

Ус Оксана Александровна

канд. пед. наук, доцент, заведующая кафедрой

Никулина Анастасия Юрьевна

студентка

Варавина Ангелина Владимировна

студентка

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

МЕДИАФОРМАТЫ КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ЦИФРОВУЮ ЭПОХУ

***Аннотация:** в условиях стремительной цифровизации общества возрастает значение эмоционального интеллекта как важной составляющей успешной личности. В статье рассматривается потенциал современных медиаформатов, таких как видеоролики, образовательные интерактивные игры, виртуальная реальность и документальные фильмы, в формировании и развитии эмоционального интеллекта у детей и молодежи. Опираясь на теоретические подходы отечественных и зарубежных исследователей, анализируются как риски цифровой среды, так и возможности её педагогического применения. Особое внимание уделено роли медиаформатов в развитии эмоционального интеллекта. Обоснована необходимость осознанного внедрения медиаформатов в образовательную практику как инструмента поддержки эмоционального развития личности в цифровую эпоху.*

***Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, медиаформаты, медиаобразование, цифровые технологии, эмпатия, саморефлексия, цифровизация.*

Современное общество переживает большие цифровые и компьютерные изменения, которые касаются всех сфер жизни общества: от экономики до образования. В условиях постоянного поступления информации и взаимодействия через цифровые платформы возрастает значимость эмоционального интеллекта.

Отечественный исследователь Д.В. Люсин создал свою модель эмоционального интеллекта. По мнению автора эмоциональный интеллект рассматривается как умение понимать свои и чужие эмоции и управлять ими. Способность к пониманию эмоций проявляется в том, что человек может понять эмоцию, установить момент эмоционального переживания у себя или у другого человека. Он может установить какую именно эмоцию испытывает он сам или другой человек, и найти для нее словесное пояснение. Человек понимает причины, которые вызывают данную эмоцию, и последствия, к которым она приведет. Умение управлять эмоциями проявляется в том, что индивид может контролировать интенсивность эмоций, прежде всего приостановить очень сильные эмоции, а также может контролировать внешнее проявление эмоций. При необходимости можно специально вызвать ту или иную эмоцию. Эмоциональный интеллект – это интегральный ресурс, который помогает личности лучше адаптироваться к изменяющимся условиям, и во многом определяет благополучие и успешность человека в будущем [13; 16].

По мнению Е.А. Сергиенко, эмоциональный интеллект рассматривается как способность человека осознавать, понимать и принимать как свои эмоции, так и чужие, а также распознавать чувства других людей и строить на основе всего этого эффективное взаимодействие. Он помогает объединять все эмоции, которые человек может испытать для того, чтобы выполнять разные жизненные задачи. В век современных технологий мир меняется очень быстро, и для того, чтобы ребенку успешно достигать целей недостаточно только обладать большим количеством знаний. Также для этого важно развивать все навыки, которые относятся к эмоциональному интеллекту. Развитие эмоционального интеллекта и социальных навыков напрямую влияет на мотивацию и поведение обучающихся. Они хорошо владеют своими эмоциями, а также более вовлечены в учебный процесс и лучше концентрируют внимание на задачах, что способствует эффективному обучению [14]. В эпоху компьютеризации одним из значимых факторов, влияющих на формирование и развитие эмоционального интеллекта у молодежи, становятся медиаформаты.

Медиаформаты – аудио, видео, интерактивные образовательные игры, виртуальные экскурсии – это не просто средство передачи и получения информации, а еще и инструмент формирования ценностей, норм и моралей, поведения и эмоционального фона. Термин «медиа» в современном мире является синонимом понятия «средства массовой информации». К медиа мы относим газеты, фотографии, радио, кинематограф, телевидение, видео, всемирную сеть «Интернет». Всё это помогает расширить кругозор человека, обрести новый опыт, воздействовать на его эмоциональное восприятие мира, тем самым оказывая влияние не только на интеллектуальное, но и на эмоциональное развитие.

Научный подход к изучению эмоционального интеллекта как единого целого берет начало с публикации статьи психологов П. Саловея и Дж. Майера (1990). Ученые первоначально определили эмоциональный интеллект как «способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий» [8]. Далее учеными было предложено другое определение понятия «эмоциональный интеллект», а именно, «способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений» [12].

Позже ученый Д. Гоулман популяризировал данное определение эмоционального интеллекта: «способность выработать для себя мотивацию и настойчиво стремиться к достижению цели, несмотря на провалы, сдерживать порывы и откладывать получение удовлетворения, контролировать свои настроения и не давать страданию лишить себя возможности думать, сопереживать и надеяться» [7], а также он выделил пять ключевых компонентов эмоционального интеллекта:

- самосознание;
- саморегуляция;
- мотивация;
- эмпатия;
- социальные навыки [5; 11].

В контексте цифровизации общества значение эмоционального интеллекта приобретает новые понятия, включая цифровую эмпатию, управление эмоциями в виртуальной среде и навыки онлайн взаимодействия. Цифровизация начала рассматриваться как социальное явление еще в 60-е-70-е годы XX века. Под термином «цифровизация» называют цифровой способ связи, записи, передачи данных с помощью цифровых устройств. Ряд научных исследователей (Е.Л. Вартанова, М.И. Максеенко, С.С. Смирнов) уточняют содержание этого понятия – это не только изменение информации в цифровую форму, а совокупность решений инфраструктурного, управленческого, поведенческого, культурного характера. Цифровизация, с одной стороны, выступает объединяющим началом, а с другой – вызывает большие проблемы как у отдельной личности, так и у общества в целом [1]. В докладе ЮНИСЕФ «Положение детей в мире, 2017 год: дети в цифровом мире» сообщается, что молодежь в возрасте 15–24 года является возрастной группой с наибольшим количеством выходов в сеть. Во всем мире Интернетом пользуется 71% молодежи в сравнении с 48% всего населения [2; 4].

Наиболее важным является развитие эмоционального интеллекта в дошкольном и младшем школьном возрасте, потому что именно в эти периоды начинается активное эмоциональное развитие детей, улучшение их самосознания и способности к рефлексии. Л.С. Выготский считал, что «эмоции являются «центральным звеном» психической жизни человека, и прежде всего ребенка» [6]. Эмоциональное развитие признано одной из важнейших задач дошкольного образования, что закреплено в ФГОС ДО [15]. У детей этого возраста уже развиты базовые эмоции – радость, страх, гнев, стыд и т. д., поэтому очень важно формировать у них полезные эмоциональные привычки, которые приобретаются только в условиях живого взаимодействия друг с другом.

Однако при помощи цифровизации происходят определенные изменения. Виртуальный мир привлекает детей настолько глубоко, что они начинают проявлять эмоции к устройству и игровому процессу, а не к живым людям. Чем больше времени ребенок проводит в виртуальном мире, тем сильнее у него снижается уровень эмоционального интеллекта, потому что происходит абстрагирование от

реальных социальных контактов. В процессе сетевого общения молодежь чаще используют сленг, теряют навыки вербального выражения и страдают от нехватки невербальной коммуникации. Всё это приводит к эмоциональному дефициту и задержке развития как эмоционального, так и вербального интеллекта [7].

В ходе исследования 45 детей в возрасте от 4 до 6 лет, проведенном Е.В. Дёминой под руководством доцента, кандидата психологических наук Института педагогики и психологии ГАОУ ВО МГПУ Е.М. Листик, были получены результаты, что большинство участников испытывают трудности в распознавании, определении эмоций и, как следствие, современным детям всё труднее ориентироваться в эмоциональной сфере [8].

Тем не менее, цифровая среда может стать ресурсом для развития эмоционального интеллекта, если соблюдать баланс между крайностями: от критического запрета до полной свободы. Всё это зависит от способа применения цифровых технологий, от контекста и ситуации. Для того чтобы уменьшить негативное влияние цифровых технологий на ребенка, нужно учитывать положительные аспекты этих технологий. Программы, которые используют медиаформаты, такие как анимация, видео, VR-технологии, образовательные игры и виртуальные экскурсии позволяют удерживать внимание детей и развивать их эмоциональное воображение. При соблюдении этого баланса цифровые технологии становятся очень эффективным средством обучения и воспитания. Таким образом, вопреки обыденному мнению о негативном влиянии цифровизации, медиаформаты могут и должны быть использованы в качестве рабочего инструмента для формирования эмоционального интеллекта. Главное – грамотно выстроенная образовательная стратегия, направленная на эмоциональное развитие личности в цифровую эпоху.

В работе П. Саловея и Дж. Майера «Эмоциональный интеллект» концепция эмоционального интеллекта рассматривалась в рамках психологических исследований, но с начала 2000-х она интегрируется в педагогическую практику [12]. В образовательной среде эмоциональный интеллект выполняет важные функции:

- способствует снижению конфликтности и агрессии в школьных коллективах;

- улучшает академическую успеваемость;
- способствует развитию эмпатии и сотрудничества;
- формирует эмоциональную устойчивость в стрессовых ситуациях.

Цифровая среда даёт возможность смоделировать эмоциональные ситуации, посредством чего помогает обучающимся развивать свою эмоциональную осознанность и способность к эмпатии.

Особое значение имеют такие инструменты, как:

- эмоциональные видеоролики, которые вызывающие сопереживание и эмпатию;
- документальные фильмы, которые моделируют реальные жизненные ситуации;
- образовательные игры, которые развивают самоанализ и социальное взаимодействие;
- виртуальная реальность, которая позволяет почувствовать себя на месте главного героя.

Эффективным инструментом развития эмоционального интеллекта у молодежи – особенно подростков – являются интерактивные медиаформаты. Игровые образовательные платформы и симуляторы создают условия для безопасного эмоционального самовыражения, а также развития самоконтроля и понимания эмоций других людей. В подростковом возрасте, когда эмоциональная сфера очень уязвима и нестабильна, эти форматы позволяют не только освоить ключевые навыки эмоционального интеллекта, но и снижают уровень тревожности, способствуют формированию уверенности в себе [3].

Особую важность в работе с молодежью представляют мультимедийные сюжеты, которые затрагивают социально-значимые и личностно-эмоциональные темы – дружба, самоопределение, семейные отношения, внутренняя борьба с самим собой. Анимационные фильмы, сериалы и короткометражные видео из социальных сетей, которые включены в образовательный процесс, активизируют саморефлексию и формируют навык анализа эмоциональных состояний героев и себя самих [10].

Современные подростки активно взаимодействуют с разным медиа контентом – историями, развивающимися одновременно в нескольких цифровых форматах (видео, текст, игры, соцсети). Именно такой подход позволяет наиболее глубоко вовлечь молодежь в эмоционально насыщенное взаимодействие, развивая у них критическое мышление, эмпатию и устойчивость к информационным перегрузкам.

Таким образом, медиаформаты становятся не только средством вовлечения молодежи в образовательный процесс, но и важнейшим ресурсом формирования эмоционального интеллекта, адаптивности и способности к конструктивному диалогу в обществе.

Обобщая всё выше сказанное можно сделать вывод, что в условиях цифровой трансформации общества развитие эмоционального интеллекта становится одной из важных задач системы образования. Отдельные медиаформаты, такие как анимационные и документальные фильмы, образовательные игры, виртуальная реальность и эмоционально насыщенные видеоролики, при грамотном подходе могут способствовать формированию ключевых компонентов эмоционального интеллекта. Умелое применение этих ресурсов позволяет раскрыть у детей и молодежи навыки эмпатии, рефлексии и саморегуляции. При соблюдении баланса между цифровыми и живыми формами взаимодействия цифровая среда может служить не только средством обучения, но и ресурсом эмоционального и личностного роста.

Список литературы

1. Батенова Ю.В. Развитие эмоционального интеллекта детей в условиях цифровизации информационной среды / Ю.В. Батенова, А.Ю. Герасимова // Экопсихологические исследования – 6: экология детства и психология устойчивого развития. – 2020. – №6 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3LtpgK> (дата обращения: 15.04.2025). – DOI 10.24411/9999-044A-2020-00097. – EDN CLRKLX

2. Батенова Ю.В. Детство в ракурсе информационной среды визуальной инфокоммуникации / Ю.В. Батенова // Мир психологии. – 2019. – №2. – С. 180–189. – EDN PUECNN
3. Белалов Р.М. Интерактивные игры как средство развития эмоционального интеллекта младших школьников / Р.М. Белалов, К.З. Кафарова, И.А. Нальгиева // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – №80–2 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3LtpJ> (дата обращения: 15.04.2025). – EDN OJQKME
4. Бочавер А.А. Благополучие детей в цифровую эпоху / А.А. Бочавер, С.В. Докука, М.А. Новикова // Докл. к XX Апр. междунар. науч. конф. по проблемам развития экономики и общества (Москва, 9–12 апр. 2019 г.). – М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2019. – С. 34–36. – EDN PKYSVO
5. Волченкова А.А. Специфика эмоционального интеллекта цифровых подростков / А.А. Волченкова, Д.А. Ермакова // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2024. – №1 (49). – С. 169–177. – EDN XYDGYS.
6. Выготский Л.С. Эмоции и их развитие в детском возрасте: собр. соч. / Л.С. Выготский. – Т. 2. – М.: Педагогика, 1982. – 58 с.
7. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ / Д. Гоулман. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 560 с.
8. Дёмина Е.В. Развитие эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста / Е.В. Дёмина // Наука в мегаполисе. – 2003. – №6 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3Ltq2d> (дата обращения: 15.04.2025).
9. Ермолаева С.Ю. Роль современных медиа в образовательном процессе / С.Ю. Ермолаева, А.С. Шведова // Социально-гуманитарные знания. – 2022. – №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3Ltq6d> (дата обращения: 15.04.2025). – DOI 10.34823/SGZ.2022.3.51814. – EDN FJHIGT

10. Мохова А.А. Педагогический потенциал мультфильмов как средства развития эмоционального интеллекта младших школьников / А.А. Мохова // Молодой ученый. – 2023. – Т. 1. №31 (478). С. 53–55 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/478/105313/> (дата обращения: 15.04.2025). EDN ETZLHI
11. Наймушина Л.М. история становления понятия «эмоциональный интеллект» в психологической науке / Л.М. Наймушина // Педагогика: история, перспективы. – 2020. – №4. – DOI 10.17748/2686-9969-2020-3-4-63-70. – EDN KYWYYR
12. Саловой П. Эмоциональный интеллект / П. Саловой, Дж. Майер // *Imagination, Cognition and Personality*. – 1990. – Т. 9. №3. – С. 185–211.
13. Сергиенко Е.А. Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея, Д. Карузо «Эмоциональный интеллект» (MSCEIT v. 2.0): Руководство / Е.А. Сергиенко, И.И. Ветрова. – М.: Институт психологии РАН, 2010. – 176 с.
14. Сергиенко Е.А. Цифровые инструменты оценки эмоционального интеллекта подростков, разработка российского теста эмоционального интеллекта для подростков (ТЭИ-П) / Е.А. Сергиенко, Е.А. Хлевная, Т.С. Киселева // *Цифровая гуманитаристика и технологии в образовании (DHTE 2022): сборник статей III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 17–18 ноября 2022 г.)*. – М.: Московский государственный психолого-педагогический университет, 2022. – С. 148–162. – EDN UPJEVW.
15. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. – М.: Просвещение, 2021. – 24 с.
16. Ямщикова А.И. Сущность понятия «эмоциональный интеллект» / А.И. Ямщикова, Т.А. Гонохова // *Ценностные ориентации молодежи в условиях модернизации современного общества: материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, посвященной году педагога и наставника (Горно-Алтайск, 15 февраля 2023 г.)*. – Горно-Алтайск: БИЦ ГАГУ, 2023. – С. 140–143. – EDN ZPVZDG.