Артемьева Ольга Аркадьевна
д-р психол. наук, профессор
Юсупов Владислав Андреевич
магистрант

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»
г. Иркутск, Иркутская область

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Аннотация: *проведённое исследование было посвящено изучению и развитию эмоционального интеллекта младших подростков в процессе психологического консультирования. На основе результатов диагностики разработана программа психологического консультирования, после реализации которой значимо улучшились показатели точности распознавания эмоций.*

Ключевые слова: *межличностные коммуникации, эмоциональный интеллект, психологическое консультирование, психодиагностическое тестирование.*

Введение. Социально-психологическая поддержка в образовательных организациях является неотъемлемой частью образовательно-воспитательного процесса. В современных реалиях, характеризующихся высокой динамикой социальных изменений, информационной перегруженностью и усложнением межличностных коммуникаций, особую значимость приобретает проблема формирования эмоциональной компетентности школьников. Подростковый возраст, к которому, представляет собой критический период становления эмоционально-волевой сферы, когда происходит интенсивное развитие самосознания, рефлексивных способностей и навыков саморегуляции. Недостаточная сформированность эмоционального интеллекта в данный возрастной период может приводить к дезадаптивным формам поведения, конфликтности, снижению академической успеваемости и нарушениям психологического благополучия. Концепту-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

альные положения эмоционального интеллекта разрабатывались И.Н. Андреевой [1], Д.В. Люсиным [3], Э.Л. Носенко [4], что позволило адаптировать зарубежные модели к российской социокультурной специфике. Возрастно-психологические особенности подросткового периода детально исследованы в работах Л. И. Божович [2], Е.И. Изотовой.

Методы исследования. Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ г. Иркутска СОШ №23. Выборку составили 24 обучающихся шестых классов в возрасте 12–13 лет, из них 11 мальчиков и 13 девочек. Формирование выборки осуществлялось методом случайного отбора из числа обучающихся параллели шестых классов. Для проведения сравнительного анализа эффектов консультативного воздействия выборка была разделена на экспериментальную и контрольную группы по 12 человек в каждой, уравновешенные по полу и возрасту. Статистическая обработка данных проводилась с использованием t-критерия Стьюдента для независимых и зависимых выборок; уровень статистической значимости принимался при $p < 0,05$.

Психодиагностическое тестирование с применением стандартизированных методик: опросник «ЭмИн» Д.В. Люсина; методика «Диагностика эмоций по фотографиям» (идентификация базовых эмоций – радость, грусть, гнев, страх, удивление, отвращение – и оценка их интенсивности); методика «Эмоциональные ситуации» (понимание причин и последствий эмоций, каузальная атрибуция, прогнозирование эмоциональных последствий); психодиагностическая беседа – структурированная беседа (сбор анамнеза) с обучающимися, классными руководителями и родителями и др.

Результаты исследования. Результаты опросника «ЭмИн» Д.В. Люсина представлены в таблице 1.

Таблица 1

Распределение обучающихся по уровням общего показателя эмоционального интеллекта («ЭмИн» Д.В. Люсина, n = 24)

Уровень	Кол-во человек	Доля, %	Средний балл (M±SD)

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Низкий	8	33,3	48,6 ± 5,2
Средний	13	54,2	62,1 ± 4,7
Высокий	3	12,5	78,4 ± 3,1

Анализ таблицы 1 показал, что высокий уровень эмоционального интеллекта характерен лишь для 12,5% подростков (3 человека), что составляет меньшинство выборки. Средний уровень зафиксирован у 54,2% участников (13 человек) и является наиболее распространённым. Низкий уровень выявлен у трети выборки – 33,3% (8 человек). Средний балл по выборке составил 61,3 ± 8,3 при стандартном отклонении 8,3 балла, что свидетельствует о заметном разбросе индивидуальных значений вокруг среднего.

Полученный результат имеет важное диагностическое значение. Преобладание низкого и среднего уровней указывает на то, что у большинства подростков эмоциональный интеллект не достигает уровня, обеспечивающего эффективную саморегуляцию в ситуациях эмоционального напряжения. Значительная доля обучающихся с низким уровнем (треть выборки) создаёт группу риска в отношении трудностей коммуникации, конфликтности и сниженной стрессоустойчивости. Полученные данные подтверждают первое предположение гипотезы о преобладании низкого и среднего уровней развития эмоционального интеллекта у младших подростков. Показатели отдельных шкал опросника «ЭмИн» представлены в таблице 2.

Таблица 2

Выраженность отдельных шкал
опросника «ЭмИн» Д.В. Люсина (M±SD, n = 24)

Шкала	M±SD
Межличностный ЭИ	34,7 ± 5,1
Внутриличностный ЭИ	26,6 ± 4,8
Понимание своих эмоций	15,2 ± 3,2
Управление своими эмоциями	11,4 ± 2,9
Контроль экспрессии	10,8 ± 2,6

Анализ по линии «межличностный – внутриличностный компонент» показывает разрыв в 8,1 балла. Межличностный эмоциональный интеллект (34,7 ± 5,1) находится на среднем уровне, тогда как внутриличностный (26,6 ± 4,8)

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

опускается ниже среднего. Подобная асимметрия означает, что подростки ориентированы преимущественно на распознавание и понимание эмоций других людей, тогда как обращённость к собственному внутреннему миру выражена слабее. Эта диспропорция объясняет многие наблюдаемые в поведении шестиклассников эффекты: они замечают эмоциональное состояние сверстника, но затрудняются назвать и проанализировать то, что переживают сами.

Оценка эффективности программы осуществлялась посредством сопоставления результатов констатирующего и контрольного этапов в экспериментальной (n=12) и контрольной (n=12) группах по тем же методикам, что и на констатирующем этапе. Статистическая обработка включала расчёт описательных статистик (M, SD), t-критерия Стьюдента для зависимых выборок (оценка динамики внутри группы) и для независимых выборок (сравнение групп после реализации программы). Критический уровень значимости принят $p < 0,05$. На констатирующем этапе статистически значимых различий между экспериментальной и контрольной группами по всем исследуемым показателям не установлено ($p>0,05$), что свидетельствует об однородности выборок до начала формирующего воздействия.

Динамика показателей эмоционального интеллекта (опросник «ЭмИн» Д.В. Люсина) представлена в таблице 3.

Таблица 3

Показатели эмоционального интеллекта по опроснику «ЭмИн» Д.В. Люсина до и после реализации программы (M±SD, баллы)

Шкала «ЭмИн»	ЭГ до	ЭГ после	t_1	КГ до	КГ после	t_2
Межличностный ЭИ	38,6±4,2	44,9±3,8	4,12**	38,2±4,4	39,1±4,1	1,02
Внутриличностный ЭИ	34,1±4,6	41,3±3,9	4,35**	34,5±4,3	35,2±4,5	0,87
Понимание своих эмоций	16,2±2,8	19,4±2,3	3,68**	16,0±2,9	16,5±2,7	0,94
Управление своими эмоциями	12,8±3,1	17,2±2,7	4,51**	13,0±2,9	13,4±3,0	0,76
Контроль экспрессии	10,7±2,4	13,1±2,2	2,86*	10,9±2,3	11,2±2,5	0,68

*Примечание. * $p<0,05$; ** $p<0,01$; t_1 – значение t-критерия Стьюдента для зависимых выборок (динамика в экспериментальной группе); t_2 – для контрольной группы.*

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Выводы. После реализации программы между экспериментальной и контрольной группами установлены статистически значимые различия по всем ключевым показателям: в экспериментальной группе значения по показателям эмоционального интеллекта, точности распознавания эмоций, понимания причин эмоций, конструктивных копинг-стратегий и эмпатии выше, а по показателям избегания и тревожности ниже, чем в контрольной группе. Полученные различия позволяют заключить, что выявленная динамика обусловлена реализацией программы психологического консультирования, а не фоновыми изменениями.

Таким образом, результаты проведённого анализа свидетельствуют о статистически значимом влиянии реализованной программы психологического консультирования на развитие эмоционального интеллекта младших подростков. Положительная динамика установлена по интегральным шкалам опросника «ЭмИн», показателям точности распознавания эмоций и понимания эмоциональных ситуаций, а также по связанным с эмоциональным интеллектом характеристикам – эмпатии, структуре копинг-стратегий, уровню ситуативной и личностной тревожности. В контрольной группе статистически значимых изменений не выявлено ($p>0,05$), что подтверждает результативность целенаправленного консультативного воздействия. Полученные данные свидетельствуют о необходимости проведения психологического консультирования в рамках социально-психологической поддержки в образовательных организациях.

Список литературы

1. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии : монография / И. Н. Андреева. – Новополоцк : ПГУ, 2011. – 387 с.

2. Божович, Л. И. Психологические закономерности формирования личности в онтогенезе / Л. И. Божович // Проблемы формирования личности : избранные психологические труды / под ред. Д. И. Фельдштейна. – 2-е изд., стер. – Москва : Институт практической психологии ; Воронеж : НПО «МОДЭК». – 1997. – С. 180–192.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Институт психологии РАН, 2009. – 351 с.

4. Носенко, Э. Л. Специфика проявления в речи состояния эмоциональной напряженности : автореф. дис.... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Э. Л. Носенко. – Москва, 1979. – 36 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)