

УДК 159.9.07: [616-036.21: 578.834.1]
Doi: 10.26456/vtspyped/2023.2.013

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ: ВЛИЯНИЕ ПАНДЕМИИ COVID-19

Л.В. Лежнина, В.Г. Пиркина

ФГБОУ ВО «Марийский государственный университет», г. Йошкар-Ола

Выявлены особенности эмоционального интеллекта у подростков до и во время пандемии вируса COVID-19. Было проведено эмпирическое исследование на базе школ Республики Марий Эл и Кировской области для изучения эмоционального интеллекта (выборка исследования до пандемии (2020 год) – 793 подростка, в пандемию (2021 год) – 667 обучающихся). Сбор данных проводился с помощью «Опросника эмоционального интеллекта ЭМИн» Д.В. Люсина. В результате исследования установлено, что в период пандемии у подростков достоверно снизился уровень межличностного эмоционального интеллекта и понимания эмоций, но повысились показатели внутриличностного и общего эмоционального интеллекта. Установлены половые особенности развития эмоционального интеллекта: в спокойной ситуации (до пандемии) мальчики имели достоверно более высокие показатели отдельных шкал эмоционального интеллекта; в кризисной ситуации (в пандемию) девочки показали динамику значений по этим шкалам, а мальчики – достоверное снижение.

***Ключевые слова:** подросток, эмоциональный интеллект, пандемия, понимание эмоций, управление эмоциями, межличностное понимание эмоций, внутриличностное понимание эмоций.*

Подростковый возраст – это период повышенной эмоциональности. Ведущим видом деятельности в данный возрастной период становится интимно-личностное общение со сверстниками в процессе общественно-полезной деятельности и обучения [8]. Основными составляющими общения являются коммуникация, интеракция и перцепция, что базируется на эмоциональном интеллекте. Умение понимать свои эмоции и эмоциональное состояние окружающих способствует построению более продуктивного межличностного общения. На поведение и личностные особенности подростков оказывает влияние способность воспринимать, понимать и регулировать свои эмоции. В данный возрастной период формируются способности к регулированию эмоционального состояния, выстраиванию поведения и взаимодействию с окружающими на основе понимания их эмоций. Эмоции и чувства подростков связаны с их внутренней жизнью, часто они характеризуются амбивалентностью. Благодаря эмоциональному

© Лежнина Л.В.,
Пиркина В.Г., 2023

интеллекту подростки способны принимать и понимать эмоциональные сигналы [1].

Именно в подростковом возрасте эмоциональный интеллект претерпевает качественные изменения: на фоне общей эмоциональной неустойчивости постепенно развивается способность к интерпретации своих и чужих эмоций и чувств, формируется способность обрабатывать эмоциональную информацию и др. [6]. Результаты исследований российских и зарубежных ученых констатируют ряд особенностей эмоционального интеллекта в данном возрастном периоде:

– подростки с высоким уровнем эмоционального интеллекта показывают адекватную самооценку, хорошую успеваемость, отсутствие конфликтов и деструктивного поведения [19];

– эмоциональный интеллект у обучающихся в частных школах достоверно выше, чем у подростков государственных школ, он отличается у мальчиков и девочек, однако нет существенной разницы эмоционального интеллекта подростков среди обучающихся сельских и городских образовательных организаций [13];

– российские подростки осознают свои эмоции и чувства, причины их возникновения; однако у них отмечаются трудности контроля негативных эмоций и управления эмоциональным состоянием окружающих [11];

– большинство подростков имеют средний и низкий уровни способности понимать эмоции окружающих и адекватно контролировать свои чувства; в подростковом возрасте выявлена тенденция к управлению эмоциями окружающих [4, 5];

– подросткам характерно заикливаться на положительных и отрицательных чувствах, они склонны оказывать большое внимание собственным переживаниям [9];

– у подростков средний уровень интегративного эмоционального интеллекта, они могут управлять своими эмоциями, дифференцировать свои переживания, однако им трудно успокоить собеседника в конфликтной ситуации [7];

– российские ученые отмечают, что для успешной социализации подростков необходимо уделить внимание развитию эмоционального интеллекта подростков [2].

Пандемия COVID-19 вызвала многочисленные психологические изменения, оказала влияние и на эмоциональную сферу общества [16]. Карантинные мероприятия привели к серьезным изменениям жизнедеятельности подростков. С.Б. Малых и М.А. Ситникова отмечают, что психологические последствия пандемии COVID-19 являются несистематизированными [10]. Исследования особенностей

эмоционального интеллекта у подростков в период пандемии показали неоднозначные результаты:

– эмоциональный интеллект российских обучающихся подросткового возраста во время пандемии находится на среднем уровне [1, 3];

– пандемия способствовала снижению эмоционального интеллекта испанских подростков [17], в этот период увеличились проблемы с регуляцией эмоционального состояния, которые чаще проявляются у девочек [14];

– показатели эмоционального сознания, эмпатии и управления своим эмоциональным состоянием в период пандемии увеличились у индийских подростков, в допандемийный период уровень эмоционального интеллекта у них был ниже [18, 15],

– нидерландские ученые выявили негативное влияние пандемии на эмпатию, настроение и просоциальное поведение подростков, что сказывается на социально-эмоциональном развитии [21];

– в период пандемии показатели эмоционального интеллекта мальчиков-подростков стали выше, чем у девочек, которые положительно коррелируют с устойчивостью [20];

– тренировка осознанности эмоциональных переживаний является эффективным методом повышения эмоционального интеллекта и психического развития подростков во время пандемии COVID-19 [23];

– эмоциональный интеллект (способность справляться с плохими ситуациями, контролировать и выражать чувства) подростков Малайзии во время пандемии находится на среднем уровне, наблюдается снижение эмпатии [12];

– в условиях пандемии эмоциональный интеллект подростков повлиял на саморегуляцию и академическую успеваемость [22].

Цель данного исследования – выявить особенности эмоционального интеллекта у подростков до и во время пандемии COVID-19. Для этого было проведено эмпирическое исследование на базе образовательных организаций Республики Марий Эл и Кировской области, выборка исследования в 2020 году составила 793 подростка, в 2021 году – 667 обучающихся. Сбор данных проводился с помощью «Опросника эмоционального интеллекта ЭмИн» Д.В. Люсина. Для оценки достоверности различий групп по частоте встречаемости изучаемых признаков применялся непараметрический метод – φ -критерий Фишера.

Критерии и показатели эмоционального интеллекта (ЭИ) изученных подростков до и в период пандемии представлены на рис. 1.

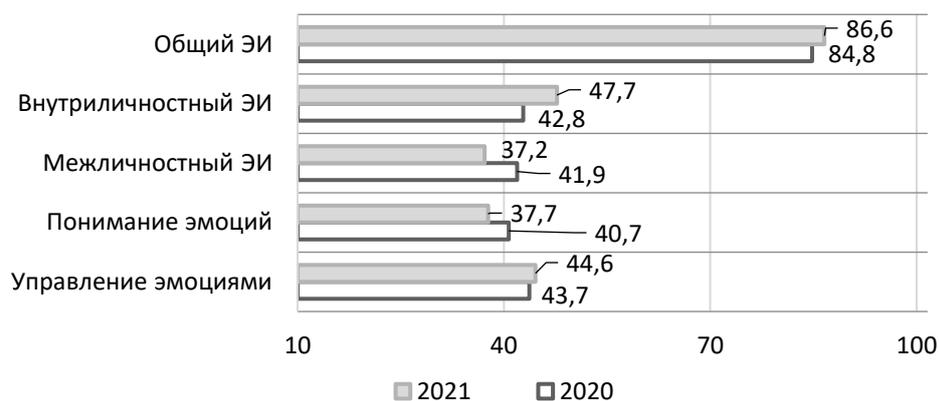


Рис. 1. Критерии и показатели эмоционального интеллекта (ЭИ) у обучающихся до и в период пандемии (ср. балл)

Сравнение результатов двух эмпирических выборок показало, что значимых изменений не произошло по одному из критериев эмоционального интеллекта – показатели изученных подростков по шкале «управление эмоциями» до пандемии и в пандемию соответствуют среднему уровню. В целом подростки способны к пониманию причин возникновения эмоций, готовы продуцировать необходимые эмоции и контролировать их интенсивность. В пандемию в выборке отмечается тенденция к росту по шкале «управление эмоцией», в основном это происходит на фоне достоверного повышения показателей у девочек ($\varphi = 4,748$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$), в то время как у мальчиков показатели управления своим эмоциональным состоянием снизились ($\varphi = 2,983$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$) (рис. 2, 3).

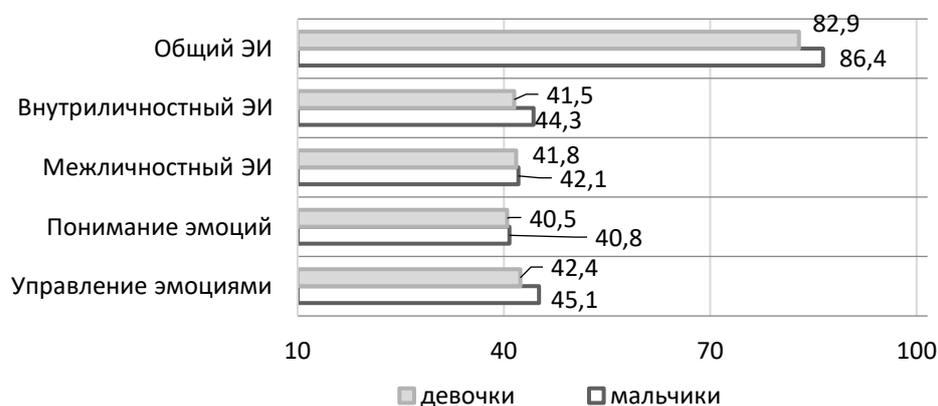


Рис. 2. Критерии и показатели эмоционального интеллекта (ЭИ) у мальчиков и девочек до пандемии (ср. балл)

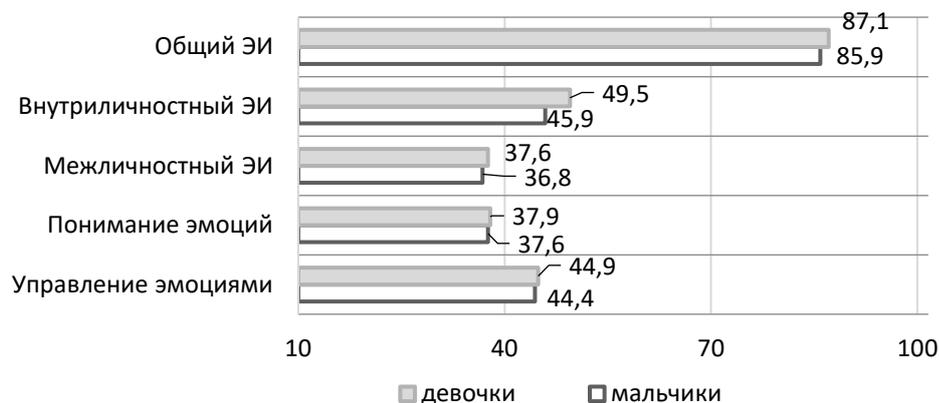


Рис. 3. Критерии и показатели эмоционального интеллекта (ЭИ) у мальчиков и девочек в период пандемии (ср. балл)

Понизились показатели понимания эмоций со среднего уровня в допандемийный период к низкому уровню в пандемию ($\varphi = 8,736$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$). У подростков (и у девочек, и у мальчиков $\varphi = 7,002$ и $\varphi = 5,284$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$ соответственно) снизилась способность распознавать эмоцию, устанавливать наличие эмоционального переживания у себя или у другого человека, понимать причины, вызвавшие данную эмоцию, и последствия, к которым она приведёт. Это можно расценивать как следствие того, что в период пандемии взаимодействие в основном происходило в цифровой среде, в которой снижается необходимость использовать мимику, живые эмоции, интонацию и есть трудности передачи палитры переживаемых чувств.

Снижение способности опрошенных подростков понимать свои и чужие эмоций отразилось на их межличностном эмоциональном интеллекте: до пандемии отмечен средний уровень способности понимать эмоциональное состояние окружающих, вызывать или снимать у них необходимые эмоции, чувствительность к внутренним переживаниям других людей; в пандемию выявлен низкий уровень межличностного эмоционального интеллекта ($\varphi = 6,624$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$). Вынужденная самоизоляция сказалась на снижении способности и девочек, и мальчиков ($\varphi = 4,748$, $\varphi = 4,691$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$ соответственно) распознавать эмоциональные состояния, понимать причины и последствия выражения эмоций при взаимодействии с окружающими.

Установлен средний уровень внутриличностного эмоционального интеллекта как до, так и в период пандемии, однако во время пандемии его показатели достоверно повысились ($\varphi = 1,96$, $\varphi^*_{0,05} \geq 1,64$), т.е. усилился контроль интенсивности своих эмоций и способность вызвать определенную эмоцию. Это происходит за счет повышения уровня

внутриличностного эмоционального интеллекта от среднего к высокому уровню у девочек ($\varphi = 2,428$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$). В период пандемии люди, в том числе и подростки, столкнулись со множеством ограничений и переживаний. Соответственно, активизировались внутриличностные процессы и саморефлексия, что и могло привести к развитию саморегуляции чувств и эмоций, волевого контроля эмоционального состояния у обучающихся.

Сравнение допандемийных и пандемийных значений общего эмоционального интеллекта показало его сохранение на среднем уровне, однако в пандемию его показатели достоверно повысились ($\varphi = 5,006$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$), вероятно, благодаря развитию внутриличностного эмоционального интеллекта. Вновь наблюдается достоверное увеличение этих показателей у девочек ($\varphi = 8,276$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$), в то время как у мальчиков показатели общего эмоционального интеллекта снизились ($\varphi = 1,712$, $\varphi^*_{0,05} \geq 1,64$), хотя и соответствуют среднему уровню.

В целом мальчики-подростки обнаружили достоверно выше девочек показатели внутриличностного эмоционального интеллекта ($\varphi = 2,404$, $\varphi^*_{0,05} \geq 2,31$), управления эмоциями ($\varphi = 2,981$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$) и общего эмоционального интеллекта ($\varphi = 2,053$, $\varphi^*_{0,05} \geq 1,64$) в допандемийный период.

В период пандемии показатели общего эмоционального интеллекта ($\varphi = 5,033$, $\varphi^*_{0,01} \geq 2,31$) достоверно выше у девочек.

Полученные в ходе исследования данные позволяют сделать выводы о следующих особенностях эмоционального интеллекта изученных подростков:

1. Эмоциональный интеллект подростков до пандемии характеризуется синхронностью и равномерностью развития: по всем критериям выявлены показатели среднего уровня, что соответствует возрастной норме.

2. Эмоциональный интеллект подростков, изученных в пандемию, характеризуется гетерохронностью развития: установлены низкие уровни понимания эмоций и межличностного эмоционального интеллекта, средние уровни управления эмоциями, внутриличностного и общего эмоционального интеллекта с тенденцией развития двух последних.

3. Социальная ситуация развития оказывает влияние на эмоциональный интеллект подростков: условия непосредственного общения (до пандемии) способствуют развитию понимания эмоций и межличностного эмоционального интеллекта; ограниченность общения в период пандемии и его опосредованный характер сказались на достоверном повышении показателей внутриличностного эмоционального интеллекта.

4. Существуют половые различия в развитии эмоционального интеллекта в разных социальных ситуациях: мальчики-подростки имели достоверно более высокие показатели эмоционального интеллекта по трем шкалам (управление эмоциями, внутриличностный ЭИ и общий ЭИ) в допандемийной ситуации; в пандемию у девочек-подростков отмечено достоверное повышение показателей по этим трем шкалам, а у мальчиков – снижение по всем шкалам, кроме внутриличностного ЭИ.

Для подтверждения выявленных особенностей и исключения случайного характера полученных на разных выборках данных целесообразно воспроизвести проведенное исследование в постпандемийном периоде.

Список литературы

1. Ансимова Н.П., Хозяинова О.А. Роль эмоционального интеллекта в развитии межличностных отношений в подростковом возрасте // Ярославский психологический вестник. 2022. № 1(52). С. 25–30.
2. Антопольская Т.А. Эмоциональный интеллект подростков поколения Z как фактор развития их субъектности / Т.А. Антопольская, В.И. Панов, А.С. Силаков // Перспективы науки и образования. 2021. № 3 (51). С. 247–260. DOI: 10.32744/pse.2021.3.17.
3. Забара Л.И. Эмоциональный интеллект и групповая сплоченность у подростков / Л.И. Забара, С.Н. Кремешкова, Ю.В. Лебедева // Педагогическое образование в России. 2021. № 4. С. 131–141. DOI 10.26170/2079-8717_2021_04_16.
4. Иванова Е.С. Особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте // Образование и наука. 2011. № 1 (80). С. 33–41.
5. Каргина А.Е., Морозова И.С. Гендерные различия параметров эмоционального интеллекта подростков // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. № 9(77). С. 59–63.
6. Клыша О.В., Стежко П.А. Анализ проблемы эмоционального интеллекта современных подростков // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 64-3. С. 297–301.
7. Кобзева О. В. Эмоциональный интеллект как источник развития в подростковом возрасте // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 60-1. С. 449–451.
8. Лежнина Л.В. Основы возрастной психологии. Душанбе: Российско-Таджикский (славянский) университет. 2012. 152 с.
9. Ловпаче Ф.Г., Мамышева З.З. Особенности эмоциональной сферы подростков с девиантным поведением // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2015. № 4 (169). С.100–106
10. Психологическое сопровождение пандемии COVID-19 / под ред. Ю.П. Зинченко. М.: Издательство Московского университета, 2021. 597 с.
11. Соколова Л.А. Развитие эмоционального интеллекта у подростков в условиях тематических смен: результаты эмпирического исследования //

- Тенденции развития науки и образования. 2021. № 75-4. С. 143–145. DOI 10.18411/lj-07-2021-154.
12. Abdul Aziz A.A., Nallaluthan K., Kanapathy K., Kho F.C.Y., Zainal M. The Digital Media Platforms and Students' Emotional Intelligence during COVID-19 Pandemic in Malaysia // *Jurnal Pendidikan Bitara UPSI*. 15(2). 2022. P.1–12. DOI.org/10.37134/bitara.vol15.2.1.2022.
 13. Alam M. A Study of Emotional Intelligence of Adolescent Students // *The International Journal of Indian Psychology*. 2018. P. 127–133. № 6. DOI 10.25215/0603.011.
 14. Amorós-Reche V., Belzunegui-Pastor A., Hurtado G., Espada J.P. Emotional problems in Spanish children and adolescents during the COVID-19 pandemic: A systematic review // *Clínica y Salud*. 2022. 33(1). P.19–28. DOI.org/10.5093/clysa2022a2.
 15. Kulkarnia P., Velhal G. Mental health parameters of adolescents during COVID-19 Pandemic, an era of compulsory online education in India // *Pravara Med Rev*. 2022. № 14 (04). P. 76–80. DOI: 10.36848/PMR/2022/99100.51120.
 16. Li S., Wang J., Xue N., Zhao T. Zhu The Impact of COVID-19 Epidemic Declaration on Psychological Consequences: A Study on Active Weibo Users // *International journal of environmental research and public health*. 2020. № 17(6).
 17. Liébana-Presa C., Martínez-Fernández M.C., Benítez-Andrades J.A. et all. Stress, Emotional Intelligence and the Intention to Use Cannabis in Spanish Adolescents: Influence of COVID-19 Confinement // *Front. Psychol*. 11:582578. 2020. P. 1–9. DOI 10.3389/fpsyg.2020.582578.
 18. Mathur Jha M. E-Motions: Assessing Emotional Quotient of Adolescents During Pandemic // *International Journal of Higher Education Pedagogies*. 2021. № 2(1). P. 10–18. DOI org/10.33422/ijhep.v2i1.56.
 19. Nusaibah Nur Furqani Z.A. The Role of Emotional Intelligence in Adolescent Development // *Proceedings of the 5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2019)*. 2020. P. 277–280. DOI 10.2991/assehr.k.200120.058.
 20. Torres-Gázquez S.C., López-García G.D., Granero-Gallegos A. Emotional intelligence and resilience in secondary school Physical Education students during the COVID-19 pandemic // *Espiral Cuadernos del Profesorado*. 2023. №16(32). P. 51–63. 2023. DOI: 10.25115/ecp.v16i32.9098.
 21. Van de Groep S. Zanolie K., et al. A daily diary study on adolescents' mood, empathy, and prosocial behavior during the COVID-19 pandemic // *PLoS One*. 2020. № 15(10). DOI: 10.1371/journal.pone.0240349.
 22. Zamroni E., Awlawi A.H., Kasau M.N.R. et all. Achievement motivation, emotional intelligence and self-regulation and its impact on student academic resilience in the covid-19 pandemic era; a path analysis // *Journal of Legal, Ethical and Regulatory Issues*. 2022. № 25(S3). P. 1–10.
 23. Zhou A., Yuan Y., Kang M. Mindfulness Intervention on Adolescents' Emotional Intelligence and Psychological Capital during the COVID-19 Pandemic: A Randomized Controlled Trial // *International Journal of Mental Health Promotion*. 2022. № 24(5). P. 665–677.

Об авторах:

ЛЕЖНИНА Лариса Викторовна – профессор, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии развития и образования ФГБОУ ВО «Марийский государственный университет» (424000, РМЭ, г. Йошкар-Ола, пл. Ленина, 1); e-mail: flouers@mail.ru

ПИРКИНА Вера Григорьевна – аспирант, старший преподаватель кафедры психологии развития и образования ФГБОУ ВО «Марийский государственный университет» (424000, РМЭ, г. Йошкар-Ола, пл. Ленина, 1); e-mail: vera_pirkina@mail.ru

FEATURES OF THE EMOTIONAL INTELLIGENCE OF ADOLESCENTS: THE IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC

L.V. Lezhnina, V.G. Pirkina

Mari State University, Yoshkar-Ola

The article reveals the features of emotional intelligence in adolescents before and during the COVID-19 pandemic. An empirical study was conducted on the basis of schools in the Republic of Mari El and the Kirov region to study emotional intelligence (sampling of the study before the pandemic (2020) – 793 teenagers, during the pandemic (2021) – 667 students). Data collection was carried out using the «Emotional Intelligence Questionnaire EmIn» by D.V. Lucina. As a result of the study, it was found that during the pandemic, adolescents had a significant decrease in the level of interpersonal emotional intelligence and understanding of emotions, but the indicators of intrapersonal and general emotional intelligence of adolescents increased. Sexual characteristics of the development of emotional intelligence were established: in a calm situation (before the pandemic), boys had significantly higher rates of individual scales of emotional intelligence; in a crisis situation (during a pandemic), girls showed the dynamics of values on these scales, and boys showed a significant decrease.

Keywords: *teenager, emotional intelligence, pandemic, understanding of emotions, management of emotions, interpersonal understanding of emotions, intrapersonal understanding of emotions.*

Принято в редакцию: 10.03.2023 г.
Подписано в печать: 04.05.2023 г.