

УДК 37.032:378

## Развитие эмоционального интеллекта у студентов в условиях опосредованного цифрового общения

Лошкарева Анастасия Игоревна, студент, Липецкий государственный педагогический университет имени П. П. Семенова-Тян-Шанского, loshkarva.nastya@bk.ru

Романова Юлия Владимировна, преподаватель, Липецкий государственный педагогический университет имени П. П. Семенова-Тян-Шанского, кандидат педагогических наук, доцент, romanowlip@mail.ru

В статье рассматривается проблема развития эмоционального интеллекта у студентов в условиях опосредованного цифрового общения, которое становится одним из основных форматов взаимодействия в современном образовательном процессе. Подчеркиваются как вызовы, так и возможности, связанные с отсутствием или ограниченностью невербальных сигналов, что может затруднять понимание эмоций собеседника и снижать уровень эмпатии. Вместе с тем использование цифровых платформ при соответствующей организации образовательной среды может способствовать развитию навыков саморегуляции и осознанного понимания собственных и чужих эмоций. Акцентируется внимание на значении обучения эффективному общению и роли преподавателя в формировании поддерживающей образовательной среды, ориентированной на развитие эмоционального интеллекта с учетом индивидуальных особенностей студентов.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, студенты, цифровое общение, эмпатия, саморегуляция, эффективное общение, образовательная среда, технологии, индивидуальные особенности, обучение.

«Эмоциональный интеллект (EI) — это способность осознавать, понимать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями других людей. Он включает в себя навыки саморегуляции, эмпатии, социального взаимодействия и эмоционального восприятия. Эмоциональный интеллект позволяет людям эффективно справляться с межличностными отношениями, принимать обоснованные решения в стрессовых ситуациях и поддерживать здоровые социальные связи. Развитие EI считается важным для успешной профессиональной и личной жизни, поскольку он способствует повышению уровня удовлетворенности и благополучия» [3, с. 92].

Критики концепции эмоционального интеллекта приводят для обоснования своей позиции следующие аргументы. Во-первых, «интеллект» в данном случае является неуместной, вводящей в заблуждение метафорой, которую для более точного выражения сути обсуждаемого феномена следует заменить термином «компетентность»; во-вторых, интеллект определяется как способность, а никаких сколько-нибудь уникальных способностей, связанных с эмоциями, не существует; в-третьих, в представлениях об эмоциональном интеллекте эмоции подменяются интеллектом.

Некоторые ученые определяют эмоции как упорядоченные реакции, пересекающие границы многих психологических подсистем, включая физиологическую, когнитивную, мотивационную, эмпирическую (связанную с опытом). Это адаптивные реакции, которые потенциально могут приводить к трансформации персонального и социального взаимодействия и обогащению опыта [2, с. 81].

Наиболее распространенным является определение интеллекта, предложенное Д. Векслером: интеллект — это совокупность способностей, или глобальная способность индивида действовать целеустремленно, мыслить рационально и эффективно общаться с окружением. По мнению Дж. Мейера, такое определение настолько расширено, что требует ограничения понятия.

По представлениям Х. Гарднера о множественном интеллекте данное психическое явление включает широкий круг способностей [2, с. 82]. Модель интеллекта описывает организацию этого пространства. Модель Х. Гарднера включает семь основных подвидов (форм) интеллекта, среди которых, наряду с традиционными вербальным и логико-математическим, выделяются пространственный, музыкальный, телесно-кинестетический, межличностный и внутриличностный интеллект. Межличностный интеллект, в свою очередь, включает способность распознавать чувства других

и использовать эти знания для прогнозирования их поведения. Один из аспектов внутриличностного интеллекта также связан с чувствами и очень близок к тому, что называют эмоциональным интеллектом.

Одним из выделяемых Х. Гарднером типов интеллекта является социальный интеллект, определяемый как способность понимать людей и управлять ими. В исследованиях было установлено, что социальный интеллект может быть отделен от общих академических способностей.

Эмоциональный интеллект рассматривается как подструктура социального интеллекта, которая включает способность осознавать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями.

Таким образом, эмоциональный интеллект не включает в себя общих представлений о себе и оценок других. Он фокусирует внимание на познании и использовании собственных эмоциональных состояний и эмоций окружающих для решения проблем и регуляции поведения.

Развитие эмоционального интеллекта у студентов в условиях опосредованного цифрового общения представляет собой актуальную и многогранную проблему, требующую комплексного подхода. Эмоциональный интеллект определяется как способность осознавать, понимать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями других людей. В современном образовательном контексте, где цифровая коммуникация становится основным способом взаимодействия, важно рассмотреть, как этот формат общения влияет на развитие эмоционального интеллекта у студентов.

В условиях опосредованного цифрового общения, когда взаимодействие происходит через экраны, студенты сталкиваются с уникальными вызовами и возможностями. С одной стороны, цифровые платформы позволяют расширять границы общения, обеспечивая доступ к разнообразным мнениям и культурным контекстам. С другой стороны, такое общение часто лишено невербальных сигналов, таких как тон голоса, мимика и жесты, что может затруднить понимание эмоционального состояния собеседника. Это отсутствие непосредственного взаимодействия может привести к снижению эмпатии и затруднениям в интерпретации эмоций, поскольку эмпатия и умение интерпретировать эмоциональные состояния являются важными аспектами эмоционального интеллекта.

«Тем не менее цифровая среда также предоставляет возможности для развития эмоционального интеллекта. Например, использование текстовых сообщений и социальных сетей может побудить студентов более внимательно относиться к выбору слов и формулировок, что может способствовать развитию навыков саморегуляции и осознания своего эмоционального состояния. Студенты могут научиться распознавать и анализировать свои чувства, а также эмоции других, что, в свою очередь, может повысить уровень их эмоциональной компетентности» [3, с. 92].

Одним из ключевых аспектов развития эмоционального интеллекта в цифровой среде является обучение навыкам эффективного общения. Важным элементом этого процесса является развитие навыков активного слушания и конструктивного взаимодействия. Применение онлайн-курсов и тренингов, ориентированных на развитие этих навыков, может способствовать повышению уровня эмоционального интеллекта студентов. Такие курсы могут включать в себя упражнения по распознаванию эмоций, анализу сценариев общения и практику активного слушания, что позволит студентам более эффективно взаимодействовать в цифровой среде.

Применение технологий, основанных на искусственном интеллекте, может стать дополнительным инструментом для развития эмоционального интеллекта. Например, некоторые приложения и платформы могут использовать алгоритмы для анализа текста и выявления эмоциональных оттенков. Это может помочь студентам лучше понимать, как их слова воспринимаются другими, а также развивать навыки саморефлексии.

«Важным аспектом является также роль преподавателей и образовательных учреждений в поддержке развития эмоционального

интеллекта у студентов. Создание благоприятной и поддерживающей образовательной среды, где акцентируется внимание на эмоциональном благополучии студентов, может способствовать более глубокому пониманию и развитию EI. Преподаватели могут внедрять в учебный процесс элементы, которые способствуют развитию навыков эмоционального интеллекта, такие как групповые проекты, обсуждения и ролевые игры, что позволит студентам практиковать и развивать свои навыки в безопасной обстановке» [1, с. 88].

Необходимо отметить, что развитие эмоционального интеллекта в условиях опосредованного цифрового общения также зависит от индивидуальных особенностей студентов. Личностные характеристики, такие как открытость к новым впечатлениям, уровень тревожности и готовность к саморазвитию, могут оказывать значительное влияние на то, как студенты воспринимают цифровую среду и адаптируются к ней. Поэтому важно учитывать индивидуальные различия при разработке программ, направленных на развитие эмоционального интеллекта.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта у студентов в условиях опосредованного цифрового общения представляет собой сложный и многогранный процесс. Он требует внимания к особенностям цифровой коммуникации, а также активного вовлечения студентов в обучение навыкам эффективного общения и саморегуляции. При правильном подходе и поддержке со стороны образовательных учреждений и преподавателей студенты имеют возможность развивать свой эмоциональный интеллект, что окажет положительное влияние на их личностное и профессиональное развитие.

#### Примечания

1. Гуськова А. В. К вопросу об эмоциональном интеллекте // Вопросы психологии. 2008. N 1.
2. Нгуен М. А. Роль эмоционального интеллекта в становлении личности студента-профессионала // Профессиональное образование. Столица. 2007. N 5.
3. Робертс Р. Д., Мэттьюс Д., Зайднер М., Люсин Д. В. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2004. N 4.
4. Степанов И. С. Психологические условия формирования эмоционального интеллекта личности: на примере лиц, занимающихся управленческой деятельностью: дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 2010.
5. Ширинская Н. Е. Специфика профессиональной направленности в структуре эмоционального интеллекта // Мир науки, культуры, образования. 2011. N 6.

#### English version

Development of emotional intelligence in students in the context of mediated digital communication

Loshkareva Anastasiya Igorevna, student, Lipetsk State Pedagogical University named after P. P. Semenov-Tyan-Shansky

Romanova Yuliya Vladimirovna, lecturer, Lipetsk State Pedagogical University named after P. P. Semenov-Tyan-Shansky, candidate of sciences (education), associate professor

This article addresses the development of emotional intelligence in students under conditions of mediated digital communication, which is becoming one of the main formats of interaction in the modern educational process. It highlights both the challenges and opportunities associated with the absence or limitation of nonverbal cues, which may hinder the understanding of an interlocutor's emotions and reduce the level of empathy. At the same time, the use of digital platforms, when the educational environment is properly organized, can contribute to the development of self-regulation skills and conscious understanding of one's own and others' emotions. Particular attention is paid to the importance of teaching effective communication and to the role of the teacher in shaping a supportive educational environment focused on the development of emotional intelligence, taking into account students' individual characteristics.

Keywords: emotional intelligence, students, digital communication, empathy, self-regulation, effective communication, educational environment, technologies, individual characteristics, learning.