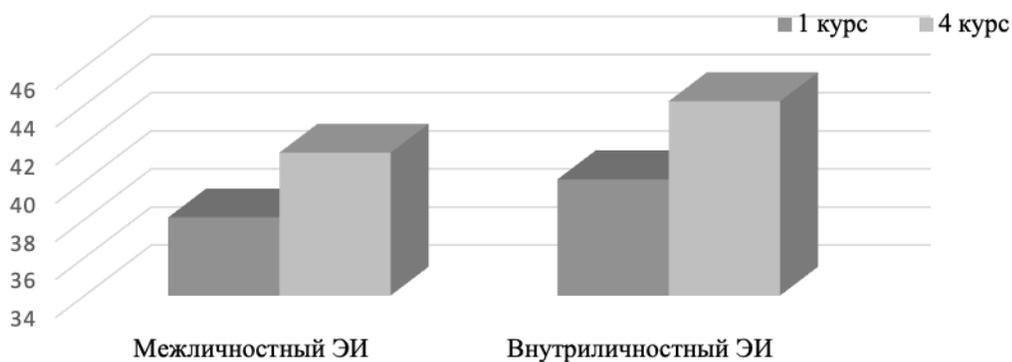


Рис. 2. Интегративные показатели эмоционального интеллекта студентов на первом и четвертом курсах

Ведущие стратегии совладающего поведения у студентов выявлялись с помощью опросника «Юношеская копинг-шкала». Результаты диагностики студентов в период их обучения на первом и четвертом курсах по показателям стресс-копинга представлены на рисунках 3 и 4.

Динамика показателей конструктивного и личностно ориентированного стресс-копинга у студентов с первого по четвертый курс носит неравномерный характер. На выпускном курсе студенты чаще, чем на начальном этапе обучения, склонны использовать социально ориентированные стратегии совладания с трудностями: использование ресурса социальной поддержки, обсуждение проблемы с другими в социальных сетях и при непосредственном общении. Повышается также мотивация активных действий, направленных на разрешение проблемы, и готовность обращаться за помощью к специалистам соответствующего профиля и квалификации для эффективного преодоления трудности и снижения риска несовладания с проблемной ситуацией. Однако снижается мотивация студентов обращаться к ресурсу переосмысления ценностей и изменения приоритетов, отраженных в стратегии копинга «духовность».

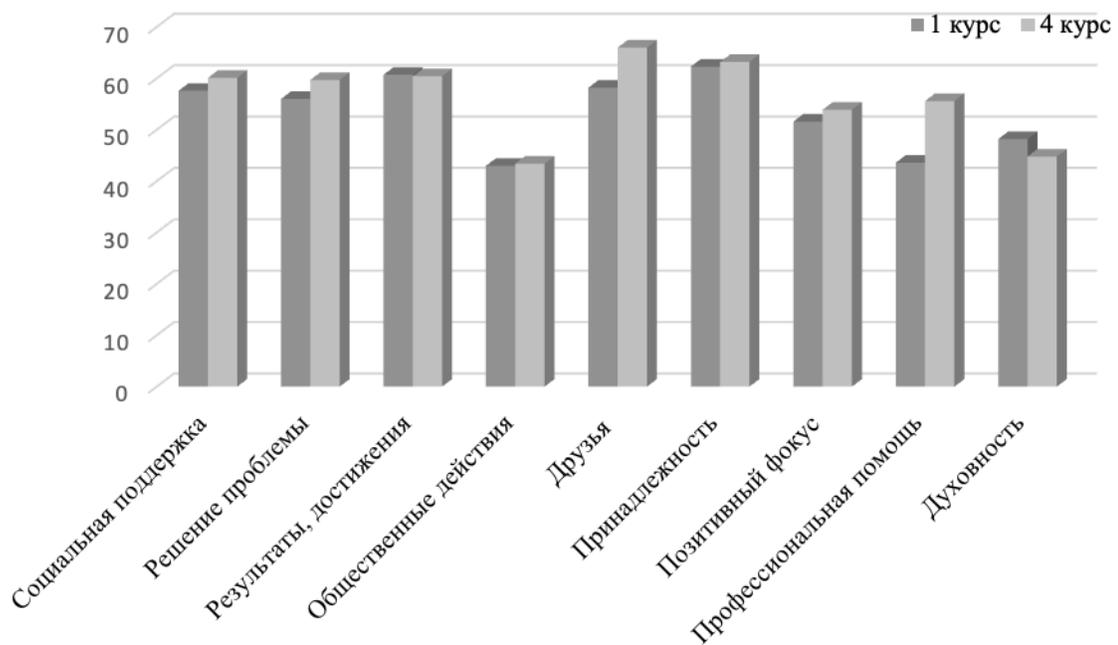


Рис. 3. Показатели высокопродуктивных стратегий совладания у студентов на первом и четвертом курсах

Вместе с тем на выпускном курсе бакалавриата студенты склонны увеличивать частоту использования стратегий копинга «активный отдых» и «отвлечение», традиционно классифицируемых в литературе как низкопродуктивные применительно к решению актуальной

трудной жизненной ситуации, но позволяющих «получить отсрочку, передышку» и совладать со стрессовыми обстоятельствами, перешедшими в статус «хронических» (рис. 4). В исследованиях [1; 11] также было доказано, что данные стратегии адаптивны и повышают уровень психологического (эмоционального) благополучия тех субъектов жизнедеятельности, которые находятся в обстоятельствах выраженного повседневного стресса и объективно не имеют возможности изменить обстоятельства «внешне трудного мира» [12].

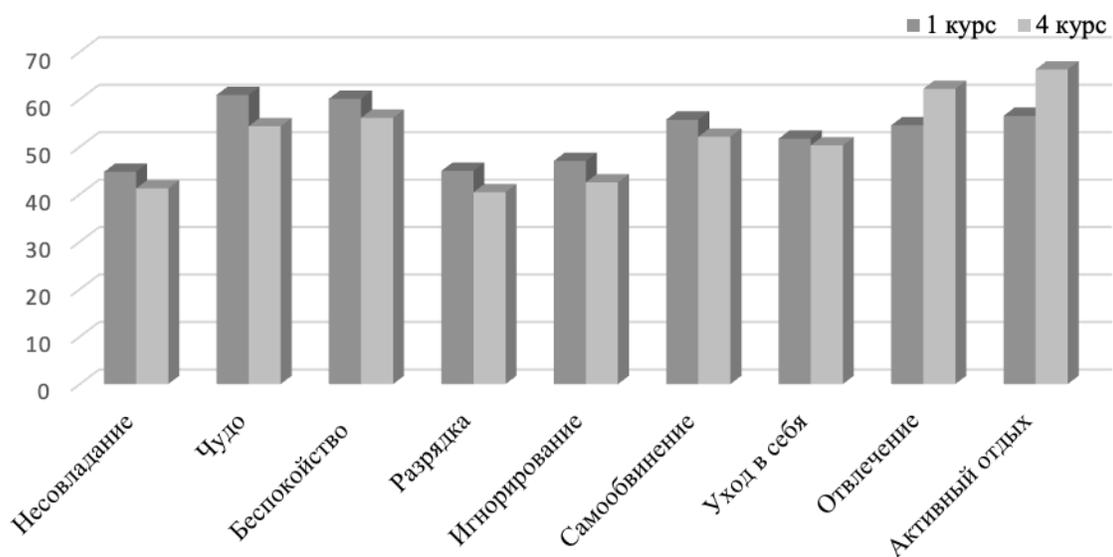


Рис. 4. Показатели низко- и среднепродуктивных стратегий совладания у студентов на первом и четвертом курсах

Показательно, что к четвертому курсу обучения снижается частота использования студентами непродуктивных стратегий копинга, характерных ранее для них на первом курсе бакалавриата: разрядки, или активного отреагирования эмоций; упования на вмешательство высших сил, а также людей, компетентных в решении возникшей проблемы, или изменение обстоятельств (копинг-стратегия «чудо»); игнорирования объективных трудностей; стратегий беспокойства, самообвинения и несовладания с объективно или субъективно трудной ситуацией.

Проверка главной гипотезы о влиянии уровня развития структурных показателей эмоционального интеллекта (предикторы) на выбор студентами на разных курсах их обучения той или иной стратегии стресс-копинга (зависимая переменная) была осуществлена с помощью процедуры множественного регрессионного анализа, позволяющего выявить совместное влияние различных предикторов на зависимую переменную.

Закономерности использования студентами стратегий эмоционально ориентированного стресс-копинга на первом курсе в зависимости от уровня понимания своих эмоций имеет

признаки противоречия, поскольку глубина дифференцирования и рефлексирования собственных переживаний при низко развитых умениях регуляции эмоциональных процессов ведет к усилению беспокойства, самообвинения, ухода в себя, несовладания со стрессом; в то же время совместное влияние уровня развития внутриличностного интеллекта и уровня сформированности умений управления своими эмоциями определяет выбор стратегий социально ориентированного копинга (табл. 1).

Таблица 1

Результаты множественной регрессии для показателей эмоционального интеллекта (переменные-предикторы) и стратегий совладания студентов (зависимые переменные) на первом курсе обучения

Предиктор(ы)	Зависимые переменные					
	Друзья	Беспокойство	Несовладание	Уход в себя	Самообвинение	
Понимание своих эмоций		Бета= 0,445		Бета= 0,555 F=1,454 P=0,0234	Бета= 0,678 F=4,039 p=0,020	Бета= 0,781 F=4,039 p=0,0006
Управление своими эмоциями	Бета= 0,441	Бета= -0,436 F=3,964 p=0,0060	F=4,039 p=0,0054			
Внутриличностный эмоциональный интеллект	Бета= 0,608					

Таким образом, погружение и «препарирование» мира собственных эмоциональных процессов студентом-первокурсником стимулирует его к переживанию определенного кризиса в развитии копинг-стратегий как «психологического инструментария» для преодоления трудностей жизненного пути. Данный факт свидетельствует о необходимости комплексной работы социально-психологических служб и профессорско-преподавательского состава учреждений высшего профессионального образования по информированию и консультированию студентов-первокурсников по широкому спектру проблем на этапе адаптации к новой социальной ситуации развития, особенностям организации и контроля учебно-профессиональной деятельности, установлению социальных контактов, бытовым вопросам с целью снижения рисков эмоционального неблагополучия обучающихся.

К четвертому курсу обучения зависимость стресс-копинга от уровня развития эмоционального интеллекта отражает сдвиг с эмоционально ориентированного на проблемно и социально ориентированный копинг в той мере, в какой оказывается развита способность субъекта регулировать собственные переживания, управлять экспрессивным и импрессивным компонентами эмоциональных реакций. Компоненты внутриличностного эмоционального интеллекта оказывают прямое влияние на стратегию поиска четверокурсниками смыслов полезности для опыта и личностного роста, сохранения оптимистичного стиля атрибутирования событий. Уровень развития межличностного интеллекта прямым образом, а уровень понимания своих эмоций – обратным образом – совместно влияют на склонность студентов-выпускников к использованию стратегии отвлечения от проблемы (табл. 2).

Таблица 2

Результаты множественной регрессии для показателей эмоционального интеллекта (переменные-предикторы) и стратегий совладания студентов (зависимые переменные) на четвертом курсе обучения

Предиктор(ы)	Зависимые переменные						
	Социальная поддержка	Друзья	Позитивный фокус		Решение проблемы	Активное отвлечение	
Управление своими эмоциями	Бета=0,313 F=5,205 p=0,0028	Бета=0,632 F=5,927 p=0,0043	Бета=0,500	F=5,964 p=0,0003	Бета=0,277 F=6,849 p=0,0020		
Понимание своих эмоций			Бета=0,430		Бета=-0,320	F=5,516 p=0,0007	
Межличностный эмоциональный интеллект					Бета=0,390		

Результаты исследования, с одной стороны, демонстрируют высокую ценность процесса получения психолого-педагогического образования для прогрессивного развития личностных, в частности эмоциональных, ресурсов стресс-копинга субъекта жизнедеятельности, с другой – доказывают необходимость создания в системе профессионального образования условий, стимулирующих к развитию эмоционального интеллекта обучающихся в направлении от понимания – к управлению миром эмоций, от осознания и дифференцирования – к «овладению»

эмоциями, к саморегуляции эмоционального фона посредством специальных приемов психологической самопомощи и поддержки [11].

Заключение. Выявленные закономерности динамики внутриличностного и межличностного эмоционального интеллекта и влияния уровня развития их компонентов на копинг-стратегии, характерные для будущих специалистов сферы образования, углубляют научные знания об эмоциональных ресурсах стресс-копинга студентов и могут использоваться специалистами служб социально-психологической помощи в учреждениях высшего образования при разработке семинаров-тренингов, направленных на повышение уровня развития эмоционального интеллекта и эффективных стратегий совладающего поведения у студентов. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости дополнения учебных программ разделами, ориентированными на повышение компетенций по применению имеющихся эмоциональных ресурсов для эффективного совладания со стрессом в профессиональной и других сферах жизнедеятельности у будущих специалистов сферы образования.

Статья подготовлена в рамках государственного задания № 073-00058-22-04 от 08.04.2022 на 2022 год по теме «Теоретико-методологические подходы и научно-методическое обеспечение формирования эмоционального интеллекта обучающихся на уровнях начального общего и основного общего образования».

Список литературы

1. Казаренков В. И., Карнелович М. М., Казаренкова Т. Б. Совладание педагогов-психологов со стрессом в профессиональной деятельности // Психолого-педагогический поиск. 2020. № 4 (56). С. 81-89.
2. Гукаленко О.В. Развитие эмоционального интеллекта как фактора учебной и социальной успешности школьников: теоретический обзор // Вестник Московского университета. Серия 20. Педагогическое образование. 2022. № 2. С. 14-28.
3. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние и психологические, социокультурные перспективы // Вестник Костромского государственного университета. 2013. № 5. С. 184-188.
4. Хазова С.А. Копинг-ресурсы субъекта: основные направления и перспективы исследования // Вестник Костромского гос. ун-та им. Н.А. Некрасова. Сер. Педагогика и психология. 2013. № 5. С. 188-191.
5. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D. Models of emotional intelligence. Handbook of intelligence; Ed. R. J. Sternberg. Cambridge University Press. 2000. P. 396-420.

6. Sharma S. Emotional Intelligence and Leadership. PhD in International Management. Horizons University, Paris. Facilitator: Dr. Perry Hann. Date of Submission: 19th June 2022. [Электронный ресурс]. URL: https://www.researchgate.net/publication/362177170_Emotional_Intelligence_and_Leadership (дата обращения: 17.11.2022).
7. Borisenkov V.P., Gukalenko O.V., Pustovoytov V.N., Pustovoytova L.V. Principles of pedagogical interaction in the digital space. The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences. (DCCD 2020) Dialogue of Cultures - Culture of Dialogue: from Conflicting to Understanding. 2020. Vol. 95. P. 54.
8. Сабирова Р. Ш., Сланбекова Г.К., Умуркулова М.М., Тен Р. В. Взаимосвязь копинг-стратегий и эмоционального интеллекта сотрудников правоохранительных органов // Мир педагогики и психологии. Н. Новгород: НИЦ "Открытое знание", 2019. № 4 (33). С. 137-146.
9. Андреева, И. Н. Структура эмоционального интеллекта у специалистов психологических, педагогических и технических специальностей // Педагогическая наука и образование. 2016. № 3. С. 38-45.
10. Люсин Д.В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / под редакцией Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М.: Изд-во ИП РАН, 2009. С. 264-278.
11. Казаренков В.И., Карнелович М.М., Казаренкова Т.Б. Связь эмоциональных свойств студентов и их поведения в межличностных конфликтах // Психолого-педагогический поиск. 2021. № 1. С. 121-131.
12. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во МГУ, 1984. 200 с.