

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.156>**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СТУДЕНТОВ ТЕХНИКУМА С КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕМ: ОТ ПОКАЗАТЕЛЕЙ К КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИМ ПЕРСПЕКТИВАМ**

Научная статья

**Рерке В.И.<sup>1,\*</sup>, Матафонова С.И.<sup>2</sup>, Кротова Т.Е.<sup>3</sup>**<sup>1</sup> ORCID : 0000-0002-7722-8287;<sup>2</sup> ORCID : 0000-0002-0940-8307;<sup>3</sup> ORCID : 0000-0002-2480-9969;<sup>1,2,3</sup> Иркутский государственный университет, Иркутск, Российская Федерация

\* Корреспондирующий автор (rerke[at]mail.ru)

**Аннотация**

Период обучения в техникуме является кризисным периодом становления личности. При этом стоит отметить, что процесс адаптации обучающегося выполняет стрессозащитные функции, выступая предиктором психологического благополучия. Выбор копинг-стратегий личности в психологии рассмотрен через различные призмы совладающего поведения, при этом однозначного мнения не сформулировано. В своем исследовании мы рассматриваем взаимосвязь эмоционального интеллекта студентов техникума с выбором копинг-стратегий. Целью работы стало исследование взаимосвязи проявления и уровня эмоционального интеллекта с копинг-поведением у обучающихся техникума, на основании полученных данных разработать перспективы развития эмоционального интеллекта и коррекции неконструктивного копинга обучающихся. В исследовании приняли участие 286 студентов техникума в возрасте 16-19 лет. Результаты, полученные при помощи проверки на нормальность распределения Колмогорова – Смирнова и расчета рангового коэффициента корреляции Спирмена, показали наличие положительных и отрицательных взаимосвязей между эмоциональным интеллектом и совладающим поведением. Показано, что низкий уровень эмпатии препятствует формированию социального копинга и психологического благополучия обучающихся техникума. Вследствие этого студенты неудовлетворительно оценивают собственную жизнь и не могут ею эффективно управлять. Установлено, что такие показатели эмоционального интеллекта как неспособность понимать и управлять своими эмоциями, низкий уровень социальных навыков формируют непродуктивные копинг-стратегии такие как «Игнорирование» и «Уход в себя». Выявлено, что неумение управлять эмоциями формируют самообвиняющую позицию юношей и девушек. Полученные результаты позволили определить перспективы коррекции непродуктивных копинг-стратегий обучающихся техникума. На основе полученных результатов разработана модель развития эмоционального интеллекта и коррекции неконструктивного копинг-поведения у студентов техникума.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, эмоциональный интеллект, психологическое благополучие, неконструктивные стратегии, обучающиеся техникума.

**RELATIONSHIP OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF TECHNICAL SCHOOL STUDENTS WITH COPING BEHAVIOUR: FROM INDICATORS TO CORRECTIVE AND DEVELOPMENTAL PERSPECTIVES**

Research article

**Rerke V.I.<sup>1,\*</sup>, Matafonova S.I.<sup>2</sup>, Krotova T.Y.<sup>3</sup>**<sup>1</sup> ORCID : 0000-0002-7722-8287;<sup>2</sup> ORCID : 0000-0002-0940-8307;<sup>3</sup> ORCID : 0000-0002-2480-9969;<sup>1,2,3</sup> Irkutsk State University, Irkutsk, Russian Federation

\* Corresponding author (rerke[at]mail.ru)

**Abstract**

The period of study in technical school is a crisis period of personality formation. It should be noted that the adaptation process of a student fulfils stress-protective functions, acting as a predictor of psychological well-being. The choice of coping strategies of a personality in psychology is examined through various prisms of coping behaviour, and no unambiguous opinion has been formulated. In our study, we look at the relationship between the emotional intelligence of technical school students and the choice of coping strategies. The aim of the work was to study the relationship between the manifestation and levels of emotional intelligence with coping behaviour in students of technical school, on the basis of the obtained data to develop prospects for the development of emotional intelligence and correction of unconstructive coping of students. The research involved 286 technical school students aged 16-19 years old. The results obtained using the Kolmogorov-Smirnov normality test and calculation of the Spearman rank correlation coefficient showed the presence of positive and negative correlations between emotional intelligence and coping behaviour. It is demonstrated that the low level of empathy hinders the formation of social coping and psychological well-being of technical school students. As a consequence, students evaluate their own life unsatisfactorily and cannot manage it effectively. It is established that such indicators of emotional intelligence as inability to understand and manage their emotions, low level of social skills form unproductive coping-strategies such as "Ignoring" and "Retreating into oneself". It was found out that the inability to manage emotions forms the self-accusing position of young men and girls. The obtained results allowed to determine the prospects of correction of unproductive coping-

strategies of technical school students. On the basis of the obtained results, the model of emotional intelligence development and correction of unconstructive coping behaviour in students of technical school was developed.

**Keywords:** coping strategies, emotional intelligence, psychological well-being, non-constructive strategies, technical school students.

## Введение

Период обучения в сузе приходится на юношеский возраст. В это время юноши и девушки сталкиваются с различными стрессовыми факторами: чрезмерная психологическая и физическая нагрузки, конфликтные ситуации, информационная перегрузка и многое другое. На основании того, как личность выходит из стрессовых ситуаций, формируются различные копинг-стратегии – конструктивные и неконструктивные. Сеем предположить, что основу формирования конструктивных стратегий [1] выхода из стрессовых ситуаций составляет социальный интеллект, а конкретная его форма проявления – эмоциональный интеллект [2].

Практический опыт подсказывает психологам и педагогам образовательных организаций, что понимание эмоций и моделей социальных отношений позволяет обучающимся реализоваться как в профессиональной деятельности, так и в личной жизни. В контексте реализации нашего исследования мы обратились к изучению содержательных аспектов эмоционального интеллекта и демонстрации стрессоустойчивых стратегий личности. В поле исследовательского интереса попали такие научные дефиниции как «эмоциональный интеллект», «психологическое благополучие», стили и стратегии преодоления негативных стрессовых ситуаций.

Цель настоящей работы – изучить взаимосвязь эмоционального интеллекта студентов техникума с их копинг-поведением.

В исследовании поставлены следующие задачи:

1. Выявить проявления и уровни эмоционального интеллекта, особенности копинг-поведения у студентов техникума.

2. Осуществить эмпирический анализ взаимосвязи эмоционального интеллекта студентов техникума с их копинг-поведением.

В соответствии с целью и задачами исследования нами была сформулирована гипотеза о наличии взаимосвязи эмоционального интеллекта с копинг-поведением у студентов техникума.

На основании полученных результатов сформулированы перспективы развития эмоционального интеллекта и коррекции неконструктивного копинга обучающихся техникума.

Эмоциональный интеллект активно изучается зарубежными и отечественными исследователями на протяжении многих лет [2], [3]. И стоит отметить, что эмоциональный интеллект необходимо рассматривать как определенную совокупность ментальных, эмоциональных и чувственных способностей человека, которые обеспечивают идентификацию личности в социуме [3]. Подчеркнем, что именно эмоциональный интеллект позволяет человеку осмысливать, понимать и устанавливать причины возникновения тех или иных эмоций и проявлений в поведении, а также побуждать к управлению собственными эмоциями и поведением в повседневной жизни [4].

Отметим, что эмоциональный интеллект как основная психологическая дефиниция начал изучаться в начале 1990-х годов и был концептуализирован как набор способностей аналогичных общему интеллекту. Первая значимая работа в этой области проведена Salovey P., & Mayer J. D. [5]. Учёные конкретизировали понятие «эмоциональный интеллект» и впервые соотнесли его с действиями, а именно с функцией контроля.

В настоящее время эмоциональный интеллект представляет собой набор навыков для идентификации, обработки и управления эмоциями [6]. Постепенное обращение ученых [1], [2] к данному виду интеллекта дало возможность проверить корреляции между различными переменными, например: стресс, успеваемость, качество жизни и другие. По этой причине некоторые авторы проводили исследования среди студентов разных уровней образования, чтобы иметь возможность продемонстрировать роль и место эмоционального интеллекта в структуре личности [3], [6].

O'Connor PJ & Martin B. [7], изучая эмоциональный интеллект в контексте преодоления стресса, установили, что осознание эмоций и контроль над ними позволяют справляться с проблемами конструктивно. Кроме того, сочетание эмоционального интеллекта и конструктивных стратегий преодоления стресса позволяет легче адаптироваться к постоянно происходящим изменениям в социуме [7].

Помимо этого, эмоциональный интеллект выполняет важные функции: адаптационную и стрессозащитную.

Эмоциональный интеллект связан со способностью человека справляться со стрессом. Albeshер S.A. и Alsaeed M.H. подчеркивают, что люди, сталкиваясь с различными проблемами в определении и удовлетворении своих целей и потребностей, в достижении личной и социальной гармонии, в развитии взаимодействия с окружающей средой, непрерывно согласуют свои личностные характеристики индивида с внешними условиями. Этот тип согласования достигается и поддерживается путем активизации потенциала индивида в применении стратегий преодоления стресса, с помощью которых создается баланс между собой и своим внешним окружением и социальными обстоятельствами. Личность делает это посредством мобилизации энергии, модификации целей, стремлений и изменение самой окружающей среды [8].

Согласно Salovey P., & Mayer J. D. [5], эмоционально интеллектуальные дети здоровее, счастливее и более приспособляемы, и эти черты характера приводят их к желаемым академическим достижениям. При этом самосознание, саморегуляция и мотивация личности имеют решающее значение, поскольку они определяют, как индивид будет управлять своими делами.

Согласно Albeshер S.A. and Alsaeed M.H. [8], методы преодоления негативно воспринимаемой ситуации могут включать идеи или действия, которые используются в жизненных обстоятельствах с высоким уровнем стресса. Некоторые из этих стратегий позитивны, например, попытка эффективно решить проблему. Однако обычные стратегии преодоления становятся неэффективными в тяжелых стрессовых ситуациях. Следовательно, по мнению

Salovey P., & Mayer J. D. [5], индивид становится эмоционально и психологически истощенным до тех пор, пока не будут разработаны и практиковаться новые методы для достижения положительных результатов выхода из стресса.

При этом выбор копинг-стратегий рассматривается в контексте проблематики совладающего поведения личности, которое становится актуальным для человека, попавшего в затруднительную жизненную ситуацию, который столкнулся со стрессом [9]. Развитая способность к совладающему поведению, определяющая выбор тех или иных копинг-стратегий, помогает человеку быть продуктивным в непростых обстоятельствах жизни, сохранять свое социальное здоровье и психологическое благополучие, действовать осознанно в преодолении стресса. Копинг-стратегии оказывают действие на образ «Я», гарантируют построение социальных отношений, умение решать жизненные задачи [9], [10]. Продуктивные копинг-стратегии снижают психологическое напряжение, помогают восстановить активность личности как субъекта деятельности.

Все вышесказанное позволяет констатировать актуальность и многоаспектность изучения проблемы исследования: выявить взаимосвязь эмоционального интеллекта студентов техникума с копинг-поведением.

### Методы и принципы исследования

Исследование проходило в три этапа. На первом этапе производился теоретический сравнительный анализ содержания научных источников, в результате чего сформулированы цель, задачи и гипотеза исследования.

На втором этапе осуществлялся сбор и анализ эмпирических данных: изучались проявления и уровни эмоционального интеллекта, особенности копинг-поведения у студентов техникума.

Третий этап исследования посвящен определению перспектив коррекции неконструктивного копинга обучающихся техникума.

Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью следующего инструментария:

- опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» (автор Д.В. Люсин), применен с целью изучения способности к пониманию своих и чужих эмоций и включает в себя следующие шкалы: общий эмоциональный интеллект (ОЭИ), межличностный интеллект (МЭИ), внутриличностный интеллект (ВЭИ), способность к пониманию своих и чужих эмоций (ПЭ), способность к управлению своими и чужими эмоциями (УЭ) [11];

- методика «Юношеская копинг-шкала» (ЮКШ), авторы Э. Фрайденберг и Р.Льюис, предназначенная для изучения стилей переживания человеком трудных, стрессовых ситуаций: продуктивный; непродуктивный; социальный [12];

- опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» (СПНС), разработанный С.С. Гончаровой, направленный на определение способов и стратегий преодоления негативных ситуаций в раннем юношеском возрасте: поиск поддержки, повышение самооценки, анализ проблемы, самообвинение и поиск виновных [13];

- опросник «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф, адаптированный Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко), позволил установить уровень психологического благополучия респондентов [14].

На заключительном этапе проводилась обработка полученных результатов с применением компьютерного пакета «SPSS Statistics 22». Использовалась описательная статистика: для проверки нормальности распределения применялся критерий Колмогорова-Смирнова, анализ корреляционных связей рассчитывался с использованием рангового коэффициента Спирмена.

В исследовании приняли участие студенты ГБПОУ «Ангарский техникум рекламы и промышленных технологий» очной формы обучения с 1 по 4 курс. Выборка составила 286 человек (128 девушек и 158 юношей). Из них обучающиеся первого курса (n=102), второго курса (n=63), третьего курса (n=62), четвертого курса (n=59). Средний возраст составил 17,4 года.

Первично сбор и анализ эмпирических данных направлен на изучение проявления и уровня эмоционального интеллекта обучающихся суза.

### Основные результаты

Изучение эмоционального интеллекта проводилось с помощью одноименного опросника (ЭмИн). Отметим, что в целом по группе респондентов 92% юношей и девушек демонстрируют низкий уровень способности к межличностному познанию. У 6% обучающихся уровень эмоционального интеллекта соответствует показателям ниже среднего, что свидетельствует о неспособности студентов суза находить связи между поведением и его последствиями, а также указывает на несформированность социальных норм поведения (табл. 1).

Таблица 1 - Распределение уровней и показателей эмоционального интеллекта студентов техникума

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.156.1>

Показатели эмоционального интеллекта	Очень высокий уровень, %	Высокий уровень, %	Средний уровень, %	Низкий уровень, %	Очень низкий уровень, %
Межличностный эмоциональный интеллект	7	10	34	25	24
Внутриличностный эмоциональный интеллект	11	15	40	21	13

Понимание эмоций	5	6	30	31	28
Управление эмоциями	10	18	39	26	7
Общий эмоциональный интеллект	7	15	34	21	23

Примечание: отмеченные корреляции являются значимыми при  $p^* < ,05$  и  $p^{**} < ,001$  ( $N=286$ )

Полученные данные демонстрируют доминирование средних показателей по всем шкалам методики, при этом наименее выраженной является способность к пониманию своих и чужих эмоций. Подобные данные могут свидетельствовать о нарушениях в коммуникациях и наличии конфликтных ситуаций в юношеской группе.

Далее были изучены показатели выбора стилей совладающего поведения в юношеском возрасте (методика «Юношеская копинг-шкала» (Э. Фрайденберг, Р. Льюис)) (табл. 2).

Таблица 2 - Распределение показателей стилей копинг-поведения студентов техникума

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.156.2>

Стиль копинг-поведения	Высокий уровень, %	Средний уровень, %	Низкий уровень, %
Продуктивный	6	74	20
Непродуктивный	10	87	3
Социальный	11	75	14

На основании полученных результатов можем констатировать, что в группе студентов техникума преобладают средние показатели продуктивного, непродуктивного и социального стилей стрессозащитного поведения. Следовательно, мы можем говорить, что юноши и девушки одинаково эффективно используют все стили совладания с субъективно сложными ситуациями. Однако стоит отметить, что в непродуктивном стиле наши респонденты чаще выбирают копинг-стратегии «Игнорирование» и «Уход в себя». Сместе предположить, что данный выбор является признаком «философского осмысления проблемных стрессовых ситуаций», в это время подключается режим «сбережения сил и энергии». Заметим, что данный выбор копинг-стратегий характерен для юношеского возраста и подтверждает положения, изложенные нами в предыдущей работе [9].

В контексте изучения стилей копинг-поведения студентов техникума уместно рассмотреть способы преодоления негативных ситуаций. Для этого была применена методика «Способы преодоления негативных ситуаций» (С.С. Гончаровой). Проанализируем полученные результаты исследования. Так, в группе респондентов доминируют средние значения по всем шкалам методики, также можем констатировать преобладание высокого уровня преодоления негативных ситуаций студентами техникума над низким. У 19% обучающихся наблюдается увеличение показателей по шкале «Повышение самооценки», что указывает на стремление в укреплении своей самооценки путем сравнения себя с другими людьми, находящимися в аналогичных ситуациях.

Перейдем к описанию уровней психологического благополучия студентов суза. 51% обучающихся техникума демонстрируют преобладание низкого уровня психологического благополучия. Полученные данные говорят о том, что многие студенты имеют недостаточные личностные ресурсы собственного психологического благополучия и оценивают жизнь как неудовлетворительную. У 33% респондентов установлен средний уровень благополучия и только 16% юношей и девушек могут эффективно управлять собственной жизнью – у них выявлен высокий уровень психологического благополучия.

Для того чтобы решить вторую задачу, проведен корреляционный анализ полученных результатов исследования. При подсчете корреляций между показателями установлены следующие результаты, представленные в таблице 3. В то же время выраженность психологического благополучия не продемонстрировала значимых корреляций уровнем эмоционального интеллекта и показателями стратегий преодоления негативных ситуаций.

Таблица 3 - Корреляции по субшкалам опросников ЮКШ (Э. Фрайденберг и Р. Льюис), ЭМИа (Д.В. Льюис), СПНС (С.С. Гончарова)

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.145.156.3>

	УЭ	ВЭИ	МЭИ	Общий эмоциональный интеллект
Непродуктивный копинг	-0,312*	-0,300*	-	- 0,342*

Социальный копинг	-	-	0,324*	-
Самообвинение	-0,312**	-	-	-

### Обсуждение

Обратимся к обобщенному качественному анализу полученных результатов исследования. Соотнесем проявления эмоционального интеллекта и характера изученных копинг-стратегий. Отметим, что обучающиеся техникума не умеют распознавать и идентифицировать чужие эмоции (28% респондентов находятся на очень низком уровне демонстрации эмоционального интеллекта, на низком уровне – 31% и на среднем уровне данная особенность проявляется у 30% студентов). Также 49 % (низкий и очень низкий уровни) обучающихся не понимают причины негативных эмоций окружающих людей, у них не развита способность предвидеть эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций. Кроме того, 33% студентов обладают низким уровнем управления своих эмоций, а 59% респондентов не умеют поддерживать желательные эмоции и снижать интенсивность нежелательных. Подчеркнем еще одну важную особенность эмоционального интеллекта наших обучающихся, которая проявляется в не выраженности потребности в познании самого себя (34%). Таким испытуемым свойственна тенденция к занижению своих способностей, характерно неадекватное представление о восприятии себя другими людьми (44%). Особый риск вызывают 49% студентов, которые не способны контролировать внешние проявления своих эмоций. Детальное описание проявлений и уровней эмоционального интеллекта обучающихся суза сопоставим с копинг-поведением.

У 97% обучающихся предпочитаемой копинг-стратегией является стратегия, ориентированная на избегание и уход в себя. Представленная группа студентов стремится преодолеть негативные переживания за счет реакции по типу «Уклонение». Поясним, что для данной стратегии характерно проявление неконструктивных форм поведения в стрессовых ситуациях – это проявляется в отрицании или игнорировании проблемы, в уклонении от ответственности и отсутствию действий по разрешению трудностей. Такая поведенческая пассивность сочетается с вспышками раздражения, так же погружением в фантазии. Эта стратегия является неадаптивной, студент не решает проблемы, растет вероятность накопления трудностей, что проявляется в эмоциональном дискомфорте ( $p = - 0,342$ ).

Выявлена значимая положительная связь между социальным копингом и межличностным эмоциональным интеллектом ( $p = 0,324$ ). Можем предположить, что данным студентам характерно низкое сопереживание, не понимание эмоций других людей, в том числе одноклассников, и отсутствие навыков обращаться за помощью. Заметим, что эмоциональная рефлексия и умение управлять эмоциями других людей помогает выстраивать продуктивные межличностные связи и проявлять в социальных отношениях продуктивных копинг.

Констатируем выявленные значимые отрицательные связи между данными шкалы «Непродуктивный копинг» методики «ЮКШ» и показателями шкал «Внутриличностный интеллект», «Управление эмоциями» опросника «ЭМИн». Полученные результаты позволяют сделать следующий вывод: чем ниже способность понимать, контролировать свои эмоции и управлять ими, тем чаще будут формироваться непродуктивные копинг-стратегии, что влечет к несовладанию со стрессовыми ситуациями у студентов. Также стоит подчеркнуть отрицательную корреляцию между непродуктивным копингом и общим эмоциональным интеллектом. Данный факт, по-нашему мнению, обусловлен несформированными социальными навыками в области понимания эмоциональных проявлений. Отметим, что, чем ниже уровень понимания проявлений эмоций у себя и окружающих людей, тем менее развито эффективное стрессозащитное поведение у студентов.

Полученные данные сочетаются с положительной корреляцией, шкалы «Социальный копинг» и показателями «Межличностный интеллект». Следовательно, чем меньше выражены эмпатические способности, т.е. способности понимания эмоций других, осознание мотивов другой стороны конфликта, тем меньше возникает желание обращаться к значимым близким, сверстникам и специалистам за помощью.

Также обнаружена отрицательная связь показателя «Управление эмоциями» опросника «ЭМИн» и данными шкалы «Самообвинение» опросника СПНС. Следовательно, неспособность регулировать собственные переживания, а также влиять на свое эмоциональное состояние, формирует самообвиняющую позицию обучающихся техникума. Возможно, данным фактом мы можем объяснить преобладание низкого уровня психологического благополучия.

Полученные результаты исследования подчеркивают наличие объективных сложностей у обучающихся техникума, а именно неумение понимать и эмоционально передавать информацию, рефлексировать, контролировать и управлять возникшими эмоциями. Эти результаты согласуются с исследованием Albeshier S.A. and Alsaeed M.H. [8], поскольку они предположили, что повышение уровня эмоционального интеллекта позволяет применять способы позитивного (конструктивного) совладания со стрессом.

Также эти результаты соотносятся с данными, предложенными в исследованиях Lu Q & Zou G. [15], Матафоновой С.И. [9].

Согласно текущему исследованию, не было выявлено статистически значимых различий в стратегиях преодоления стресса и уровня эмоционального интеллекта среди участников в зависимости от их пола. Результаты нашего исследования также подтверждают исследования Lu Q & Zou G. [15] и Белинской Е.П., Агадуллиной Е.Р. [16], которое показало, что пол не играет существенной роли в определении уровня психологической совместимости и стратегий выхода из стресса.

Подчеркнем, что обучающиеся суза, как правило, подвержены различным типам психологического стресса, вызванного множеством скрытых источников, таких как финансовые проблемы, академическая некомпетентность, оценка со стороны преподавателей и сверстников.

На основе результатов исследования и вышеупомянутого обсуждения можно сделать вывод, что студенты были способны эффективно использовать стратегии контроля стресса. Однако настоятельно рекомендуем провести более

всестороннее исследование, используя гораздо большую выборку, которая должна включать студентов различных специальностей и разных вузов и университетов.

### **Заключение**

В текущем исследовании изучалась взаимосвязь эмоционального интеллекта студентов техникума с копинг-поведением. В исследовании подчеркивалось, что стратегии преодоления стресса являются важными адаптируемыми навыками, которые должны быть неотъемлемой частью личности обучающихся в техникуме.

Также полученные данные, натолкнули нас на необходимость ознакомления преподавателей высших и средних учебных заведений с концепцией эмоционального интеллекта, формированием стратегий преодоления стресса, их измерений и их важности в способах преодоления как учебного, так других видов стрессов [17].

Установлено, что неконструктивные стратегии управления стрессом проявляются у тех студентов, у которых выявлены низкие показатели внутриличностного интеллекта и сложностями в управлении эмоциями.

Низкие эмпатические способности обучающихся проявляются еще и в том, что эта группа студентов не умеет обращаться за помощью, в том числе в случаях стресса. Меньше возникает желание обращаться к значимым близким, сверстникам и специалистам за помощью.

Полученные данные помогли обозначить перспективы развития эмоционального интеллекта и коррекции неконструктивного копинга обучающихся техникума.

Нами разработана программа развития эмоционального интеллекта и коррекции неконструктивного копинг-поведения у студентов техникума, которая будет реализована в учебно-воспитательном процессе техникума с учетом его социокультурного пространства в 2024 -2025 учебном году в рамках реализации вариативной части учебного плана.

Цель программы: создать организационно-педагогические условия развития проявлений эмоционального интеллекта и коррекции неконструктивного копинг-поведения у студентов техникума.

Задачи: развить межличностный эмоциональный интеллект студентов техникума; способствовать формированию внутриличностного эмоционального интеллекта; сформировать умения понимать свои эмоции и эмоции других людей; сформировать продуктивный и социальный стили копинг-поведения.

Направления реализации программы:

- внедрение в образовательный процесс приемов и методов развития эмоционального интеллекта;
- активизация процесса личностного саморазвития студентов во взаимодействии с социальными партнерами образовательной организации;
- взаимосвязь традиционных и инновационных методов теоретической и практической подготовки обучающихся суза.

Педагогическое условие: внедрение личностно-ориентированных технологий.

Компоненты коррекционно-развивающей работы: мотивационно-целевой, эмоционально-поведенческий, рефлексивно-оценочный.

Кроме того, педагогический состав техникума пройдет дополнительное обучение по психолого-педагогическим методам развития эмоционального интеллекта обучающихся.

Запланировано внедрение инновационных форм работы и кейс технологий с кураторами учебных групп по формированию конструктивного копинг-поведения у студентов.

В коррекционно-развивающую работу с обучающимися включены групповые формы психологического консультирования, с применением арт-терапии, когнитивно-поведенческой и эмоционально-образной терапии. Также стоит учитывать в процессе психологического консультирования индивидуальный профиль копинг-стратегий обучающегося.

Ожидаемый результат: высокий уровень межличностного эмоционального интеллекта студентов техникума, проявление внутриличностного эмоционального интеллекта, демонстрация умений понимать свои эмоции и эмоции других людей; в стрессовых и сложных жизненных ситуациях проявление продуктивного копинг-поведения.

Таким образом, в рамках данного исследования изучалась взаимосвязь проявлений и уровней эмоционального интеллекта с копинг-поведением у студентов техникума. Установлено, что такие показатели эмоционального интеллекта как неспособность понимать и управлять своими эмоциями, низкий уровень социальных навыков формируют непродуктивные копинг-стратегии, что проявляется в поведении студентов при столкновении со стрессовыми ситуациями. Также отметим, что неспособность понимать эмоции других проявляется в отсутствии навыков обращаться за помощью и, как следствие, предлагать свою психологическую поддержку людям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Все это позволило разработать направления развития эмоционального интеллекта и коррекции неконструктивного копинг-поведения у студентов техникума.

### **Конфликт интересов**

Не указан.

### **Рецензия**

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

### **Conflict of Interest**

None declared.

### **Review**

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

**Список литературы / References**

1. Михайлова (Алешина) Е.С. Методика исследования социального интеллекта: Адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливена: Руководство по использованию. / Е.С. Михайлова (Алешина) — СПб: ГП "ИМАТОН", 1996. — 56 с.
2. Гукаленко О.В. Динамика эмоционального интеллекта как ресурса совладающего поведения будущих специалистов социально-образовательной сферы / О.В. Гукаленко // Современные проблемы науки и образования. — 2022. — №6. — URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=32358> (дата обращения: 13.06.2024)
3. Ткач Е.Н. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и выбора копинг-стратегий у специалистов сферы недвижимости дальневосточного региона / Е.Н. Ткач, К.Ф. Жданова // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. — 2022. — Т. XIX, Вып. 3. — с. 158-166.
4. Смык Ю.В. Потенциал психологической безопасности педагога в оценках учащихся / Ю.В. Смык, А.Ю. Качимская, В.Н. Гордиенко // Интеграция образования. — 2022. — Т. 26, №3. — с. 503-517.
5. Salovey P. Emotional intelligence / P. Salovey, J. D. Mayer // *Imagination, Cognition and Personality*. — 1990. — 9(3). — p. 185–211. DOI: 10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG.
6. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности / Т.Д. Шевеленкова, Т.П. Фесенко // Психологическая диагностика. — 2005. — 3. — с. 95-121.
7. O'Connor P.J. The Measurement of Emotional Intelligence: A Critical Review of the Literature and Recommendations for Researchers and Practitioners / P.J. O'Connor, A. Hill, M. Kaya et al. // *Front Psychol.* — 2019. — May 28; 10:1116. — PMID: 31191383; PMCID: PMC6546921. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.01116.
8. Albeshier S.A. Emotional intelligence and its relation to coping strategies of stressful life events among a sample of students from the college of basic education in the state of Kuwait / S.A. Albeshier, M.H. Alsaeed // *Journal of Educational & Psychological Sciences*. — 2015. — 16(04). — p. 273–395. DOI: 10.12785/jeps/160409 .
9. Матафонова С.И. Взаимосвязь оценок детско-родительского взаимодействия и копинг-стратегий подростков «группы риска» / С.И. Матафонова, В.И. Перке, Т.Е. Кротова // Психология и право. — 2022. — Т. 12, №3. — с. 109-123.
10. Каплун М.А. Пути преодоления негативных последствий конфликтных ситуаций в супружеских отношениях / М.А. Каплун // Актуальные вопросы и достижения современной науки: Материалы Международной (заочной) научно-практической конференции, Астана, Казахстан, 19 апреля 2018 г. Астана, Казахстан: Научно-издательский центр "Мир науки". — 2018. — April 19. — с. 331-334..
11. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. — 2006. — 4. — с. 3-22.
12. Холодная М.А. Структура стратегий совладания в юношеском возрасте (к проблеме валидности опросника «Юношеская копинг-шкала») / М.А. Холодная, О.Г. Берестнева, Е.А. Муратова // Вопросы психологии. — 2007. — 4. — с. 143-156.
13. Гончарова С.С. Опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» – метод диагностики психологического преодоления в раннем юношеском возрасте / С.С. Гончарова // Журнал практического психолога. — 2006. — 6. — с. 132-147.
14. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности / Т.Д. Шевеленкова, Т.П. Фесенко // Психологическая диагностика. — 2005. — 3. — с. 95-121.
15. Lu Q. Relationship Between Emotional Intelligence, Self-Acceptance, and Positive Coping Styles Among Chinese Psychiatric Nurses in Shandong / Q. Lu, B. Wang, R. Zhang // *Front Psychol.* — 2022. — Mar 18;13:837917. — p. PMID: 35369270; PMCID: PMC8971775. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.837917.
16. Белинская Е.П. Переживание относительной депривации как фактор копинг-стратегии избегания в сетевой коммуникации / Е.П. Белинская, Е.Р. Агадуллина // Социальная психология и общество. — 2020. — 11 №1. — с. 92-106.
17. Минюрова С.А. Эмоциональный интеллект субъектов образовательной среды в условиях цифровизации: обзор исследований / С.А. Минюрова, В.С. Басюк, Е.Ю. Брель и др. // Сибирский психологический журнал. — 2021. — 82. — с. 153–173. DOI: 10.17223/17267080/82/9. .

**Список литературы на английском языке / References in English**

1. Mihajlova (Aleshina) E.S. Metodika issledovanija sotsial'nogo intellekta: Adaptatsija testa Dzh. Gilforda i M. Sallivena: Rukovodstvo po ispol'zovaniju. [Social Intelligence Research Technique: Adaptation of the J. Guildford and M. Sullivan Test: A Guidelines for Use] / E.S. Mihajlova (Aleshina) — SPb: GP "IMATON", 1996. — 56 p. [in Russian]
2. Gukalenko O.V. Dinamika emotsional'nogo intellekta kak resursa sovladajushego povedenija buduschih spetsialistov sotsial'no-obrazovatel'noj sfery [Dynamics of emotional intelligence as a resource of future specialists' coping behavior in the social and educational sphere] / O.V. Gukalenko // Modern problems of science and education. — 2022. — №6. — URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=32358> (accessed: 13.06.2024) [in Russian]
3. Tkach E.N. Vzaimosvjaz' emotsional'nogo intellekta i vybora koping-strategij u spetsialistov sfery nedvizhimosti dal'nevostochnogo regiona [The relationship between emotional intelligence and the choice of copying strategies among real estate specialists in the Far Eastern region] / E.N. Tkach, K.F. Zhdanova // Social and humanities in the Far East. — 2022. — V. XIX, No.3. — p. 158-166. [in Russian]
4. Smyk Ju.V. Potentsial psihologicheskoj bezopasnosti pedagoga v otsenках uchaschihsja [Potential for teacher's psychological safety in student assessments] / Ju.V. Smyk, A.Ju. Kachimskaja, V.N. Gordienko // Integration of education. — 2022. — V. 26, №3. — p. 503-517. [in Russian]
5. Salovey P. Emotional intelligence / P. Salovey, J. D. Mayer // *Imagination, Cognition and Personality*. — 1990. — 9(3). — p. 185–211. DOI: 10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG.

6. Shevelenkova T.D. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti [Psychological well-being of the individual] / T.D. Shevelenkova, T.P. Fesenko // Psychological diagnostics. — 2005. — 3. — p. 95-121. [in Russian]
7. O'Connor P.J. The Measurement of Emotional Intelligence: A Critical Review of the Literature and Recommendations for Researchers and Practitioners / P.J. O'Connor, A. Hill, M. Kaya et al. // Front Psychol. — 2019. — May 28; 10:1116. — PMID: 31191383; PMCID: PMC6546921. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.01116.
8. Albeshher S.A. Emotional intelligence and its relation to coping strategies of stressful life events among a sample of students from the college of basic education in the state of Kuwait / S.A. Albeshher, M.H. Alsaeed // Journal of Educational & Psychological Sciences. — 2015. — 16(04). — p. 273–395. DOI: 10.12785/jeps/160409 .
9. Matafonova S.I. Vzaimosvjaz' otsenok detsko-roditel'skogo vzaimodejstviya i koping-strategij podrostkov «gruppy riska» [Interrelation between assessments of child-parental interaction and copying strategies of adolescents of the "Most at risk" adolescents] / S.I. Matafonova, V.I. Rerke, T.E. Krotova // Psychology and law. — 2022. — V.12. №3. — p. 109-123. [in Russian]
10. Kaplun M.A. Puti preodolenija negativnyh posledstvij konfliktnyh situatsij v supruzheskih otnoshenijah [Ways to overcome the negative consequences of conflict situations in marital relationships] / M.A. Kaplun // Actual issues and achievements of modern science: Materials of the International (correspondence) scientific and practical conference, Astana, Kazakhstan. — 2018. — April 19. — p. . 331-334.. [in Russian]
11. Ljusin D.V. Novaja metodika dlja izmerenija emotsional'nogo intelekta: oprosnik EmIn [New technique for measuring emotional intelligence: EmIn questionnaire] / D.V. Ljusin // Psychological diagnostics. — 2006. — 4. — p. 3-22. [in Russian]
12. Holodnaja M.A. Struktura strategij sovladanija v junosheskom vozraste (k probleme validnosti oprosnika «Junosheskaja koping-shkala») [Structure of coping strategies in youth (to the problem of validity of the questionnaire “Youth copying scale”)] / M.A. Holodnaja, O.G. Berestneva, E.A. Muratova // Questions of psychology. — 2007. — 4. — p. 143-156. [in Russian]
13. Goncharova S.S. Oprosnik «Sposoby preodolenija negativnyh situatsij» – metod diagnostiki psihologicheskogo preodolenija v rannem junosheskom vozraste [Questionnaire “Methods of overcoming negative situations” – a method for diagnosing psychological overcoming in early youth] / S.S. Goncharova // Practical psychologist's journal. — 2006. — 6. — p. 132-147. [in Russian]
14. Shevelenkova T.D. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti [ Psychological well-being of the individual] / T.D. Shevelenkova, T.P. Fesenko // Psychological diagnostics. — 2005. — 3. — p. 95-121. [in Russian]
15. Lu Q. Relationship Between Emotional Intelligence, Self-Acceptance, and Positive Coping Styles Among Chinese Psychiatric Nurses in Shandong / Q. Lu, B. Wang, R. Zhang // Front Psychol. — 2022. — Mar 18;13:837917. — p. PMID: 35369270; PMCID: PMC8971775. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.837917.
16. Belinskaja E.P. Perezhivanie otnositel'noj deprivatsii kak faktor koping-strategii izbeganiya v setевой kommunikatsii [Experiencing of relative deprivation as a factor in the copying strategy of avoidance in network communication] / E.P. Belinskaja, E.R. Agadullina // Social psychology and society. — 2020. — 11 №1. — p. 92-106. [in Russian]
17. Minjurova S.A. Emotsional'nyj intellekt sub'ektov obrazovatel'noj sredy v uslovijah tsifrovizatsii: obzor issledovanij [Emotional Intelligence of Subjects of the Educational Environment amidst Digitalization: Review of Studies] / S.A. Minjurova, V.S. Basjuk, E.Ju. Brel' et al. // Siberian Journal of Psychology. — 2021. — 82. — p. 153–173. DOI: 10.17223/17267080/82/9. . [in Russian]