

Секция «Эмоциональный интеллект: современные и перспективные исследования»

Значение эмоционального интеллекта и психологического благополучия в образовательной среде (на примере армянской и русской студенческой молодежи)

Научный руководитель – Берберян Ася Суреновна

Кетова Анна Васильевна

Аспирант

Российско-Армянский (Славянский) университет, Институт гуманитарных наук,
Кафедра психологии, Ереван, Армения
E-mail: annafonkina.khv@gmail.com

Значительные изменения, происходящие в системе образования, требуют от обучающихся развития определенных личностных качеств, позволяющих преодолевать существующие трудности. Активное использование альтернативных методов обучения, внедрение онлайн-форматов, а также изменение требований к выполнению научных исследований и написанию выпускных работ могут являться стрессорами и влиять на результаты в учебной деятельности и позитивное восприятие событий. Кроме того, университет является новой социально-культурной средой для выстраивания межличностных коммуникаций как со сверстниками, так и с профессорско-преподавательским составом. В то время как высокий уровень эмоционального интеллекта способствует эффективному использованию внутренних ресурсов для решения академических задач и положительному межличностному взаимодействию, успех в учебной и личной сферах служит основой психологического благополучия.

Актуальность исследования определяется важностью поддержания психологического благополучия молодежи как важнейшего фактора для самореализации и профессионального роста, а также общественной заинтересованностью в изучении эмоционального интеллекта и разработке эффективных программ по его развитию в образовательной среде.

Психологическое благополучие находится на стадии интенсивного научного исследования с момента своего возникновения в середине XX века под влиянием работ Н. Брэдберна. Брэдберн выделил психологическое благополучие как переменную, утверждая существование двух типов чувств, которые служат индикатором уровня «счастья» [1]. Различные подходы, такие как эвдемонистический и гедонистический, рассматривают психологическое благополучие через призму позитивного функционирования личности и баланса между эмоциями [2,5].

Эмоциональный интеллект, введенный в научную психологию Д. Майером и П. Сэловеем, играет значимую роль в формировании психологического благополучия студентов. Он охватывает способности к распознаванию, пониманию, использованию и управлению эмоциями, что важно для адаптации и успешности в учебной и профессиональной сферах [4]. Исследования в области взаимосвязи психологического благополучия и особенностей личности привлекают внимание ученых, так как они становятся актуальными в контексте популяризации позитивной психологии [3].

Цель исследования: изучение взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и психологическим благополучием студенческой молодежи.

Методологическая база: научные работы Ананьева Б.Г., Эриксона Э., исследования эмоционального интеллекта Гоулмана Д., Холла Н., а также теоретические и эмпирические исследования психологического благополучия Роджерса К., Рифф К.

Методы исследования: теоретический анализ литературы, методы мат.статистики, анкетирование, тестирование, в том числе шкала методики Н. Холла для оценки эмоционального интеллекта и «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф).

Гипотеза: мы предполагаем, что существует взаимосвязь между структурными компонентами эмоционального интеллекта и психологического благополучия студенческой молодежи.

Выборку исследования составила армянская и русская молодежь в количестве **105 человек**: 58 армянских и 47 русских респондентов в возрасте от 18 до 25 лет.

Результаты исследования:

В результате диагностики эмоционального интеллекта по методике Н. Холла было выявлено, что лишь 23,7% респондентов демонстрируют высокий уровень эмоционального интеллекта, 46,3% - средний и 30% - низким уровень. Наблюдается низкий показатель *управления своими эмоциями* у 70,6% студентов, только 8,2% обладают высоким уровнем *самотивации*. Результаты исследования психологического благополучия по методике К. Рифф показали, что 30,2% представителей студенческой молодежи обладают высоким уровнем психологического благополучия, 48,8% средним и 20% - низким уровнем. Также, 56,5 % демонстрируют высокий уровень *автономии* и только 7% респондентов обладают низким показателем *личностного роста*.

На основе эмпирического исследования было установлено, что, согласно коэффициенту ранговой корреляции Спирмена, существует статистически значимая прямая взаимосвязь между структурными компонентами эмоционального интеллекта и психологического благополучия: $r = 0.601$, $p < 0,01$. Наблюдается значительная корреляция между способностью к *управлению своими эмоциями* и *позитивным отношением с окружающими* (0.504). Выявлена статистически значимая взаимосвязь умеренной силы между следующими структурными компонентами: *управлением своими эмоциями* и *управлением окружающей средой* (0.474), *управлением своими эмоциями* и *самопринятием* (0.457), *управлением своими эмоциями* и *личностным ростом* (0.450); *самотивацией* и *личностным ростом* (0.470), *самотивацией* и *позитивным отношением с окружающими* (0.464), *самотивацией* и *целью в жизни* (0.438); *эмоциональной осведомленностью* и *личностным ростом* (0.494).

Выводы: Полученные данные подтверждают гипотезу о наличии взаимосвязей между эмоциональным интеллектом и психологическим благополучием личности (~ 0.601). Выявлены уровневые и содержательные характеристики эмоционального интеллекта и психологического благополучия студентов, которые характеризуются высокой актуальностью и способствуют решению различных научно-практических задач, таких как профилактика эмоционального выгорания, повышение резильентности, самотивации и общего ощущения благополучия. Анализ научной литературы и результаты исследования свидетельствуют о важности и перспективах дальнейшего изучения данного вопроса в рамках образовательной среды и за её пределами.

Источники и литература

- 1) Bradburn, N.M. The structure of psychological well-being. – Chicago: Aldine Publishing Company, 1969.
- 2) Rogers, Carl R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. – Boston: Houghton Mifflin, 1995.
- 3) Di Fabio A., Kenny ME. Promoting Well-Being: The Contribution of Emotional Intelligence // Frontiers in psychology. 2016. Vol. 7.
- 4) Mayer J. D., Salovey P. What is emotional intelligence? // Emotional development and emotional intelligence: Educational implications. - N.Y.: Perseus Books Group, 1997.

- 5) Ryff, C.D., Keyes, C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69.