

Рекомендации по результатам изучения личностного развития учащихся (2020/2021 учебный год)

Изучение личностного развития учащихся проводилось в соответствии с приказом Министра образования Республики Беларусь № 582 «Об изучении качества общего среднего образования в 2020/2021 учебном году».

В ходе исследования рассматривались вопросы формирования и развития эмоционального интеллекта учащихся. В качестве диагностического инструментария использовался тест (опросник) «ЭМИн» Д. Люсина¹. Для изучения факторов, влияющих на формирование эмоционального интеллекта, были разработаны анкеты для учащихся и их родителей. В исследовании, которое проводилось методом онлайн-анкетирования, приняли участие 1497 учащихся IX, XI классов и 1307 родителей.

Эмоциональный интеллект в рамках теста (опросника) Д. Люсина измерялся посредством 5 субшкал (понимание чужих эмоций, управление ими, понимание своих эмоций, управление ими, контроль экспрессии) и 5 интегральных шкал (межличностный эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект, понимание эмоций,

управление эмоциями, общий уровень эмоционального интеллекта).

Результаты тестирования учащихся (опросник «ЭМИн»)

По результатам тестирования у 37,3 % учащихся выявлен средний, у 24,9 % — высокий уровень общего эмоционального интеллекта. Очень высокое значение по данному показателю зафиксировано у 17,0 % участников исследования, низкое и очень низкое — у 12,4 % и 8,4 % соответственно (*диаграмма 1*).

Умение управлять эмоциями как интегральный показатель оказалось сформировано у учащихся в большей степени, чем умение понимать эмоции. По первой шкале высокие и очень высокие значения получены у 47,6 % тестируемых, а по второй — только у 28,9 % (*диаграмма 2*).

Это означает, что к старшему подростковому возрасту учащиеся в определённой мере уже научились сдерживать, контролировать свои эмоции, относительно эффективно взаимодействовать с другими людьми, но в то же время ещё недостаточно хорошо

¹ Люсин, Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта : опросник ЭМИн / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. — 2006. — № 4. — С. 3—22;

Люсин, Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн : новые психометрические данные / Д. В. Люсин // Социальный и эмоциональный интеллект : от моделей к измерениям / под ред. : Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. — М. : Институт психологии РАН, 2009. — С. 264—278.

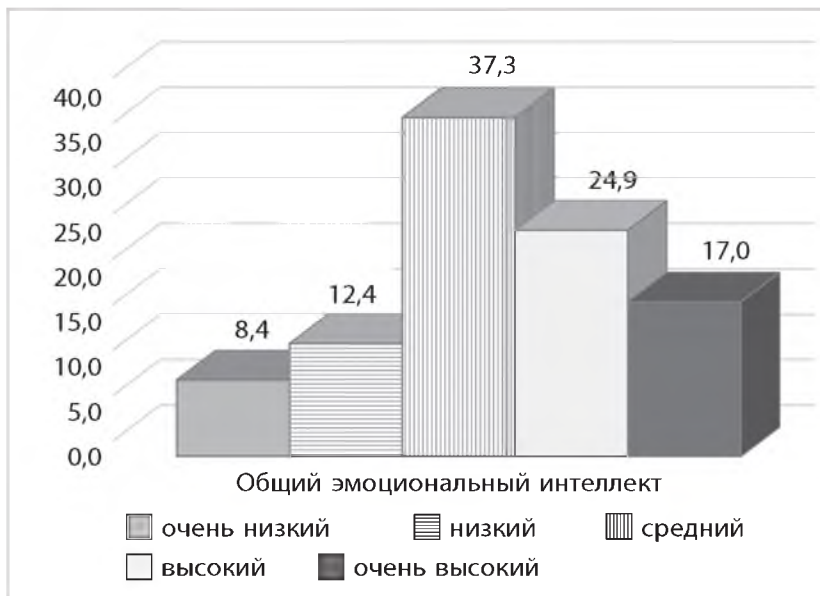


Диаграмма 1. — Распределение учащихся по уровням сформированности общего эмоционального интеллекта (в %)

понимают себя и других, не всегда умеют анализировать причины тех или иных эмоциональных состояний, идентифицировать и вербализировать свои эмоции, что может вызывать внутреннюю дисгармонию, эмоциональное напряжение, недопонимание и конфликты

в отношениях с окружающими.

Ещё большие отличия наблюдаются в уровнях сформированности у учащихся межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта. Хорошо понимают и управляют своими эмоциями около половины учащихся, принявших участие в исследовании (48,1 % имеют высокие или очень высокие значения). Однако по шкале межличностного эмоционального интеллекта, который предполагает понимание и управление эмоциями других людей, аналогич-

ные результаты зафиксированы только у 12,2 % учащихся (диаграмма 3).

Следует отметить, что эмоциональный интеллект оказывает значительное влияние на социальную адаптацию учащихся. Психологические исследования свидетельствуют, что у старших

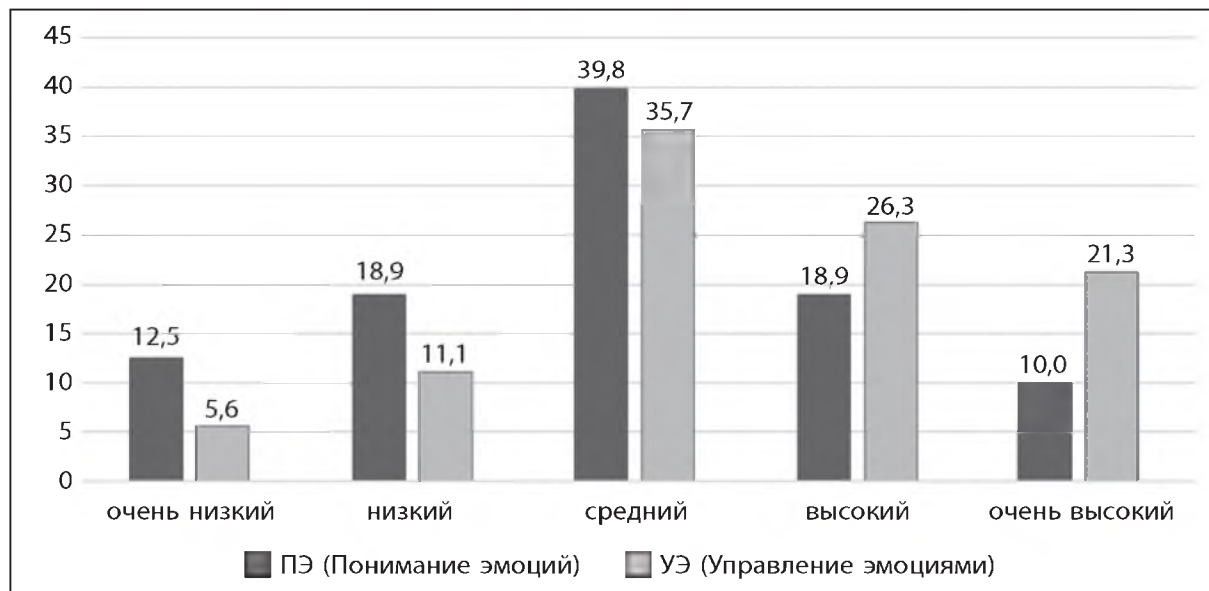


Диаграмма 2. — Распределение учащихся по уровням сформированности умений управлять эмоциями и понимать эмоции (в %)

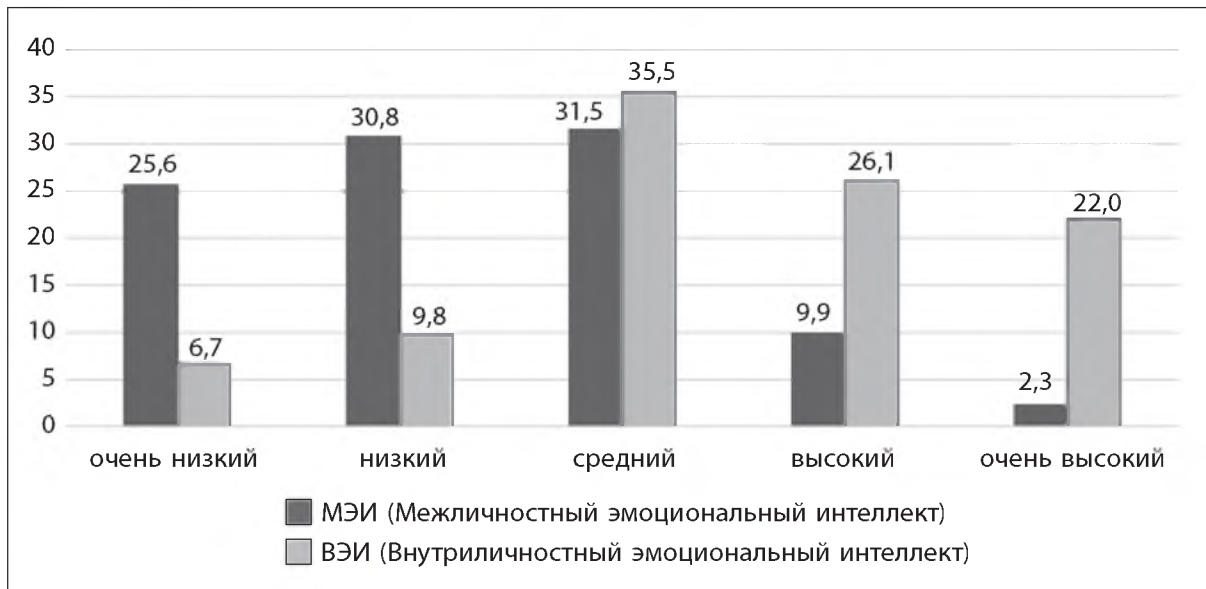


Диаграмма 3. — Распределение учащихся по уровням сформированности межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта (в %)

подростков (15—17 лет) с высоким уровнем эмоционального интеллекта достаточно ярко выражены качества, способствующие их успешной социализации: дружелюбие, эмоциональная устойчивость, смелость, лидерские качества, уверенность и требовательность к себе, мечтательность, уступчивость, чуткость, добродушие. Такие подростки легко уживаются в коллективе, без труда адаптируются к новым условиям, часто становятся лидерами в классе. В некоторых источниках также утверждается, что развитый эмоциональный интеллект, понимание себя и других, умение использовать эти знания для решения проблем позволяют достигать более высоких результатов в учёбе².

Сравнительный анализ результатов выполнения теста учащимися IX и XI классов выявил увеличение на III ступени общего среднего образования количества обучающихся с высоким и очень высоким уровнем общего эмоционального интеллекта (примерно на 11 %).

Различия между юношами и девушками наиболее заметны по таким шкалам, как «управление эмоциями», «внутриличностный интеллект» и «межличностный интеллект». Например, умение управлять эмоциями оказалось более выражено у учащихся мужского пола (диаграмма 4). При этом результаты выполнения теста по шкале «понимание эмоций» у девушек и юношей значительно не отличаются.

Межличностный эмоциональный интеллект, предполагающий понимание эмоций других людей и управление ими, оказался несколько выше сформирован у девушек, чем у юношей. В то же время учащиеся мужского пола показали значительно более высокие результаты по шкале «внутриличностный эмоциональный интеллект» (диаграмма 5).

В целом общий эмоциональный интеллект у юношей и девушек оказался сформирован приблизительно в одинаковой степени.

² Matthews, G. Emotional intelligence : science and myth / G. Matthews, M. Zeidner, R. D. Roberts. — Cambridge, Mass. ; London : MIT press, 2004. — XXI, 697 s.



Диаграмма 4. — Уровни сформированности у девушек и юношей умения управлять эмоциями (в %)

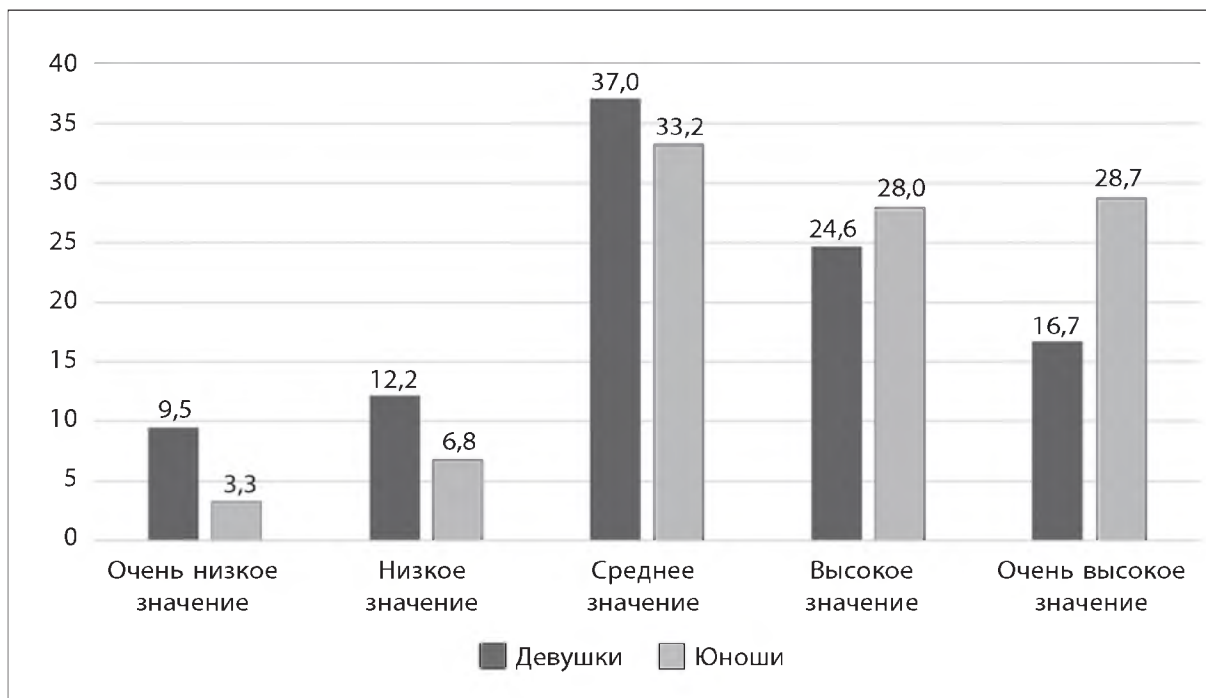


Диаграмма 5. — Уровни сформированности у девушек и юношей внутриличностного эмоционального интеллекта (в %)

Результаты анкетирования учащихся и их родителей по вопросам формирования и развития эмоционального интеллекта

Социально-эмотивные умения и навыки учащихся

Вышеприведённые результаты теста подтверждаются данными, полученными в ходе анкетирования учащихся. Так, 54,1 % опрошенных ответили, что у них сформировано умение *управлять своим эмоциональным состоянием*; 20,2 % указали, что умеют *оказывать влияние на эмоциональное состояние другого человека*; 26,9 % — *понимают эмоциональное состояние других людей*, что в целом соответствует результатам тестирования по методике Д. Люсина. Родители же учащихся несколько более критично оценивают степень сформированности у своих детей данных умений.

Большинство учащихся при ответе на вопросы анкеты указали, что они знают, как:

- *контролировать свои реакции гнева, эмоционального возбуждения* (72,5 %);
- *правильно вести себя в конфликтных ситуациях* (73,8 %);
- *правильно реагировать на троллинг (насмешки) и буллинг (травлю) со стороны других* (74,1 %);
- *производить благоприятное впечатление на других людей* (71,8 %);
- *говорить «нет» другим людям, если это необходимо* (67,3 %).

При этом более половины опрошенных (56,9 %) испытывают недостаток информации относительно того, как *эффективно справляться с кризисными ситуациями*. Около 40 % не всегда знают, как *справиться со страхом перед испытаниями (экзаменами, конкурсами и др.), публичными выступлениями, унижением, разочарованием, как мотивировать себя что-то делать, когда одолевают*

лень и апатия. У некоторых респондентов (7,4 %) ситуации экзамена, публичного выступления вызывают очень сильную тревожность, и они не владеют способами преодоления этих состояний.

Умение управлять эмоциями является важным компонентом коммуникативной культуры личности, которая в настоящее время рассматривается как составляющая ключевых компетенций XXI века, так называемых 4К (креативность, критическое мышление, коммуникативные умения и способность к кооперации).

Способность управлять своим эмоциональным состоянием также играет главную роль в формировании самомотивации и сдерживании импульсивного поведения, что имеет большое значение как в рамках учебной деятельности, так и в более широком социальном контексте, связанном с вопросами социальной адаптации и социализации личности. Однако необходимо учитывать, что как бесконтрольное выражение эмоций, так и их постоянное сдерживание могут иметь негативные последствия для человека. Последнее может являться причиной возникновения психосоматических заболеваний.

Помимо управления эмоциями, немаловажное значение имеет их осознание и понимание. Как показало проведённое исследование, учащиеся не всегда обладают навыками саморефлексии, адекватного понимания и распознавания собственных эмоций. Несмотря на то, что многие считают, что у них сформировано соответствующее умение, только 36,0 % респондентов имеют высокие и очень высокие значения эмоционального интеллекта по данной шкале. Неумение идентифицировать свои эмоции и адекватно их выражать, по мнению современных исследователей, является одним из факторов формирования

склонности к насилию и деструктивному поведению³.

Степень развития самосознания, саморефлексии, эмпатии как способности распознавать чужие эмоции и сопереживать другому человеку, уверенности в своей эмоциональной компетентности, а также синтония как инстинктивное созвучие с настроением окружающих, эмоциональные знания и навыки, внешний локус контроля в литературе рассматриваются как основные психологические предпосылки развития эмоционального интеллекта. В качестве условий гармоничного эмоционального развития выделяются и адекватное восприятие себя, определённая степень самопринятия.

Степень сформированности у учащихся эмоционального интеллекта характеризуют следующие ответы:

- *«Я принимаю себя таким, какой есть»* (60,9 %);
- *«Я стараюсь, чтобы мои слова не ранили чувства других людей»* (59,9 %);
- *«Прежде, чем обвинять других, я пытаюсь понять, почему они так поступили»* (51,3 %);
- *«Если я чувствую непонятное раздражение, тревогу или подавленность, я пытаюсь проанализировать, что их могло вызвать»* (50,1 %).

Всё вышеперечисленное присуще людям с развитым эмоциональным интеллектом. Они умеют прощать других людей, ставить себя на место другого

человека, способны «заражаться» эмоциональным состоянием других (синтония). Около 30 % учащихся считают, что у них достаточно выражены данные умения и способности.

Как отмечается в научных источниках, развитию синтоничности в детском возрасте препятствуют, в первую очередь, гиперопека и переоценка ребёнка родителями, что способствует формированию у него эгоцентризма и завышенной самооценки⁴; люди с завышенной самооценкой склонны чаще проявлять жестокость, чем люди с заниженной⁵.

Необходимое условие развития эмоционального интеллекта и одновременно его показатель — интерес к эмоциональной жизни, внутреннему миру других людей. 42,0 % учащихся ответили, что они согласны с утверждением *«мне интересно анализировать эмоциональные состояния и причины поступков других людей»* (34,7 % — скорее да, чем нет). Похожее распределение ответов было получено при оценке высказывания *«мне легко устанавливать контакты с другими людьми»*.

Проведённый корреляционный анализ показал наличие статистически значимой и достаточно выраженной связи между общим уровнем эмоционального интеллекта учащихся и умением устанавливать контакты. Это является одним из основных коммуникативных умений, которое можно развивать и совершенствовать у людей с различным типом темперамента.

³ Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. — Новополюк : ПГУ, 2011. — 388 с.;

Гоулман, Д. Деструктивные эмоции / Д. Гоулман ; пер. с англ. — Минск : ООО «Попурри», 2005. — 672 с.;

Rubin, M. M. Emotional intelligence and its role in multy gating aggression : A correlational study of relationship between emotional intelligence and aggression in urban adolescents / M. M. Rubin. Unpublished dissertation. — Immaculata College, Immaculata, Pennsylvania, 1999.

⁴ Bushman, B. J. Threatened egoism, narcissism, self-esteem, and directed and displaced aggression : Does self-love or self-hate lead to violence / B. J. Bushman, R. F. Baumeister. Abstr. 13th World Meeting of International Society for Research on Aggression, Manwah, N. Y., 1999 // Aggress. Behav. — 1999. — Vol. 25, № 1. — P. 17.

⁵ Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. — Новополюк : ПГУ, 2011. — 388 с.

У выпускников средней школы наблюдается более высокий уровень сформированности социально-эмотивных умений, что соответствует закономерностям психологического развития личности на данном этапе: в возрасте 16—17 лет увеличивается способность к эмпатии, происходит качественный скачок в формировании умений саморефлексии и эмоциональной саморегуляции.

В ходе анкетирования учащиеся XI класса чаще отвечали, что знают, как справляться с кризисными ситуациями, правильно реагировать на троллинг, буллинг, производить благоприятное впечатление на других людей. Также по сравнению с IX классом у одиннадцатиклассников возрастает понимание своих эмоциональных состояний, интерес к внутренней жизни, анализу эмоциональных состояний других людей, причин их поступков, а также причин собственных негативных переживаний. Учащимся становится легче устанавливать контакты с другими людьми, используемые ими стратегии помогают более эффективно преодолевать стрессовые ситуации.

Анализ гендерных отличий в ответах респондентов показал, что юноши чаще, чем девушки, знают, как эффективно справляться с кризисными ситуациями, контролировать свои эмоциональные состояния (гнев, эмоциональное возбуждение, страх перед

экзаменами и др.), принимают себя, такими, какие они есть, что, в том числе, может быть обусловлено стремлением позиционировать себя как сильную, самоэффективную личность с позитивным самоотношением («Я — ОК»).

В то же время девушки склонны больше проявлять эмпатию, интерес к внутреннему миру других людей, стараются в общении не ранить их чувства (таблица 1). Более низкие показатели относительно самопринятия могут свидетельствовать, с одной стороны, о более критичном отношении к себе, склонности к самоанализу, а с другой — о заниженной самооценке и недостатке позитивного отношения к себе, положительной «Я-концепции». Последнее говорит о наличии определённых психологических проблем, требующих проработки.

Проведённый статистический анализ вышеперечисленных психологических показателей свидетельствует, что практически все они тесно взаимосвязаны с уровнем общего эмоционального интеллекта. Особенно ярко эта зависимость проявляется относительно формирования умений эффективно справляться с кризисными ситуациями; реагировать на троллинг; справляться с негативными эмоциональными реакциями (гнева, агрессии), состояниями уныния, разочарования и пр.

Из тех учащихся, кто имеет высокое значение общего эмоционального

Таблица 1. — Ответы девушек и юношей на вопрос «Согласны ли Вы со следующими утверждениями?» (в %)⁶

	Юноши	Девушки
Мне интересно анализировать эмоциональные состояния и причины поступков других людей	33,4	48,8
Я стараюсь, чтобы мои слова не ранили чувства других людей	57,2	62,1
Я принимаю себя таким, какой я есть	72,1	52,0

⁶ Представлены в процентном соотношении ответы «да» на вопрос относительно сформированности вышеуказанных умений среди учащихся, имеющих различный уровень общего эмоционального интеллекта.

интеллекта, 76—77 % знают, как эффективно справляться с кризисными ситуациями, страхом перед испытаниями (экзаменами, конкурсами и др.), публичными выступлениями. Более 90 % ответили, что умеют контролировать свои реакции гнева, эмоционального возбуждения, знают, как правильно вести себя в конфликтной ситуации, реагировать на троллинг (насмешки), буллинг (травлю) со стороны других.

Стратегии, используемые учащимися для преодоления сложных жизненных ситуаций

На вопрос о том, что они делают, чтобы преодолеть сложную жизненную ситуацию, большинство опрошенных отмечали следующие варианты ответа: «обращаюсь за поддержкой к родителям, близким людям», «ищу уединения с целью обдумать ситуацию и найти выход», «слушаю любимую музыку». Около 40 % респондентов ответили, что в таких ситуациях они включают в активную деятельность: готовятся к урокам, занимаются спортом или общаются со сверстниками по поводу общих проблем.

Около трети учащихся (чаще юноши) склонны подавлять в себе негативные чувства, вызванные той или иной неудачей, что может приводить к серьёзным психологическим кризисам, различным психосоматическим заболеваниям.

Однако не могут быть рассмотрены в качестве позитивных вариантов решения проблем такие, как «ничего не делаю, жду, когда проблема решится сама собой», «ищу виноватых, выражаю раздражение, злость по отношению к другим» (суммарно около 10 % ответов). Только 1,6 % респондентов указали, что в сложной жизненной ситуации они звонят по телефону доверия. Около 3 % не знают, куда можно обратиться за помощью в таком случае.

На вопрос о том, эффективны ли используемые ими стратегии преодоления сложных жизненных ситуаций, 34,1 % опрошенных ответили, что им

это всегда помогает, 52,4 % считают, что чаще да, чем нет. Это говорит о том, что учащиеся нуждаются в выработке более эффективных стратегий преодоления сложных ситуаций, в чём им требуется помощь педагогов-психологов.

Приобретение необходимых эмоциональных умений и навыков в процессе взросления позволяет учащимся вырабатывать более эффективные стратегии преодоления стрессовых ситуаций. Так, среди одиннадцатиклассников, согласно опросу, таких учащихся оказалось приблизительно на 10 % больше, чем в IX классе.

Учащиеся с высокими показателями эмоционального интеллекта чаще выбирают конструктивные стратегии преодоления жизненных трудностей: включение в активную деятельность, обращение за помощью к родителям, учителям, педагогу-психологу. В то же время те, кто имеет более низкие значения эмоционального интеллекта, чаще ничего не делают, ждут, когда проблема решится сама собой, и/или ищут виновных, выражают раздражение, злость по отношению к другим.

Психологический комфорт в учреждении образования как условие и показатель формирования эмоционального интеллекта учащихся

Большинство опрошенных ответили, что на учебных занятиях они чаще всего испытывают интерес (73,9 %), радость успеха, удовлетворённость своими достижениями (56,2 %). Удовольствие от процесса познания отметили примерно 38 % учащихся, около трети указали, что на учебных занятиях они получают удовольствие от совместной работы.

Показательно, что учащиеся с низким и очень низким эмоциональным интеллектом чаще других испытывают на учебных занятиях неуверенность в собственных силах, тревожность и прочие негативные эмоциональные состояния. Это может отрицательно сказываться на результатах их учебной деятельности.

74,7 % опрошенных ответили, что вполне комфортно ощущают себя в классном коллективе, 20,0 % — чаще да, чем нет. В большинстве случаев указывалось, что одноклассники «дружелюбны, помогают и поддерживают друг друга» (72,7 % ответов). В то же время только немногим более половины опрошенных (56,7 %) отметили, что в случае возникновения в классном коллективе конфликтных ситуаций учащиеся конструктивно их разрешают (35,2 % — иногда).

Достаточно распространённым явлением в процессе общения учащихся между собой сегодня становится троллинг: 17,0 % ответили, что это происходит постоянно в их классном коллективе, 37,4 % — иногда. В некоторых случаях речь идёт о целенаправленной травле (буллинге) отдельных учащихся (7,0 % ответов «да», 13,0 % — иногда). Около 4 % опрошенных чувствуют себя объектом травли, боятся насмешек, буллинга со стороны одноклассников, почти 10 % испытывают это эпизодически. Реже всего жертвами буллинга и насмешек становятся учащиеся с высоким и очень высоким уровнем общего эмоционального интеллекта.

Негативные эмоциональные переживания учащихся также связаны со сравнением с другими учениками, боязнью наказания со стороны родителей и проблемами в отношениях с учителями. Около 17 % респондентов часто испытывают боязнь отвечать у доски, выступать с докладом, примерно столько же нередко переживают страх перед контрольной работой, что свидетельствует о наличии школьной тревожности. Как показал проведённый статистический анализ, всё перечисленное выше отрицательно коррелирует с развитием эмоционального интеллекта.

В результате сравнительного анализа ответов учащихся IX и XI классов установлено, что последние более комфортно чувствуют себя в классном коллективе (разница по данному индикатору составила 10 %). В целом можно отметить, что в XI классе

наблюдается более благоприятный морально-психологический климат: учащиеся в преобладающем большинстве случаев дружелюбны, помогают и оказывают поддержку друг другу, конструктивно разрешают конфликтные ситуации, значительно реже наблюдается буллинг среди одноклассников.

Большинство опрошенных указали, что учителя учат их конструктивно разрешать конфликтные ситуации (66,4 %), корректно выражать свои эмоции (58,5 %). Несколько в меньшей степени, судя по ответам учащихся, учителя склонны замечать эмоциональное состояние своих учеников, оказывать им эмоциональную поддержку (44,2 % и 50,7 % соответственно ответов респондентов).

Обучение в учреждении образования как фактор формирования эмоционального интеллекта учащихся

В ходе анкетирования около половины опрошенных учащихся (51,4 %) отметили, что на занятиях по учебным предметам им часто предлагаются задания, связанные с анализом эмоционального состояния того или иного героя, мотивов его поведения (38,1 % — что иногда). В основном, по ответам респондентов, такие задания выполняются на уроках русской и белорусской литературы.

Около трети учащихся (34,8 %) посещают танцевальные студии, музыкальную школу, кружок (28,9 %). Практически пятая часть опрошенных участвует в деятельности театрального кружка и/или обучается вокалу. Факультативные занятия «Учимся жить в мире и согласии», «Основы современного этикета», «Подготовка учащихся к семейной жизни» посещают 12—15 % учащихся от общего числа опрошенных; тренинги личностного роста — 18,2 % (посещают или посещали их ранее).

Большинство респондентов указали, что в процессе обучения и воспитания в учреждении образования

используются метод дискуссии (84,1 %), написание эссе, сочинений, связанных с описанием различных эмоциональных состояний, психологического анализа ситуации (76,2 %), моделирование ситуаций (60,7 %). Около половины опрошенных назвали метод моральных дилемм (выбор варианта поведения в сложных моральных ситуациях), 31,1 % — сюжетно-ролевые игры.

Наличие статистически значимой положительной корреляционной связи обнаружено между признаком «общий эмоциональный интеллект» и посещением музыкальной школы, тренингов личностного роста, перечисленных выше факультативных занятий, а также с использованием в учебном процессе заданий, связанных с анализом эмоционального состояния героя и прочее, метода дискуссии, написанием эссе и сочинений, предполагающих психологический анализ тех или иных ситуаций.

Взаимоотношения в семье и семейное воспитание как факторы формирования эмоционального интеллекта учащихся

Подавляющее большинство учащихся (87,5 %) охарактеризовали свои взаимоотношения с родителями как тёплые, доверительные. При этом только 44,0 % опрошенных ответили, что хотели бы в будущем в собственной семье иметь такие же взаимоотношения, как у родителей. Почти каждый пятый анкетированный отметил, что в их жизни имеют место ситуации, когда хочется уйти из дома (4,7 % — постоянно, 14,2 % — иногда).

В большинстве семей, согласно ответам учащихся, родители оказывают им эмоциональную поддержку, учат корректно выражать свои эмоции, воспитывают чувство собственного достоинства, самоуважения, проявляют интерес к внутреннему миру своего ребёнка. Около 60 % родителей также ответили, что, как правило, ребёнок делится с ними своими проблемами,

переживаниями. Если в семье возникают ситуации недопонимания, обиды, то их, чаще всего, спокойно обсуждают. Родители поощряют выдержку, самоконтроль ребёнка, обсуждают с ним его эмоциональные состояния и их причины, взаимоотношения со сверстниками, друзьями, учителями (65—69 %), свои взаимоотношения с ребёнком (77,2 %); несколько реже — взаимоотношения с противоположным полом (43,4 % — часто, 46,3 % — иногда и 10,3 % — не обсуждают).

Менее 7 % родителей указали, что в семье в качестве воспитательной меры могут применяться физические наказания. Значительно чаще со стороны взрослых имеет место гиперопека (45,7 % — иногда, 14,4 % — постоянно), которая, как уже отмечалось, также негативно сказывается на формировании у учащихся способности понимать эмоциональные состояния других людей и выстраивать с ними эффективную коммуникацию.

Важное значение для формирования доверительных взаимоотношений в семье играет совместное времяпрепровождение. По утверждению большей части родителей (57,8 %), они часто проводят свободное время вместе с детьми; у 41,3 % это получается не так часто, как хотелось бы.

В целом можно отметить, что атмосфера в семье и взаимоотношения с родителями оказывают более значимое влияние на формирование эмоционального интеллекта учащихся, чем фактор особенностей обучения в учреждении образования, за исключением случаев буллинга (эмоциональной травли) в классе. Наиболее существенно с уровнем развития общего эмоционального интеллекта коррелируют: открытое выражение в семье чувств, переживаний, спокойное обсуждение проблем, интерес родителей к внутреннему миру, переживаниям своих детей, общее семейное благополучие (отсутствие ситуаций, которые вызывают у подростка желание уйти из дома).

Психологическая культура родителей как фактор формирования эмоционального интеллекта учащихся

подавляющее большинство опрошенных родителей ответили, что достаточно осведомлены об индивидуальных психологических особенностях своего ребёнка, а также о его проблемах и переживаниях (88,2 % и 77,0 % соответственно). Чаще всего родители уверены, что они знают, каковы жизненные ценности и интересы их ребёнка (81,4 %). При этом, как призналось около трети опрошенных, они имеют лишь некоторое представление о психологических особенностях юношеского возраста. В то же время многие родители отмечают у себя дефицит психологических знаний, которые помогли бы им формировать и развивать эмоциональный интеллект ребёнка. Так, значительное количество родителей испытывают затруднения в том, чтобы научить своего ребёнка:

- эффективно справляться с кризисными ситуациями (40,4 %),
- мотивировать себя что-то делать, если одолевает лень и апатия (37,3 %),
- контролировать свои реакции гнева, эмоционального возбуждения (34,9 %),
- справляться со страхом перед экзаменами, с унынием, разочарованием (33,7 %),
- говорить «нет» другим людям, если это необходимо (30,6%),
- правильно вести себя в конфликтной ситуации, реагировать на троллинг, насмешки (23,1 % и 25,1 % соответственно),
- производить благоприятное впечатление на других людей (22,5 %).

Мнения родителей по поводу роли эмоционального интеллекта в достижении успеха в различных сферах жизни разделились: 45,6 % отметили, что в большинстве случаев это играет ключевую роль и может быть важнее интеллектуальных способностей и знаний; примерно столько же (46,4 %) считают

более значимой роль профессиональных знаний, и лишь 2,4 % опрошенных уверены, что эмоциональный интеллект не имеет существенного значения для достижения жизненного успеха.

По убеждению подавляющего числа родителей (83,8 %) насилие в семье недопустимо, около 4 % опрошенных, к сожалению, считают физические наказания самым действенным методом воспитания. Значительное число респондентов полагают, что при выяснении отношений можно не сдерживать свои эмоции (3,9 % — «да», 14,1 % — «скорее да, чем нет»).

Достаточно распространёнными являются гендерные стереотипы в воспитании, которые, как показывают исследования, могут оказывать отрицательное влияние на формирование эмоционального интеллекта у учащихся. По мнению около 40 % родителей нужно делать акцент на развитие выдержки и самоконтроля при воспитании мальчиков, а проявления нежности и мягкости следует воспитывать в девочках.

Сфера досуга и формирование эмоционального интеллекта учащихся

Анализ бюджета свободного времени учащихся свидетельствует о том, что основным их времяпрепровождением на досуге является просмотр видеороликов в Интернете, а также общение в различных мессенджерах. Значительная часть опрошенных проводит в социальной сети от 1 часа до 3 часов в день (около 36 % ответов) или даже более 3 часов (15—19 %). Чтением художественной литературы увлекаются чуть более 30 % анкетированных (суммарное количество вариантов ответа «от 1 часа до 3 часов» и «более 3 часов»).

Большинство учащихся на досуге посещают занятия музыкой или другие кружки (таблица 2). Многие опрошенные ответили, что регулярно играют в компьютерные игры: 17,6 % — от 1 часа до 3 часов, 5,6 % — более 3 часов в день. В последнем случае можно с уверенностью говорить о наличии

компьютерной зависимости, которая отрицательным образом сказывается на физическом и психологическом здоровье учащихся, а также на их достижениях в учёбе.

Проведённый корреляционный анализ показал, что общение в социальных сетях имеет слабую положительную связь с развитием эмоционального интеллекта.

Подавляющее большинство учащихся имеет дома персональный компьютер (83,7 %) и выход в Интернет (98,9 %). Следует отметить, что Интернет предоставляет сегодня большие возможности, связанные с поиском нужной информации, в том числе в учебных целях, для социальной коммуникации, однако вместе с тем является источником дополнительных рисков для учащихся. Так, практически каждый пятый опрошенный встречался в сети Интернет с информацией, фото или видео, демонстрирующими факты насилия, жестокости, убийств. Примерно столько же указали, что сталкивались в сетевом общении с оскорблениями, унижениями, преследованиями, обидами (кибербуллинг). Исходя из полученных данных, можно предположить, что последнее ещё более распространено в виртуальном формате, чем в реальном.

Большое влияние на формирование досуга учащихся, их духовное и

эмоциональное развитие оказывают семейные традиции, культурный уровень семьи. В большинстве семей, согласно ответам учащихся, принято обсуждать прочитанные книги, просмотренные фильмы, спектакли (44,3 % — часто, 36,0 % — иногда), читать художественную литературу (37,3 % — часто, 42,3 % — иногда). Примерно две трети опрошенных имеют дома личную библиотеку. Причём её наличие значимо коррелирует с развитием эмоционального интеллекта. Во многих семьях посещают музеи, театры, библиотеки, богослужения (15—17 % — часто). Реже в белорусских семьях сохраняются традиции игры на музыкальных инструментах (17,2 % — часто, 23,8 % — иногда).

Полученные статистические показатели свидетельствуют о том, что практически всё перечисленное положительно коррелирует с развитием эмоционального интеллекта учащихся. В большей степени эта зависимость проявляется относительно таких переменных, как посещение выставок, музеев, театров и обсуждение книг, фильмов, спектаклей.

Взаимодействие семьи и учреждения образования в вопросах воспитания и личностного развития учащихся

Большинство респондентов-родителей (58,5 %) регулярно взаимодействуют по

Таблица 2. — Распределение ответов учащихся на вопрос «Сколько примерно времени в обычный учебный день после школы вы уделяете...»

№ п/п		Количество респондентов (в %)			
		До 1 часа	От 1 часа до 3 часов	Более 3 часов	Нисколько
1.	Просмотру телевизора (включая DVD)	32,1	9,7	1,6	56,6
2.	Игре в компьютерные игры	23,1	17,6	5,6	53,7
3.	Чтению художественной литературы	49,9	26,5	4,5	19,1
4.	Общению в социальных сетях	40,9	35,6	18,9	4,6
5.	Просмотру видеороликов в сети Интернет	42,1	35,8	14,7	7,4
6.	Посещению кружков (занятия музыкой и др.)	15,8	31,2	14,2	38,8

вопросам воспитания и развития своего ребёнка с классным руководителем (иногда — 34,3 %), несколько реже — с другими педагогами учреждения образования (регулярно — 22,4 %, иногда — 50,3 %).

На вопрос о том, удовлетворены ли родители своим взаимодействием с педагогами, 86,2 % ответили «да», 12,2 % — «не совсем» и 1,6 % — «нет». Обращались за помощью к специалистам социально-педагогической и психологической службы 18,4 % родителей учащихся. Из них 62,5 % полностью удовлетворены оказанной им помощью, 34,6 % — скорее удовлетворены.

Родители отметили, что проведённая работа помогла им *в значительной мере* понять своего ребёнка, узнать его индивидуальные и возрастные особенности (44,1 % опрошенных); улучшить взаимоотношения с ребёнком, установить контакт, разрешить конфликтную ситуацию (38—39 %), скорректировать поведение ребёнка (36,3 %), найти более действенные способы воспитания (33,0 % анкетированных).

Родители хотели бы получить ответы специалистов на такие вопросы, как:

- психологические факторы успешного обучения ребёнка (42,8 %),
- причины школьной тревожности, учебной перегрузки и профилактика переутомления учащихся (34,4 %),
- психологические особенности юношеского возраста, основы педагогического взаимодействия с юношами и девушками (30,3 %),
- способы формирования и развития эмоционального интеллекта у детей и подростков (27,2 %),
- особенности воспитания юношей и девушек, подготовка их к будущей семейной жизни (24,8 %).

Также актуальными являются следующие проблемы: причины и профилактика компьютерной, алкогольной, наркотической зависимостей, признаки депрессивного состояния, суицидального поведения юношей (девушек),

способы помощи ребёнку в подобной ситуации, причины агрессивного поведения у детей (16—19 % ответов).

На вопрос о том, какую практическую помощь родители хотели бы получить от специалистов, чаще всего указывались такие варианты ответа, как: «осуществить диагностику личностных особенностей ребёнка» (33,9 %), «повысить интерес ребёнка к учебе» (46,3 %), «сформировать у ребёнка адекватную самооценку, уверенность в себе» (46,5 %).

На основе данных, полученных в ходе исследования, рекомендуется следующее.

Учителям-предметникам, классным руководителям, специалистам социально-педагогической и психологической службы, представителям администраций учреждений образования:

1. Включать в планы воспитательной работы учреждения образования и работы социально-педагогической и психологической службы мероприятия, направленные на формирование и развитие эмоционального интеллекта учащихся (понимание эмоций, управление ими, развитие навыков саморефлексии, эмпатии, выработка эффективных стратегий поведения в конфликтных, кризисных ситуациях, профилактика школьного буллинга, формирование культуры общения, в том числе в сетевом пространстве).

При этом важно объяснять учащимся и педагогам значимость эмоционального интеллекта для успешной социализации детей, их эффективно-го взаимодействия с другими людьми; профилактики насилия и виктимизации, в том числе школьного буллинга, а также различных форм девиантного поведения подростков.

Необходимо учить школьников анализировать причины тех или иных эмоциональных состояний, определять и правильно выражать свои эмоции, быть чувствительными к состоянию других людей, развивать эмпатию и навыки эмоциональной саморегуляции. Особое значение имеет формирование умений

учащихся справляться со стрессом, вызванным экзаменами, страхом перед публичными выступлениями, эмоциональным возбуждением, агрессией, депрессивными состояниями.

Также важно формировать у учащихся навыки самомотивации, которые являются важной составляющей личностной самоэффективности и рассматриваются наряду с другими как одни из ключевых компетенций XXI века.

В ходе воспитательной работы в целях формирования и развития умений анализировать эмоции, чувства других людей может использоваться просмотр художественных фильмов, видеосюжетов с последующим их обсуждением, проведение конкурсов проектов, эссе на соответствующие темы.

2. В рамках деятельности социально-педагогической и психологической службы реализовывать комплекс диагностических мероприятий, направленных на изучение эмоционального интеллекта учащихся, школьной тревожности, морально-психологического климата в классных коллективах. По результатам проведённой диагностики должна осуществляться необходимая индивидуальная и групповая работа по коррекции выявленных проблем. В качестве методов исследования могут выступать психологические тесты, социометрия, беседы, наблюдение.

Формированию эмоционального интеллекта учащихся будет способствовать проведение тренингов личностного роста, использование приёмов арт-терапии, рационально-эмотивной терапии, библиотерапии, ролевых игр и т. д., которые помогут развить умения саморефлексии, анализа эмоциональных состояний — своих и чужих, способность представить чувства и ощущения другого человека.

3. Уделять особое внимание проблеме буллинга и троллинга в учреждениях образования, обучению учащихся тому, как правильно себя вести в подобных ситуациях. Важно научить их устанавливать и защищать собственные личностные границы, а также замечать и соблюдать в общении границы других;

осознавать свои эмоции, причины их возникновения и корректно выражать эти эмоции. Наиболее эффективны в данном контексте психологические тренинги, позволяющие почувствовать себя в той или иной роли (например, жертвы) и выработать соответствующие модели поведения.

Целесообразно также использовать интерактивные видео, фильмы, где показаны различные варианты развития событий в зависимости от реакции главного героя, который сталкивается, например, с проблемой буллинга (это может быть, интерактивный фильм «Изгой», созданный минской киностудией «Аркхэм-фильм» при поддержке киношколы студии Андрея Полупанова и ГУО «Средняя школа № 136 г. Минска»).

Практики отмечают, что для успешного решения проблемы буллинга в учреждении образования необходимы, во-первых, её своевременное выявление и признание (при наличии соответствующих фактов), всесторонний и объективный анализ, а во-вторых, объединение усилий всех работников учреждения образования, которые взаимодействуют с учащимися. Важно определить потенциально опасные, скрытые места в учреждении образования и на прилегающей территории и установить здесь систематическое наблюдение сотрудниками учреждения.

Следует также в рамках воспитательной работы информировать учащихся о юридической ответственности за такие действия, как умышленное причинение телесного повреждения или иные насильственные действия, умышленное повреждение имущества, клевета (распространение заведомо ложной информации), оскорбление (умышленное унижение чести и достоинства, выраженное в неприличной форме), доведение до самоубийства и др.

В целях профилактики кибербуллинга могут эффективно использоваться разработки, размещённые на электронном ресурсе «Детский правовой сайт» (<http://mir.pravo.by>).

Немаловажное значение имеет формирование в учреждении образования дружественной образовательной среды, корпоративной культуры, транслирующей такие морально-нравственные качества, как человеческое достоинство, уважение к личности другого человека, самоуважение, неприятие жестокости и насилия в любых его проявлениях (физического, психологического, сексуального).

Полезная информация по данным проблемам содержится в следующих изданиях:

- Луговцова, Е. И. Организация школьной службы медиации: пособие для педагогов учреждений общ. сред. образования с белорус. и рус. яз. обучения / Е. И. Луговцова, Ю. Н. Егорова. — Минск: Нац. ин-т образования, 2017. — 200 с.;
- Дружественная и поддерживающая среда в учреждениях общего среднего образования: пособие для педагогических работников учреждений общего среднего образования / А. В. Музыченко [и др.]. — Минск: БГПУ, 2020. — 244 с.

4. Усилить взаимодействие УОСО с учреждениями дополнительного образования детей и молодёжи для организации досуга учащихся, привлечения их к деятельности объединений по интересам художественной, музыкальной, театральной и иной направленности.

5. При организации работы с родителями (законными представителями учащихся) больше внимания уделять развитию их психологической культуры, делать акцент на значимости развития эмоционального интеллекта учащихся, построения тёплых, доверительных отношений с детьми, целенаправленного воспитания у них самоконтроля и выдержки, открытого выражения своих чувств, спокойного обсуждения в семье ситуаций недопонимания, обид,

внимания родителей к внутреннему миру своих детей, их переживаниям.

В рамках родительских собраний, деятельности родительских университетов следует рассказывать, о психологических особенностях подросткового и юношеского возраста, факторах формирования и развития эмоционального интеллекта учащихся, о важности приобщения детей к чтению, занятиям музыкой, совместному времяпрепровождению, обсуждению прочитанных книг, просмотренных фильмов, видеосюжетов, о необходимости преодоления гендерных стереотипов в воспитании мальчиков и девочек и т. д., о том, как научить ребёнка эффективно справляться с кризисными ситуациями, мотивировать себя к действиям, контролировать гнев, правильно вести себя в конфликтной ситуации, реагировать на троллинг, насмешки и др.

Разработчикам учебно-методических комплексов, учебных пособий:

Включать в содержание учебных пособий больше учебного материала, заданий, связанных с анализом эмоционального состояния, причин поступков литературных, исторических персонажей, влияния особенностей биографий авторов произведений на их творчество и др.

Учреждениям высшего образования и дополнительного образования взрослых:

При организации подготовки и повышения квалификации педагогических кадров шире освещать такие вопросы, как:

- формирование и развитие эмоционального интеллекта учащихся, их социально-эмотивных умений, навыков;
- диагностика и коррекция школьной тревожности;
- профилактика школьного буллинга и кибербуллинга;
- развитие эмоционального интеллекта, психологической культуры родителей учащихся и педагогических работников.

*Материалы подготовлены
заместителем начальника управления мониторинга качества образования
Национального института образования И. П. Жоголь-Лабзеевой*