

Цеунов Константин Сергеевич,

кандидат педагогических наук
ОЧУВО Международный инновационный университет,
г. Сочи,

Гаранин Виктор Анатольевич, аспирант,

ОЧУВО Международный инновационный университет,
г. Сочи

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ТРАНСФОРМАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА: ОСОБЕННОСТИ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Аннотация: В статье рассматриваются современные тенденции эмоционального интеллекта, выявленные исследованиями в связи с меняющимися внешними условиями. Рассматривается проблема формирования и поддержания уровня эмоционального интеллекта в трансформирующейся среде общества.

Abstract: The article examines the current trends in emotional intelligence identified by research in connection with changing external conditions. The problem of formation and maintenance of the level of emotional intelligence in the transforming environment of society is considered.

Ключевые слова: Эмоциональный интеллект, цифровизация, дистанционное обучение, пандемия, тенденции изменения уровня эмоционального интеллекта.

Keywords: Emotional intelligence, digitalization, distance learning, pandemic, trends in the level of emotional intelligence.

Уже ни у кого не вызывает сомнения тот факт, что развитый эмоциональный интеллект находится в основе достижения успеха в различных сферах жизнедеятельности и формирования устойчивых межличностных связей.

Судя по публикуемым в последние годы результатам исследований эмоционального интеллекта, всё больше представляет интерес диагностика современных тенденций изменения эмоционального интеллекта различных категорий населения, отражающая текущие внешние обстоятельства, например, пандемии, постпандемии, развитие цифровизации и пр.

Так, например, значительное количество внимания уделяется тенденциям изменения эмоционального интеллекта младших школьников как наиболее уязвимой категории в связи с тем, что в этом возрасте происходит активное формирование категории «эмоциональный интеллект». В своей статье «Влияние цифровизации на эмоциональный интеллект младших школьников» авторы Лыдкова Г. М., Гусарова А. А. отмечают, что цифровизация дает детям доступ к виртуальному миру развлечений и общения, но они могут выражать свои чувства только по отношению к игрушкам и цифровым устройствам, но не к людям. Причины растущего увлечения компьютерами и гаджетами в основном технологические. Легкий доступ к интернету и широкий выбор цифровых инструментов и приложений – вот некоторые из причин. Увеличение времени, проводимого в одиночестве с гаджетами и цифровыми устройствами, изолирует детей от реальных людей и живого межличностного общения, снижая эмоциональный интеллект. В онлайн-общении и компьютерных играх дети часто испытывают негативные чувства и используют специальный язык, основанный на жаргоне. Хотя это облегчает понимание, но сильно тормозит развитие языковой осведомленности и творческого самовыражения. Кроме того, самым известным недостатком этой формы общения является отсутствие невербальных методов коммуникации. Следствием этих фактов является



эмоциональный дефицит, который значительно задерживает развитие эмоционального и вербального интеллекта. Многие дети младшего школьного возраста после выхода из цифрового мира не способны к конструктивному общению и полноценному самовыражению и самосознанию [3].

Кроме вышеназванного эффекта, цифровизация может помочь минимизировать негативное влияние на психические процессы человека, став общей методологической основой для разработки новых подходов к обучению. В современном мире цифровые технологии – это не только инструмент, но и среда, открывающая новые возможности для общения, образования и удовлетворения индивидуальных потребностей.

Другое явление современного мира – это пандемия коронавируса COVID-19.

Влияние пандемии выявлено в исследовании Периковой Е. И., Бызовой В. М [5]. Исследование было направлено на сравнение показателей метакогнитивных компонентов и эмоционального интеллекта молодежи с использованием срезовых опросов до и в период пандемии COVID-19. В результатах исследования выявлены устойчивые эффекты пандемии на студентах естественнонаучных направлений подготовки.

Пандемия вынудила провести значительные изменения в организации образовательного процесса в учебных заведениях. В следствии ограничительных мер, принятых на уровне правительства, учебные заведения переходили на дистанционный режим обучения, который сохранялся порядка двух лет. До пандемии в учебный процесс учебных заведений законодательно было разрешено вводить лишь элементы дистанционного обучения, при этом сохраняя значимую часть процесса в исходной (очной) форме.

Дистанционное обучение выявило ряд проблем, решение которых потребовало незамедлительных действий: технические трудности обучения в дистанционном формате; недостаток мотивации и отсутствие привычного общения с однокурсниками и преподавателями.

В результате проведенного исследования авторами было выявлено устойчивое увеличение выраженности общего показателя метакогнитивной включенности и метакогнитивного регулирования, а также снижение межличностного эмоционального интеллекта у студентов в период пандемии COVID-19, в сравнении с показателями выборки до 2020 г [5].

Показатели целеустремленности и внутриличностного эмоционального интеллекта обнаружили значимое увеличение у студентов в период пандемии, в сравнении с уровнем до нее, но значимость различий подтвердилась только для части выборок, собранных после 2020г. Для групп студентов, до и в процессе пандемии, различались когнитивные компоненты, детерминирующие межличностный эмоциональный интеллект: системная рефлексия и целеустремленность для группы студентов до 2020 г. (коэффициент детерминации модели 13%), и системная рефлексия, метакогнитивные знания, настойчивость после 2020 г. (20 %) [5].

Интерес к влиянию дистанционного обучения привлекал внимание и до пандемии. Так, в исследовании С. К. Бековой с коллегами [1], проведенном в 2017–2018 гг., было показано, что значимую роль в успешном обучении на массовых открытых онлайн-курсах играют способность студента в организации рабочего пространства и времени, а также метакогнитивный контроль собственного процесса обучения и целеполагание.

В психотерапии признается положительный терапевтический эффект от некоторого перерыва в непосредственном межличностном общении. В этот период у человека есть возможность создать пространство для рефлексии, позволяя уделить время на размышления, погрузиться в свои чувства и осмыслить информацию; снизить напряжения, поскольку молчание может помочь усмирить эмоции и предоставить возможность для обращения к своему внутреннему миру, услышать свои истинные эмоции и желания; усилить внимание к деталям, т.к. в тишине возможно заметить мелочи – нюансы интонации, мимику, жесты. Это может дать ключ к пониманию глубоких эмоций при возобновлении общения.



Развитие эмоционального интеллекта – дело хорошее, но всё чаще возникает вопрос у подрастающего поколения «а зачем?». Развернуто этот вопрос можно перефразировать, например, так: зачем мне развивать эмоциональный интеллект, если я планирую работать в виртуальной реальности, т.е. не планирую общаться с людьми?

Проведем ретроспективный анализ причин, по которым сделан вывод о важности развития эмоционального интеллекта. Что может ждать общество с тенденцией к снижению коммуникации и, следовательно, эмоционального интеллекта?

Ученые считают, что необходимость регулярного общения с людьми обусловлена тем, что человеческий мозг в большей степени эволюционировал для поддержки социальных связей. Однако, сегодня все больше людей по разным причинам изолируются от общества – иногда по своему желанию, а иногда вынужденно (например, коронавирусные ограничения). Исходя из всего этого, логично предполагать, что изоляция каким-то образом влияет на состояние мозга.

Разные группы исследователей регулярно изучают взаимосвязь между социальной активностью человека и состоянием его головного мозга. Например, в 2021 году ученые создали карту головного мозга 7000 людей и изучили отделы, которые отвечают за социальное взаимодействие. Было выяснено, что эти области тесно связаны с умением человека принимать правильные решения, запоминать информацию, поддерживать мотивацию, контролировать эмоции и так далее. То есть, регулярность общения с людьми напрямую влияет на самые разные способности нашего организма.

В ходе новой научной работы, результаты которой были опубликованы в научном журнале *Neurology*, исследователи решили внимательнее изучить то, как социальная активность влияет на серое вещество. Для справки отметим, что серым веществом принято называть внешний слой головного мозга, который состоит из нейронов. В ходе научной работы исследователи сравнили состояние мозга 500 000 редко общающихся людей в возрасте 57 лет с показателями 32 000 социально активных добровольцев.

Сравнение показало, что у людей с дефицитом общения наблюдается более плохие познавательные способности: у них хуже память и время реакции, а также меньший объем серого вещества во многих частях мозга. Например, объем серого вещества оказался ниже в височной области, которая обрабатывает звуки и играет большую роль в долговременном запоминании информации. То же самое можно сказать и про лобную долю, которая отвечает за концентрацию внимания и планирование. К тому же, у социально изолированных людей наблюдались процессы, которые участвуют в развитии болезни Альцгеймера.

Исследование, проведенное у девяти членов экипажа, которые провели 14 месяцев на удаленной исследовательской станции в Антарктике проследило влияние крайней изоляции на мозг. Были представлены первые из когда-либо собранных доказательств того, как интенсивная физическая и социальная изоляция вызывает ощутимые структурные изменения в мозге человека – исследователи обнаружили значительные изменения в нескольких различных областях мозга испытуемых. Несмотря на небольшой объем исследования, выводы научной работы повторяют вывод ранее проведенных исследований, связывающих одиночное заключение и сенсорную депривацию с проблемами психического здоровья.

Резюмируя полученные исследователями выводы, можно сделать вывод, что социальная изоляция может коренным образом изменить структуру мозга человека.

Тенденция к снижению эмоционального интеллекта выявлена в 2020 году – в начале пандемии. Журнал *Personality* опубликовал новое исследование, показывающее, что 3 из 4 аспектов эмоционального интеллекта с годами ухудшились. Метаанализ включал 70 исследований с 17 000 участников. Он показал, что благополучие, самоконтроль и эмоциональность с годами снизились.



Несмотря на тенденцию к снижению, эмоциональный интеллект сегодня считается ключевым навыком и входит в десятку важных навыков для карьеры.

Ожидается, что к 2030 году спрос на навыки эмоционального интеллекта во всех отраслях все же вырастет на 22% во всем мире. Движущей силой рынка является повышение осведомленности организаций о преимуществах эмоционального интеллекта.

Список литературы:

1. Бекова С.К., Вилкова К.А., Джафарова З.И., Ларионова В.А., Малошонок Н.Г., Семенова Т.В., Чириков И.С., Щеглова И.А. **ОНЛАЙН БЕЗ ПАНИКИ. МОДЕЛИ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ МАССОВЫХ ОНЛАЙН-КУРСОВ В РОССИЙСКИХ УНИВЕРСИТЕТАХ.** // Современная аналитика образования, Express-выпуск 11. 2020. URL: <https://ioe.hse.ru/news/368270628.html>

2. Вербицкий, А.А. Цифровое обучение: проблемы, риски и перспективы / А.А. Вербицкий // Электронный научно-публицистический журнал "Homo Cyberus". – 2019. – №1 (6). http://journal.homocyberus.ru/Verbitskiy_AA_1_2019

3. Льдокова Г. М., Гусарова А. А. **ВЛИЯНИЕ ЦИФРОВИЗАЦИИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ** // Журнал «Научный лидер». 2023. №11 (109). URL: <https://scilead.ru/article/4157-vliyanie-tsifrovizatsii-na-emotsionalnij-inte>

4. Пашков Геннадий Николаевич, Рахматулин Юнус Валитович, Артеян Валерий Арамаисович **ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ** // Проблемы современного педагогического образования. 2022. №75-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-formirovaniya-emotsionalnogo-intellekta-obuchayuschih-sya-v-usloviyah-tsifrovizatsii-obrazovaniya>.

5. Перикова Е.И., Бызова В.М. **МЕТАПОЗНАНИЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ СТУДЕНТОВ ЕСТЕСТВЕННЫХ НАПРАВЛЕНИЙ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ И ДО НЕЕ** // Российский психологический журнал. 2022. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metapoznanie-i-emotsionalnyy-intellekt-studentov-estestvennyh-napravleniy-v-period-pandemii-i-do-nee>.

6. Умбетжанова А.Т. **ВЛИЯНИЕ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ-БАКАЛАВРОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА** // Биология и интегративная медицина. 2021. №6 (53). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-onlayn-obucheniya-na-razvitie-emotsionalnogo-intellekta-u-studentov-bakalavrov-meditsinskogo-universiteta>.

