

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И
АКАДЕМИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Николаева Анастасия Александровна

Студентки 4 курса 432 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология и социальная педагогика»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Научный руководитель

канд, психол. н, доцент _____

А.В. Созонник

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор _____ М.В. Григорьева

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования В современном мире быстро меняются требования к различным учебным заведениям, качество профессиональной подготовки и уровень получаемых знаний. В современном мире огромное значение придается эмоциональному интеллекту. Образовательная система стремится способствовать всестороннему росту студентов, включающему их духовное, нравственное и профессиональное развитие. Эмоциональный интеллект особенно важен при подготовке студентов, чья профессиональная деятельность предполагает взаимодействие с людьми. В результате проблема эмоционального интеллекта студентов заинтересовала значительное число ученых, включая педагогов, психологов и других исследователей. Понятие «эмоциональный интеллект» было введено П.Сэловеем и Дж. Мейером в 1990 году, но с тех пор оно по-разному интерпретируется многими учеными.

В соответствии с исследованиями Сэловеея, Мейера и Карузо, эмоциональный интеллект – это совокупность умственных навыков, которые помогают нам распознавать и понимать свои собственные эмоции, а также эмоции других людей. Согласно И.Н. Андреевой, эмоциональный интеллект определяется как способность эффективно управлять эмоциональной составляющей нашей жизни, включая понимание эмоций других людей и использование эмоций для решения проблем, связанных с отношениями и мотивацией. Многие ученые обратили внимание на различные аспекты данной проблемы.

Наиболее важный вклад внесли такие ученые, как Д.Гоулман (теория эмоциональной компетентности), Р. Бар-Он (понятие «эмоциональный индекс»), С.Л. Рубинштейн, идеи Л.С. Выготского об эмоциях и интеллектуальных процессах (интеллектуальные процессы не могут быть без эмоционального участия) и А.Н. Леонтьев (мышление имеет эмоциональную регуляцию).

Переход бывшего ученика школы в вуз сопровождается множеством значительных изменений. Этот процесс включает в себя не только смену статуса и места обучения, но часто также влечет за собой перемены места проживания. Происходит смена отношения окружающих к студенту. Поступление в ВУЗа олицетворяет собой следующую стадию молодости, в которой прежний школьник приобретает ощутимую долю независимости и самостоятельности. В тот период некоторое количество студентов покидают родительский дом и начинают вести самостоятельную жизнь. Процесс перехода к новой форме обучения сопровождается бытовыми и материальными трудностями, а также процессами налаживания новых связей и личностных отношений.

Анализируя множество научных работ зарубежных и отечественных исследователей (В.Н. Дружинин, А.В. Карпов, В.И. Ковалев, И.Н. Лычагина, В.И. Медведев, Е.И. Муратова, Е.А. Осипова, Ю.П. Поваренков, А.А. Виноградова, Э.О. Леонтьева, Л. Фестингер, А. Маслоу), был проведен анализ процесса приспособления студентов первого курса к новому образовательному окружению университета.

Цель исследования: изучить взаимосвязь эмоционального интеллекта и академической адаптации студентов ВУЗа

Объект исследования: эмоциональный интеллект

Предмет исследования: взаимосвязь эмоционального интеллекта и академической адаптации студентов ВУЗа

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и академической адаптацией студентов ВУЗа

Задачи исследования

1. Проанализировать понятие эмоционального интеллекта в психологии;
2. Проанализировать особенности развития эмоционального интеллекта в студенческом возрасте;
3. Рассмотреть сущность и значение академической адаптации

студентов

4. Подготовить и провести эмпирическое исследование, проанализировать его результаты

5. Составить рекомендации по результатам исследования

Методы исследования

Теоретические: изучение и анализ социально-педагогических и психолого – педагогических источников по теме ВКР

Практические:

1. Адаптированность студентов в вузе (Т.Д. Дубовицкая, А.В. Крылова).

2. Шкала оценки академической прокрастинации, PASS. : L. Solomon, E. Rothblum, Адаптация: М. В. Зверева

3. Тест эмоционального интеллекта (Бачард)

4. Тест эмоционального интеллекта, МЭИ М. А. Манойлова

Статистические: корреляционный анализ Пирсона

База и выборка эмпирического исследования: ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», Выборка составила 60 человек студенты 1 курса в возрасте 18- 20 лет.

Структура выпускной квалификационной работы: работа объемом 60 страниц состоит из введения, двух глав, списка использованных источников, (29 работ).

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первой главе «Теоретические основы эмоционального интеллекта и академической адаптации студентов ВУЗа» проводится анализ проблемы, определяются основополагающие понятия, рассматриваются основные теоретико-методологические подходы к ее изучению.

Эмоциональный интеллект в современной психологии означает способность распознавать, понимать и управлять своими эмоциями, а также

читать, понимать и влиять на эмоции других людей. На практике это набор навыков для понимания того, как эмоции человека управляют его поведением и оказывают положительное и отрицательное влияние на окружающих.

Объединяя теоретические и методологические положения, можно утверждать, что эмоциональный интеллект является детерминантой успешности студентов в практической функциональной, социальной и когнитивной сферах, и что, учитывая имеющиеся диагностические инструменты, можно реализовать соответствующие дополнительные процедуры эмпирического экспериментального характера и разработать некоторые практические рекомендации.

Адаптация студентов к высшему образованию – это сложный и многоэтапный процесс, требующий активного приспособления к условиям учебной среды. Он заключается в формировании и развитии когнитивных, мотивационных, волевых и социально-коммуникативных навыков и отношений.

Вторая глава ««Эмпирическое исследование взаимосвязи эмоционального интеллекта и академической адаптации студентов Вуза». проводится анализ результатов эмпирического исследования.

Для исследования адаптированности студентов в вузе была использована методика «Адаптированность студентов в вузе» (Т.Д. Дубовицкая, А.В. Крылова). Высокая степень адаптированности студентов в учебной группе проявляется в активном участии в учебном процессе, эффективном взаимодействии с однокурсниками и преподавателями, умении планировать время, самоорганизации, самоконтроле, управлении эмоциями, положительном отношении к учебе, критическом мышлении, ответственности за результаты и адаптации к новым условиям. В учебной деятельности это выражается в успешном усвоении материала, мотивации, организованности, инициативе, использовании стратегий для решения задач,

стрессоустойчивости, социальной адаптации и поддержании положительных отношений.

Для оценки академической прокрастинации студентов была проведена диагностика по шкале PASS. : L. Solomon, E. Rothblum, Адаптация: М. В. Зверева. Средний уровень прокрастинации у студентов характеризуется периодическим откладыванием заданий, вызванным недостаточной мотивацией, неумением управлять временем или страхом неудачи. Это приводит к стрессу, отвлечениям (соцсети, развлечения), но студенты в целом способны находить баланс между учебой и отдыхом. Преобладающая причина прокрастинации — лень, связанная с перегруженностью, отсутствием интереса, неясностью целей, страхом неудачи или перфекционизмом. Лень может быть результатом усталости, выгорания или недостатка навыков тайм-менеджмента. Преобладающей причиной прокрастинации у студентов является лень, связанная с недостатком внутренней мотивации, перегруженностью, отсутствием интереса, неясностью целей, страхом неудачи или перфекционизмом. Лень может быть результатом усталости, выгорания или недостатка навыков управления временем. Менее выраженные причины прокрастинации включают социальную тревожность, вызов и плохой перфекционизм, которые не всегда являются основными факторами. Преобладающим личностным качеством у студентов является импульсивность, обусловленная стремлением к немедленному удовлетворению желаний, трудностями с долгосрочным планированием и отвлекающими факторами, такими как социальные сети и развлечения. Импульсивность связана с предпочтением краткосрочных удовольствий перед долгосрочными целями.

Среди студентов менее выражены организованность, избегание неудач и самоконтроль, что связано с этапом формирования идентичности и недостатком опыта. Организованность требует времени и навыков планирования, избегание неудач снижается из-за восприятия ошибок как части обучения, а самоконтроль затруднен из-за склонности к

импульсивности. Эти качества развиваются постепенно по мере взросления и накопления опыта.

С целью оценки эмоционального интеллекта студентов была проведена диагностика по тесту эмоционального интеллекта Бачард. Преобладающие показатели у студентов выявлены по шкалам «Позитивная экспрессивность» и «Внимание к эмоциям». Высокий уровень позитивной экспрессивности проявляется в способности свободно выражать мысли, конструктивно критиковать, получать обратную связь, готовности к диалогу, эмпатии, управлении эмоциями, адаптации к новым условиям, самовыражении и самоактуализации. Высокий уровень внимания к эмоциям включает распознавание и управление эмоциями, эмпатию, готовность к диалогу, формирование положительного отношения к себе и другим, использование эмоций для мотивации.

На среднем уровне находятся показатели по шкалам «Сопереживание радости», «Сопереживание несчастья» и «Эмпатия», что связано с активным развитием социальных навыков и эмоционального интеллекта, но недостаточной зрелостью в этих областях. Студенты осознают важность сопереживания, но стресс, конкуренция и личные переживания могут ограничивать их способность радоваться успехам других или глубоко сопереживать несчастью. Средний уровень отражает процесс формирования эмоциональной зрелости и социальной ответственности, требующий времени для дальнейшего развития.

Низкий уровень негативной экспрессивности у студентов проявляется в контроле негативных эмоций, конструктивном выражении мыслей, готовности слушать и принимать обратную связь, эмпатии, избегании конфликтов, формировании положительного отношения к себе и другим, а также в самовыражении без вреда себе или окружающим.

Также для выявления характеристик эмоционального интеллекта студентов была проведена диагностика по тесту эмоционального интеллекта, МЭИ М.А. Манойловой. Интегральный показатель эмоционального

интеллекта у студентов находится на высоком уровне благодаря развитию навыков самосознания, саморегуляции, социальной осведомленности и управляемых отношений в процессе обучения и взаимодействия. Активное участие в социальных и учебных мероприятиях, а также современные образовательные программы, включающие групповые проекты, дискуссии и тренинги, способствуют развитию способности распознавать и управлять эмоциями, понимать чувства других. Студенты осознают и регулируют свои чувства благодаря саморефлексии, эмоциональной регуляции и участию в групповой деятельности. Образовательные подходы, такие как тренинги по управлению стрессом и курсы личностного развития, помогают справиться с эмоциями, а поддержка преподавателей и сверстников укрепляет уверенность в управлении эмоциями. Студенты на среднем уровне обладают осознанием чувств других и способностью управлять эмоциями других, что требует глубокой эмпатии и социального взаимодействия, развивающихся постепенно. Они находятся в процессе формирования межличностных навыков, понимая свои эмоции, но интерпретация чужих эмоций требует практики и опыта. Учебная среда предоставляет социальные ситуации для развития этих навыков, но не всегда позволяет применять их в полной мере. Культурные и социальные факторы влияют на осознание чувств других, затрудняя распознавание невербальных сигналов или интерпретацию эмоций. Образовательные программы, ориентированные на командную работу, могут улучшить эти навыки, но недостаток практики или поддержки оставляет их на среднем уровне.

В заключение проведен корреляционный анализ между характеристиками эмоционального интеллекта и академической адаптацией студентов ВУЗа. Корреляционный анализ показал, что:

повышенная негативная экспрессивность и принятие решений на основе эмоций снижают адаптированность студентов в вузе;

выраженное осознание своих чувств повышает адаптированность студентов в вузе;

выраженная эмпатия и осознание чувств других повышают адаптированность к учебной группе;

повышенная позитивная экспрессивность снижает социальную тревожность студентов.

возрастание осознания чувств других снижает социальную тревожность студентов, так как улучшенное понимание эмоций окружающих создает безопасную среду, повышает уверенность в взаимодействиях и уменьшает страх негативных реакций.

возрастание управления чувствами других повышает социальную тревожность студентов, так как вызывает давление, страх ошибок и избегание социальных ситуаций из-за боязни не справиться с контролем эмоций.

повышенное управление чувствами других и сопереживание радости увеличивают организованность студентов, так как внимание к эмоциям окружающих способствует гармоничной атмосфере, эффективному сотрудничеству и мотивации к организованной работе.

Таким образом, подтверждена гипотеза исследования о том, что существует взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и академической адаптацией студентов ВУЗа.

На основании результатов исследования были составлены рекомендации для педагогов по развитию эмоционального интеллекта студентов и рекомендации для студентов по развитию академической адаптации к обучению в ВУЗе.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агранович, М.Л. Российское образование в контексте международных индикаторов. Аналитический доклад / М.Л. Агранович, Ю.В. Ермачкова, И.В. Селиверстова- М.: Центр статистики и мониторинга образования ФИРО РАНХиГС, 2019- 96 с.

2. Асмолов, А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека / А.Г. Асмолов - М.: Смысл, 2019- 448 с.

3. Базаева, Ф.У. Основы профессионального самоопределения молодежи/ Ф.У. Базаева//Международный научно-исследовательский журнал. . – 2021.- №2- 3. – С. 95-98.
4. Бакшаева, Н.А. Психология мотивации студентов: учебное пособие для вузов / Н.А. Бакшаева, А.А. Вербицкий- М.: Издательство Юрайт, 2020 - 170 с.
5. Батюта, М.Б., Князева, Т.Н. Возрастная психология. Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева - М.: Деком, 2018- 240 с.
6. Буянова, Г.В. Студенчество как предмет социологических и психолого-педагогических исследований/ Г.В. Буянова//Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. – 2020.- №4. – С. 44-55.
7. Верхотурова, Н.Ю. К проблеме изучения эмоционального интеллекта как феномена современной психологии/ Н.Ю. Верхотурова//Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум» . – 2021.- №XVII. – С. 112-121.
8. Глуханюк, Н.С. Общая психология. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Н.С. Глуханюк- М., 2019-857 с.
9. Говорущенко, А.В. Академическая адаптация студентов – первокурсников к обучению в вузе/ А.В Говорущенко// Гуманитарные исследования. Педагогика и психология. – 2021 - №6. – С. 16-21.
10. Ерыгина, А.В. Эмоциональный интеллект как фактор успешности/ А.В. Ерыгина//Экономический вектор. – 2021- №2. – С. 77-82.
11. Жирякова, А.В. «Гибкая педагогика» как условие развития современного вуза/А.В. Жирякова // Современные проблемы науки и образования, 2020. – 19 с.
12. Зорина, Н.Н. Возможности развития эмоционального интеллекта /Н.Н. Зорина//Проблемы современного педагогического образования. – 2021.- № 70 -1. – С. 300-304.
13. Китова, Е.Т. Эффективное оценивание учебной деятельности студента / Е.Т. Китова // Инновации в образовании.- 2020. №3. - С. 13-20.

14. Колосов, Е.А. Современное состояние профессионального образования/ Е.А. Колосов //Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. – 2020.- №6. – С. 91- 97.
15. Лалу, Ф. Открывая организации будущего. — М.: ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2018. — 432 с.
16. Лапшова, А.В. Развитие межличностных отношений студентов вуза / А.В. Лапшова, А.А. Коростелев, И.Е. Барабина // БГЖ. 2020- №4 (33)- С.114-117.
17. Погорова, Р.И. Уровни социально-психологической зрелости студентов / Р.И. Погорова // Гуманизация образования. – 2018. – № 2. – С. 15-21.
18. Мандель, Б.Р. Возрастная психология: учебное пособие / Б.Р. Мандель. – М.: ИНФРА-М, 2021. –350 с.
19. Матяш, Н.В. Возрастная психология / Н.В. Матяш, Т.А. Павлова. – Москва-Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 268 с.
20. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология: учебник для вузов / Л.Ф. Обухова. – М.: Издательство Юрайт, 2021. – 460 с.
21. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс, К. Долджин. – М.: Питер, 2017. – 816 с.
22. Савенков, А.И. Педагогическая психология. Учебник для студентов высших учебных заведений / А.И. Савенков- М.: Академия, 2019 - 156 с.
23. Сайдман Д. Отношение определяет результат / Д. Сайдман- М.: ИД «Манн, Иванов и Фербер»,2017- 400 с.
24. Склярова, Т.В. Общая, возрастная и педагогическая психология: учебник и практикум для вузов / Т.В. Склярова, Н.В. Носкова - М.: Издательство Юрайт, 2021 - 235 с.
25. Хилько, М.Е. Возрастная психология: учебное пособие для вузов / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. – М.: Издательство Юрайт, 2021. – 201 с.
26. Хухлаева, О.В. Психология развития и возрастная психология:

учебник для вузов / О.В. Хухлаева, Е.В. Зыков, Г.В. Базаева. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 367 с.

27. Частова, М.А. Психолого-педагогическая поддержка обучающихся, испытывающих трудности в социальной адаптации : выпускная квалификационная работа / М.А. Частова .— : [Б.и.], 2018 .— 53 с.

28. Шадрина, Ю.Е. Возрастная психология / Ю.Е. Шадрина. – М.: Российский университет дружбы народов (РУДН), 2021. – 159 с.

29. Шаповаленко, И.В. Психология развития и возрастная психология: учебник и практикум для вузов / И.В. Шаповаленко. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 457 с.