

РОЛЬ ЭМОЦИЙ ЧЕЛОВЕКА В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНОГО ПОЗНАНИЯ

Яскевич В.И., студент гр.144691

*Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники¹
г. Минск, Республика Беларусь*

Парафиянович Т.А. – доцент кафедры ИРТ, канд. пед. наук, доцент

Аннотация. Социальное познание - сложный, комплексный процесс познания одного человека другим, одна из областей, изучаемых социальной психологией, где исследуются механизмы того, как человек перерабатывает, хранит и использует информацию о других людях и социальных ситуациях. Проведено исследование по анализу уровня эмоционального интеллекта, проведен анонимный опрос, представлен сравнительный анализ результатов исследования, сделаны выводы.

Ключевые слова. Эмоциональный интеллект, эмоции, социальное познание, социальная адаптация.

Одним из основных источников развития социального познания человека является социальная среда – то окружение, которое, воздействуя на него, побуждает согласовывать свои действия, поведения, стиль общения с требованиями морали и культуры общества и данной социальной группы, в частности.

Воздействие социальной среды человек испытывает на протяжении всей жизни, начиная с самого раннего возраста. Особенно оно значимо в психологически сложные периоды жизни – периоды психологического кризиса – перестройки взаимоотношений с окружающими людьми, формирования ценностных представлений о себе и окружающем мире [1]. Для человека социум является той средой, в которой он реализует свои потребности, где он приобретает главные личностные черты. Человек не играет пассивной роли в своем социальном становлении. Он имеет определенные задатки, у него формируется индивидуальность, он активен в социальном познании. Социальное познание — это процесс взаимного познания людьми друг друга в рамках общения и других способов взаимодействия. Кроме того, социальное познание – это область знаний, которая изучает особенности взаимодействия людей и всевозможные социальные ситуации [2].

Так как человек живет и формируется социуме через отношение к другим людям у него устанавливается отношение к самому себе. У человека формируются правильные и неправильные чувственные восприятия мира, преувеличенная или преуменьшенная самооценка, уверенность в себе или мнительность, самолюбие, гордость, обидчивость, тщеславие, неуверенность, честолубие и т.д. Поэтому для лучшей адаптивности и эффективности в общении человеку необходимо понимать свои эмоции и эмоции других людей. Для оценки способности к управлению и пониманию собственных эмоций и эмоций других людей используется оценка уровня эмоционального интеллекта.

В ряде современных теорий эмоция рассматривается как особый тип знания. В соответствии с данным подходом к пониманию эмоций выдвигается понятие эмоциональный интеллект, который определяется как: способность действовать с внутренней средой своих чувств и желаний; способность понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального анализа и синтеза; совокупность эмоциональных, личных и социальных способностей, которые оказывают влияние на общую способность кого-либо эффективно справляться с требованиями и давлением окружающей среды [3].

Обобщая данные определения, можно отметить, что индивиды с высоким уровнем развития эмоционального интеллекта обладают выраженными способностями к пониманию собственных эмоций и эмоций других людей, к управлению эмоциональной сферой, что обуславливает более высокую адаптивность и эффективность в общении. В отличие от абстрактного и конкретного интеллекта, которые отражают закономерности внешнего мира, эмоциональный интеллект отражает внутренний мир и его связи с поведением личности и взаимодействием с реальностью [4].

Проведенное исследование представляло собой онлайн-опрос среди студентов, целью которого была оценка уровня эмоционального интеллекта. Для проведения опроса был выбран опросник «Эмоциональный интеллект» (ЭМИн) разработанный Люсиным Дмитрием Владимировичем [5].

В структуре опросника выделяется 4 шкалы: МЭИ (межличностный эмоциональный интеллект); ВЭИ (внутриличностный эмоциональный интеллект); ПЭ (понимание эмоций); УЭ (управление эмоциями). В свою очередь, в эти шкалы объединены пять субшкал:

- МП (понимание чужих эмоций). Диагностирует способность к пониманию эмоционального состояния человека на основе внешних проявлений эмоций и/или интуитивно (чуткость к внутренним состояниям других людей).

- МУ (управление чужими эмоциями). Диагностирует способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций. Возможно, склонность к манипулированию людьми.

- ВП (понимание своих эмоций). Диагностирует способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин их возникновения, способность к вербальному описанию.
- ВУ (управление своими эмоциями). Диагностирует способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.
- ВЭ (контроль экспрессии) Диагностирует контролировать внешние проявления своих эмоций [5].

В качестве опрашиваемых выбраны обучающиеся БГУИР. Принято решение проводить опрос в онлайн формате с помощью платформы «OnlineTestPad». В опросе приняло участие 23 респондента в возрасте от 18 до 21 года.

На основании данных полученных в результате опроса можно определить уровень общего эмоционального интеллекта респондентов. Сведения об уровне общего эмоционального интеллекта респондентов представлены на рисунке 1 в виде круговой диаграммы.

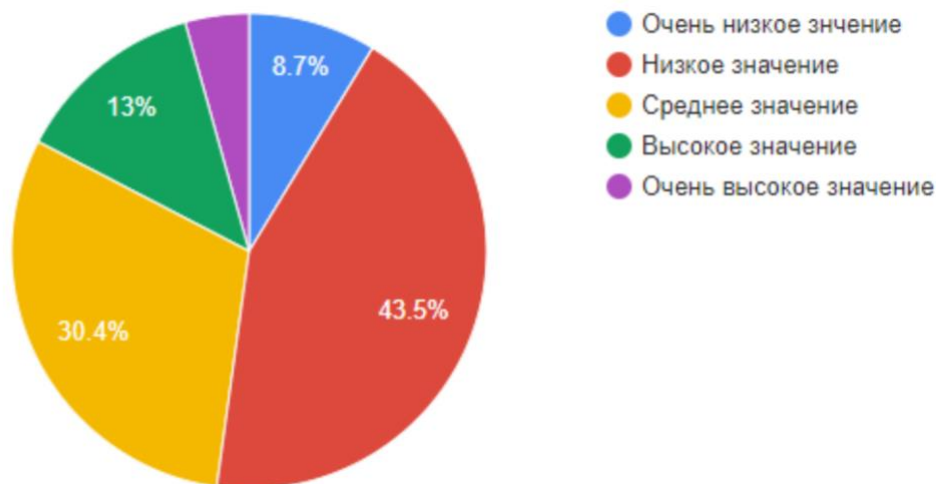


Рисунок 2.2.4 – Сведения об уровне общего эмоционального интеллекта респондентов

По результатам опроса, полученная информация была обработана и сгруппирована. На её основе определено, что у 47,8% респондентов общий уровень эмоционального интеллекта средний или выше среднего. Таким образом, особого внимания заслуживает вопрос развития и совершенствования эмоционального интеллекта в процессе обучения, поскольку эмоции являются неотъемлемой частью нашей жизни и умение распознавать, осознавать и управлять ими необходимо человеку для комфортного взаимодействия с социумом. Навык помогает решать практические задачи и достигать поставленных целей в жизни и на работе. Люди с развитым эмоциональным интеллектом умеют договариваться с другими людьми, принимать решения и правильно реагировать на негативные ситуации. Через эмоции мы реагируем на события, слова и обстоятельства. Если их не понимать, происходящее будет искажаться. Человек с развитым эмоциональным интеллектом реагирует на причины, а не действия или эмоции. Это помогает ему правильно воспринимать критику, понимать других людей и отвечать им адекватной реакцией.

В настоящее время наиболее эффективными методами развития эмоционального интеллекта являются следующие: групповой тренинг; индивидуальный тренинг; коучинг; тренинг в семейно-общественных центрах; семейное воспитание.

Важность развития эмоционального интеллекта подтверждают многочисленные исследования, свидетельствующие о том, что около 80% успеха в социальной и личной сферах определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% всем известный IQ – коэффициент умственного развития. Этот вывод ученых изменил традиционные взгляды на природу личностного успеха и развития человеческих способностей: совершенствование логического мышления и расширение кругозора еще не является залогом успеха в жизни.

Список использованных источников:

1. Андреева Г. М. Социальная психология. - М.: Изд-во МГУ, 2014.
2. Социальное познание: понятие, методы, функции, особенности [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://dnevnik-znaniy.ru/obshestvo/socialnoe-poznanie.html>
3. Понятие и структура эмоционального интеллекта (Андреева И.Н.) [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://psixologiya.org/socialnaya/emocionalnyj-intellekt/1593-ponyatie-i-struktura-emocionalnogo-intellekta-andreeva-in.html>
4. Эмоциональный интеллект: исследования феномена [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://andreeva.by/emocionalnyj-intellekt-issledovaniya-fenomena.html>
5. Люсин Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные // В кн.: Социальный и эмоциональный интеллект : от процессов к измерениям / Отв. ред.: Д. В. Люсин, Д. Ушаков. М. : Институт психологии РАН, 2009