

Зависимость социального статуса от уровня развития эмоционального интеллекта

Новосельцева Екатерина Вячеславовна

Абитуриент

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия

E-mail: nvsltsv@gmail.com

Социальный статус очень важен в подростковом возрасте для становления человека как личности. Социальный статус определяется многими факторами, в том числе и умением управлять своими эмоциями и передавать их в ходе общения.

Эмоциональный интеллект - есть совокупность нескольких умений, связанных с эмоциями. К примеру: эмоциональная осведомленность, умение управлять своим эмоциональным состоянием, навык распознавания эмоций у других людей, владение эмпатией (способностью чувствовать состояние другого человека).

Социальный статус и эмоциональный интеллект взаимосвязаны, поэтому для высокого социального статуса характерен высокий уровень развития эмоционального интеллекта.

Изучив материалы по данной теме [Гулман Д., Кон И.С.], и проведя диагностику в классах по выявлению уровня эмоционального интеллекта, мы выяснили, что у подростков в возрасте от 12 до 16 лет, не взирая на пол, наблюдается низкий уровень эмоционального интеллекта. Из 16 опрошенных низкий уровень эмоционального интеллекта наблюдался у 15 человек (1 человек из 7 класса, 3 человека из 8 класса, 4 человека из 9 класса, 4 человек из 10 класса и 2 человека из 11 класса) средний только у 2 человек (8 и 11 класс), высокий уровень не был выявлен.

Целью данной работы является разработка специальной программы, способствующей развитию эмоционального интеллекта. Наша программа основана на последних исследованиях ведущих зарубежных университетов и на данных, полученных в процессе тестирования группы школьников лицея №1501. Из целевой аудитории была отобрана группа испытуемых с изначально низким уровнем эмоционального интеллекта, с которыми были проведены занятия по программе.

Программа рассчитана на детей в возрасте от 12 до 16 лет и состоит из 5 модулей (тем):

1. Эмоциональная осведомленность
2. Управление эмоциями
3. Распознавание эмоций у других людей
4. Эмпатия
5. Самомотивация.

Программа предполагает занятия 1 раз в неделю по 50-60 минут. Каждое занятие состоит из упражнений трех типов: направленных на эмоциональное включение и сплоченность группы, на развитие навыков по данной теме и рефлексии, необходимой для закрепления полученного опыта.

В процессе проведения всего тренинга испытуемые охотно посещали занятия и проявляли интерес как к понятию эмоциональный интеллект, так и к его развитию. Продуктивность и эффективность данной программы по развитию эмоционального интеллекта подтверждают проведенная исходящая диагностика эмоционального интеллекта и социального статуса. Из всей группы было выбрано только 10 человек, которые посетили от 3

до 6 занятий. У 6 испытуемых эмоциональный интеллект повысился, даже стал ближе к среднему. У 4 испытуемых понизился. Что касается социального статуса, то у 6 испытуемых наблюдалось повышение, у 4 остался неизменным.

На основе полученных нами данных подтверждается описанный в литературе феномен о связи эмоционального интеллекта и социального статуса, хотя здесь различия значимы на уровне тенденции. Стоит уточнить, что отсутствие повышения эмоционального интеллекта, следовательно, и социального статуса некоторых участников напрямую связано с вынужденными пропусками занятий.

Актуальность данной темы несомненна, так как подростковый возраст очень важен для становления человека как личности, а информированность об эмоциях, их свойствах и способах их проявления, значительно облегчит индивиду общение с людьми.

Источники и литература

- 1) Алешин А., Шабанов С., «Эмоциональный интеллект. Российская практика» (2013)
- 2) Волков И.П. «Методы социометрических измерений в социально-психологических исследованиях» (1970)
- 3) Гоулман Д. «Эмоциональный интеллект» (1995)
- 4) Добреньков В.И., Кравченко А.И. «Социология» (2001)
- 5) Кон И.С. «Психология ранней юности» (1989)
- 6) Крулов А.А. «Психология» (1998)
- 7) Моррис Д. «Библия телодвижений» (2010)
- 8) О'Коннер Д., Сеймор Д. «Введение в нейролингвистическое программирование. Новейшая психология личного мастерства» (2005)
- 9) Пиз А., Пиз Б. «Новый язык телодвижений. Расширенная версия» (2007)
- 10) Экман П. «Психология эмоций» (2007)