

**Развитие эмоционального интеллекта и я -концепции школьника как  
результат коммуникативного тренинга**

**Научный руководитель – Иванов Михаил Аркадьевич**

***Яшина Светлана Алексеевна***

*Студент (специалист)*

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

*E-mail: svetlana.yaschina@yandex.ru*

Постоянно ускоряющийся темп и усложнение процессов общения, требуют повышения уровня социально-психологической компетентности. Коммуникативные тренинги направлены на развитие этих навыков.

Отметим, однако, что в отечественной и зарубежной литературе довольно широко освещены вопросы поведения подростков, я-концепции школьников, эмоционального интеллекта (далее ЭИ) и межличностных отношений в группе сверстников [1;2;4;7]. Однако, эмпирических сведений о их соотношении явно недостаточно. А точнее, практически не изучено развитие Я-концепции и эмоционального интеллекта в ходе коммуникативного тренинга, что и является проблематикой нашей работы.

В 2018 году нами было проведено исследование, целью которого являлось выявление степени влияния обратных связей, получаемых от одноклассников в ходе тренинга, на развитие Я-концепции и эмоционального интеллекта школьника.

Выборку составили учащиеся 9-10 классов московской общеобразовательной школы, 34 человека. Средний возраст: 15,7 лет.

Исследование проходило в рамках социально-психологического тренинга, направленного на развитие коммуникативных умений при решении сложных задач социального взаимодействия. Работа проходила в 4-ех тренинговых группах, по 8-9 человек.

Участники самостоятельно выбирали наиболее сложные ситуации общения. Далее, группа определяла участников, наиболее подходящих для разыгрывания ситуации. Остальные становились наблюдателями. Каждую сценку разыгрывали по-новому 2-3 раза, а участники менялись, поэтому большинство школьников поучаствовало в ролевой игре. Основной частью тренинга являлась процедура обратной связи, где оценивались проявления «здесь и сейчас» через оценку по пятибалльным шкалам. Шкалы были составлены из наиболее часто встречающихся ответов на вопрос «какой я?»: умный; добрый; веселый; ленивый; обычный/необычный; скрытный; общительный. Ее получали те, кто разыгрывал ситуации, при этом от каждого члена группы. Актеры могли высказывать свое мнение по поводу оценок, задать вопросы группе.

Процедура исследования предполагала изучение Я-концепции и ЭИ через анкетирование, с помощью следующих методик: модификации теста Куна и Макпартлэнда «Кто Я?» и теста (опросника) эмоционального интеллекта Люсина, соответственно [5]. Данные методики проводились дважды, для сравнения характеристик Я-концепции и ЭИ до и после коммуникативного тренинга. Социально психологический тренинг - ролевая игра. Разыгрывание субъективно проблемных (сложных) ситуаций социального взаимодействия. Среднее время проведения 65 минут.

При статистической обработке данных использовались: SPSS Statistics; MS Exel. Критерии: Фишера, Т-критерий Стьюдента.

Результаты

Для каждого класса сложными оказались различные ситуации общения: 9 класс - конфликтное взаимодействие с учителями и родителями, 10 класс - взаимодействие в группе сверстников. Эти различия мы объясняем разными стадиями развития в подростковом возрасте.

Я-концепция. В модификация теста М. Куна и Т. Макпартленда у всех участников тренинга появились изменения в самоописаниях [5]. При ответе на вопрос «кто я?», значимо (по Критерию Фишера) уменьшилось число ответов с перечислением увлечений и хобби (на 23%). У учащихся в 10 классе на 10% увеличилась (значимо) категория «особенности личности» (с 15% до 25%). Изменение в составе категорий по тесту М. Куна и Т. Макпартленда может говорить нам о перераспределении внимания на другие сферы жизни, а значит более зрелом восприятии себя подростками. Количество позитивных самооценок в ответах на вопрос «какой я?» упало с 67% до 60%. Количество позитивных ответов на вопрос «каким меня видят другие?» значимо увеличилось во второй анкете (тест Куна-Макпартленда). Эти изменения в Я-концепции после тренинга приближает представление о себе к «золотому сечению» самооценки [8].

Эмоциональный интеллект (тест Люсина). Члены группы самостоятельно выбирали тех, кто окажется наиболее эффективным во взаимодействии. Выяснилось, что школьники доверяют решение задач, тем, кто, в действительности, имеет высокие показатели ЭИ. Средний уровень общего ЭИ у группы «актеров» высокий (равен 100) и значимо отличается от ЭИ в группе наблюдателей - низкий (в среднем, 75). После тренинга, у тех, кто разыгрывал роли, есть значимый рост уровня ЭИ (критерий Стьюдента). Однако, важно, что отличия есть и у тех, кто был наблюдателем.

Полученные данные показывают, что обратная связь в тренинге влияет на развитие Я-концепции школьника и на уровень его ЭИ.

#### Выводы

- 1) Для учеников 9 и 10 классов разные типы отношений оцениваются как трудные.
- 2) Анализ результатов позволил выделить специфические особенности образа-Я подростков, соответствующие имеющимся в литературе данным [3;1].
- 3) Ролевое поведение, обратные связи в тренинге меняют установки школьников, в том числе, и установки на себя, представления становятся более адекватными и сформированными.
- 4) Коммуникативный тренинг с обратными связями влияет на развитие Я-концепции и уровня ЭИ. Изменения есть и у «актеров», и наблюдателей.
- 5) Те школьники, которые активнее включились в процедуру тренинга, получили более значительные изменения в уровне ЭИ и развитии Я-концепции.
- 6) Подростки после коммуникативного тренинга с обратными связями стали оценивать свои качества более объективно.

#### Источники и литература

- 1) Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Пер. с англ. – М.: "Прогресс", 1986. С. 30– 66.
- 2) Божович Л.И. Психологические особенности личности старшего школьника // Комсомол в школе. Опыт, проблемы, методика. — М., 1972. — С. 201 — 216.
- 3) Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых. М.: ООО «Проект-Ф», 2001. -204с.

- 4) Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. Пер. с англ. А. П. Исаевой. – 5-е изд. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2017. – 544 с.
- 5) Кун М. Эмпирическое исследование установок личности на себя / М. Кун. Т. Мак-Партлэнд // Современная зарубежная социальная психология / под ред. Г.М. Андреевой, Н.Н. Богомоловой, Л.А. Петровской. – Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – С. 180-187.
- 6) Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. –2006. – № 4. – С. 3 – 22.
- 7) Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. – 1971. – № 4. – С. 6 -20.
- 8) Gough G. The adjective check list as a personality assessment research technique// Psychol. Rep. - 1960. V.6