




Б.Сержанұлы* , Н.Төлегенұлы , Е.Т. Оспанов 

Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

ҚАЗІРГІ ЖАСТАРДЫҢ ЭМОЦИОНАЛДЫ ИНТЕЛЛЕКТИСІН ДАМУДЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ

Аңдатпа

Бұл ғылыми мақалада қазіргі жастардың эмоционалды интеллектісін (ЭИ) дамытудың психологиялық негіздері қарастырылады. Эмоционалды интеллект – адамның өз эмоцияларын және айналасындағы адамдардың сезімдерін тану, түсіну, басқару қабілеті. Қазіргі заманда жастардың тұлғалық дамуы мен қоғамға бейімделуінде эмоционалды интеллект маңызды рөл атқарады. Мақалада эмоционалды интеллект ұғымының теориялық негіздері, оның құрылымы мен компоненттері (өзін-өзі тану, өзін-өзі реттеу, эмпатия, мотивация, әлеуметтік дағдылар) талданады.

Сонымен қатар, жастардың жас ерекшеліктеріне байланысты эмоционалды интеллектінің дамуы, оған әсер ететін әлеуметтік-психологиялық факторлар сипатталады. Мақалада эмоционалды интеллектінің дамытуда отбасылық тәрбие, оқу ортасы, құрдастарымен қарым-қатынас, медиа құралдарының ықпалы қарастырылады. Эмоционалды интеллекті жоғары жастардың өмірге бейімділігі, конфликтілерді шешу қабілеті, психологиялық тұрақтылығы жоғары болатыны көрсетілген.

Зерттеу нәтижелері жастардың эмоционалды интеллектісін дамыту үшін арнайы психологиялық бағдарламалар мен тренингтердің маңыздылығын дәлелдейді. Бұл жұмыс болашақта мамандарды даярлау, білім беру мен тәрбие жүйесін жетілдіру тұрғысынан өзекті болып табылады.

Түйін сөздер: эмоционалды интеллект, психологиялық ерекшеліктер, тұлғааралық қарым-қатынас, эмпатия, өзін-өзі реттеу, әлеуметтік бейімделу, кәсіби табыс.

Сержанұлы Б.* , Төлегенұлы Н. , Оспанов Е.Т.

Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Казахстан

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Аннотация

В этой статье рассматриваются психологические основы развития эмоционального интеллекта (ЭИ) современной молодежи. Эмоциональный интеллект – это способность человека распознавать, понимать, управлять своими эмоциями и чувствами окружающих его людей. В наше время эмоциональный интеллект играет важную роль в личностном развитии и адаптации молодежи к обществу.

В статье анализируются теоретические основы понятия эмоционального интеллекта, его структура и компоненты (самопознание, саморегуляция, эмпатия, мотивация, социальные навыки). Кроме того, характеризуется развитие возрастного эмоционального интеллекта молодых людей, социально-психологические факторы, влияющие на него.

В статье рассматривается влияние средств семейного воспитания, учебной среды, общения со сверстниками, средств массовой информации на развитие эмоционального интеллекта. Показано, что молодые люди с высоким эмоциональным интеллектом обладают большей приспособленностью к жизни, способностью разрешать конфликты, высокой психологической стабильностью.

Результаты исследования подтверждают важность специальных психологических программ и тренингов для развития эмоционального интеллекта молодежи. Данная работа актуальна в перспективе с точки зрения подготовки специалистов, совершенствования системы образования и воспитания.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, психологические особенности, межличностное общение, эмпатия, саморегуляция, социальная адаптация, профессиональный успех

B. Serzhanuly, N. Tolegenuly, E. T. Ospanov*
Kazakh National Pedagogical University named after Abai, Almaty, Kazakhstan

THE PSYCHOLOGICAL FOUNDATIONS OF THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF MODERN YOUTH

Abstract

This article examines the psychological foundations of the development of emotional intelligence (EI) in modern youth. Emotional intelligence is a person's ability to recognize, understand, and manage their emotions and the feelings of people around them. Nowadays, emotional intelligence plays an important role in the personal development and adaptation of young people to society.

The article analyzes the theoretical foundations of the concept of emotional intelligence, its structure and components (self-knowledge, self-regulation, empathy, motivation, social skills). In addition, it characterizes the development of age-related emotional intelligence of young people, socio-psychological factors influencing it.

The article examines the influence of family education, the learning environment, communication with peers, and the media on the development of emotional intelligence. It is shown that young people with high emotional intelligence have greater adaptability to life, the ability to resolve conflicts, and high psychological stability.

The results of the study confirm the importance of special psychological programs and trainings for the development of emotional intelligence of young people. This work is relevant in the future from the point of view of training specialists, improving the education and upbringing system.

Keywords: emotional intelligence, psychological features, interpersonal communication, empathy, self-regulation, social adaptation, professional success.

КІРІСПЕ. Қазіргі заманда адамның табысты дамуы тек қана интеллектуалды қабілетіне немесе кәсіби біліміне байланысты емес, сонымен қатар оның эмоционалды интеллект деңгейіне де тікелей қатысты. Эмоционалды интеллект – жеке тұлғаның өзінің және өзгелердің эмоцияларын тану, түсіну, реттеу және қарым-қатынас барысында тиімді пайдалану қабілеті. Бұл ұғым алғаш рет ХХ ғасырдың соңында ғылыми айналымға енгенімен, бүгінгі таңда психология ғылымында кеңінен зерттеліп, түрлі әлеуметтік және кәсіби контекстерде қолданыс табауда. Эмоционалды интеллектіні дамыту адамның ішкі үйлесімділігіне, әлеуметтік бейімделуіне, кәсіби табысына және тұлғааралық қатынастардың сапасына оң ықпал етеді. Осыған байланысты эмоционалды интеллектіні дамытудың психологиялық ерекшеліктерін зерттеу қазіргі ғылым үшін маңызды әрі өзекті болып отыр.

Эмоционалды интеллект – адамның өзін және өзгені түсіну қабілеті, эмоцияларды реттеу және басқару дағдысы, сондай-ақ оларды тиімді қарым-қатынас пен іс-әрекетте қолдана білуі. Бұл ұғымды алғаш ғылыми айналымға ХХ ғасырдың соңында америкалық зерттеушілер П.Саловой мен Д. Майер енгізіп, кейін Д. Гоулман [1, 2, 3] еңбектерінде кеңінен таралды. Ғалым-дар эмоционалды интеллектіні тұлғаның әлеуметтік табысы мен психологиялық саулығының басты көрсеткіштерінің бірі ретінде қарастырады.

Эмоционалды интеллектіні дамыту мәселесі бүгінгі күні көптеген салада өзекті. Мектеп жасынан бастап баланың эмоцияларын түсінуі мен басқаруын қалыптастыру оның әлеуметтік

бейімделуіне, сыныптағы қарым-қатынасын жақсартуға ықпал етеді. Жоғары оқу орындарында студенттердің эмоционалды интеллектін дамыту олардың академиялық жетістіктеріне, кәсіби дағдыларының қалыптасуына оң әсер етеді. Ал еңбек нарығында эмоционалды интеллектісі жоғары қызметкерлер ұйым ішінде сенімді қарым-қатынас орнатып, көшбасшылық қасиеттерін дамыта алады.

Зерттеулер көрсеткендей, эмоционалды интеллект деңгейі жоғары адамдар стресстік жағдайларда сабыр сақтап, шешім қабылдауда жан-жақты ойлай алады. Бұл қабілет тек жеке өмірде ғана емес, кәсіби салада да үлкен рөл атқарады. Көшбасшылар мен менеджерлер үшін эмоцияларды басқару және қызметкерлердің көңіл-күйін ескеру жұмыс өнімділігін арттыратын негізгі факторлардың бірі болып табылады. Сол себепті эмоционалды интеллектіні дамытуға бағытталған тренингтер, коучинг бағдарламалары мен психологиялық жаттығулар әлемдік тәжірибеде кеңінен қолданылуда.

Қазіргі психология ғылымында адамның тұлғалық дамуы мен әлеуметтік бейімделуін түсіндіруде жаңа теориялық ұстанымдар мен зерттеу бағыттары қарқынды дамуда. Солардың бірі – эмоционалды интеллект ұғымы. Эмоционалды интеллект (ЭИ) – адамның өзінің эмоцияларын анықтау, түсіну, бағалау, бақылау, реттеу қабілетімен қатар, басқалардың эмоцияларын тану, олардың психологиялық жағдайын түсіну және қарым-қатынаста тиімді қолдану дағдысын білдіреді. Бұл ұғым алғаш рет XX ғасырдың соңында П. Саловей мен Д. Майер еңбектерінде ғылыми айналымға енгізіліп, кейін Д. Гоулманның еңбектері арқылы кеңінен таралды[4].

Эмоционалды интеллект ұғымы когнитивті интеллект (IQ) түсінігін толықтырып қана қоймай, тұлғаның психологиялық жетілуінің жаңа өлшемін анықтап берді. Зерттеулер көрсеткендей, жоғары деңгейдегі когнитивті интеллект адамның кәсіби және академиялық табысына ықпал етсе, эмоционалды интеллект тұлғааралық қатынастардың үйлесімділігіне, әлеуметтік бейімделуге және психологиялық саулықты сақтауға ықпал ететін негізгі факторлардың бірі болып табылады.

Эмоционалды интеллекттің құрылымын әртүрлі зерттеушілер әрқалай қарастырады. П.Саловей мен Д. Майер ұсынған модельде ЭИ төрт негізгі қабілеттен тұрады:

1. Эмоцияларды қабылдау және тану – өз эмоциясын және өзгенің эмоциясын дәл анықтау қабілеті.
2. Эмоцияларды пайдалану – эмоцияларды ойлау процесінде және шешім қабылдауда тиімді қолдана білу.
3. Эмоцияларды түсіну – эмоциялардың пайда болу себептерін, олардың динамикасын және салдарын талдау.
4. Эмоцияларды басқару – жағымсыз эмоцияларды реттеу, жағымды эмоцияларды күшейту және оларды тұлғаның даму мақсаттарына сәйкес пайдалану.

Д. Гоулманның тұжырымдамасы бұл модельді кеңейтіп, эмоционалды интеллектіні бес негізгі компонент арқылы сипаттайды: өзін-өзі тану, өзін-өзі реттеу, ішкі мотивация, эмпатия және әлеуметтік дағдылар. Бұл компоненттер тұлғаның әлеуметтік қарым-қатынасын құруда, кәсіби ортада табысты болуда, сондай-ақ ішкі психологиялық тепе-теңдікті сақтауда маңызды рөл атқарады.

Эмоционалды интеллектіні дамытудың психологиялық ерекшеліктерін зерттеу қазіргі таңда бірнеше ғылыми бағытта жүзеге асырылуда:

Когнитивті-психологиялық бағыт – эмоция мен ойлау арасындағы өзара байланысты қарастырады;

Әлеуметтік-психологиялық бағыт – ЭИ-дің тұлғааралық қатынастардағы орны мен маңызын анықтайды;

Педагогикалық-психологиялық бағыт – оқушылар мен студенттердің эмоционалды интеллектісін дамыту жолдарын айқындайды;

Клиникалық-психологиялық бағыт – эмоционалды интеллекттің психикалық денсаулық пен стресс жағдайындағы тұрақтылыққа ықпалын зерттейді.

Қазіргі қоғамда эмоционалды интеллектіні дамыту мәселесі ерекше өзекті. Біріншіден, еңбек нарығында кәсіби біліктілікпен қатар, soft skills деп аталатын тұлғааралық дағдылардың маңызы артып отыр. Екіншіден, білім беру жүйесінде эмоционалды интеллектіні дамыту оқушылардың әлеуметтік-эмоционалды құзыреттілігін қалыптастыруға және мектептегі буллинг, агрессия секілді проблемалардың алдын алуға ықпал етеді. Үшіншіден, эмоционалды интеллект адамның психологиялық тұрақтылығын арттырып, күйзеліске қарсы тұру қабілетін дамытады.

Сондықтан эмоционалды интеллектіні дамытудың психологиялық ерекшеліктерін зерттеу теориялық тұрғыдан тұлғаның даму заңдылықтарын тереңірек түсінуге мүмкіндік берсе, практикалық тұрғыдан білім беру, басқару, денсаулық сақтау және әлеуметтік саладағы мамандар үшін құнды әдістемелік негіз болып табылады.

ӘДЕБИЕТТЕРГЕ ШОЛУ Эмоционалды интеллект (ЭИ) ұғымы алғаш рет ғылыми айналымға ХХ ғасырдың соңында енгізілгенімен, қысқа уақыт ішінде психология ғылымының орталық зерттеу нысандарының біріне айналды. Әлемдік ғылыми әдебиетте бұл феноменге қатысты түрлі теориялық модельдер мен эмпирикалық зерттеулер қалыптасты.

Алғашқы ғылыми тұжырымдаманы ұсынғандар – америкалық психологтар Питер Саловей (Peter Salovey) мен Джон Майер (John Mayer) [5]. Олар 1990 жылы жарық көрген еңбегінде эмоционалды интеллектіні «адамның өз сезімдерін және өзгелердің эмоцияларын дәл қабылдау, оларды ажырату және осы ақпаратты ойлау мен іс-әрекетті бағыттауда пайдалану қабілеті» деп анықтады. Бұл анықтама ЭИ-ді когнитивті қабілеттер жүйесіне жақындатты және оны интеллекттің ерекше түрі ретінде сипаттады.

Кейінірек эмоционалды интеллект тұжырымдамасын кеңінен насихаттаған ғалым – америкалық журналист әрі зерттеуші Дэниел Гоулман (Daniel Goleman). Оның 1995 жылы жарық көрген “*Emotional Intelligence*” атты еңбегі бүкіл әлемге танылып, ғылыми ортада ғана емес, бизнес, білім беру, менеджмент салаларында да үлкен қызығушылық тудырды. Гоулман эмоционалды интеллектіні бес негізгі компонент арқылы сипаттады:

1. *Өзін-өзі тану (Self-awareness)*;
2. *Өзін-өзі реттеу (Self-regulation)*;
3. *Мотивация (Motivation)*;
4. *Эмпатия (Empathy)*;
5. *Әлеуметтік дағдылар (Social skills)*.

Бұл модель эмоционалды интеллектіні тек когнитивті қабілет ретінде емес, тұлғаның кәсіби жетістігіне, көшбасшылық қасиеттеріне және тұлғааралық қатынастардағы табысына ықпал ететін кешенді құзыреттілік ретінде қарастыруға мүмкіндік берді.

Эмоционалды интеллекттің әлеуметтік маңызын зерттеген ғалымдардың бірі – Ричард Бояцис (Richard Boyatzis). Ол ұйымдық психологияда ЭИ-дің рөліне назар аударып, жоғары эмоционалды интеллекті бар көшбасшылардың ұжымдағы ынтымақтастықты арттыруға, мотивацияны күшейтуге және корпоративтік мәдениетті нығайтуға ықпал ететінін көрсетті.

Сонымен қатар, Майкл Чарновски (Michael Cherniss) еңбектерінде эмоционалды интеллектіні дамыту бағдарламаларының кәсіби тиімділігі дәлелденді. Ол ЭИ-ді тек табиғи қасиет ретінде емес, арнайы тренингтер мен оқыту әдістері арқылы дамытылатын қабілет ретінде қарастырды.

Эмоционалды интеллектінің құрылымын зерттеуде Майер, Саловей және Карузо (Mayer-Salovey-Caruso) әзірлеген MSCEIT тесті ерекше орын алады. Бұл әдістеме адамның эмоцияларды тану, түсіну және басқару қабілетін объективті өлшеуге мүмкіндік береді. Эмпирикалық зерттеулер MSCEIT тестінің психологиялық диагностикада, әсіресе кәсіби іріктеу және білім беру саласында тиімді қолданылатынын көрсетті.

Эмоционалды интеллект феноменін алғашқылардың бірі болып қарастырған ресейлік ғалымдардың қатарында Д.В. Люсин бар. Оның еңбектерінде эмоционалды интеллект

«эмоционалды құзыреттіліктің» бір бөлігі ретінде сипатталады. Люсиннің пікірінше, ЭИ екі негізгі құрамдас бөліктен тұрады:

1. Интраперсоналды интеллект – адамның өз эмоцияларын түсінуі және оларды басқару қабілеті;

2. Интерперсоналды интеллект – өзгенің эмоцияларын тану және қарым-қатынаста тиімді қолдана білу қабілеті.

Люсин эмоционалды интеллектіні зерттеудің диагностикалық құралдарын жасап, «ЭМИн» (*Эмоциональный интеллект*) әдістемесін ұсынды. Бұл тест қазіргі кезде Ресей мен ТМД елдерінде кеңінен қолданылып, ғылыми зерттеулер мен практикалық психологияда маңызды рөл атқарып келеді. Эмоционалды интеллектіні әлеуметтік психология тұрғысынан қарастырған ғалымдардың бірі – Е.П. Ильин. Ол эмоцияның табиғаты мен функцияларын зерттей отырып, эмоционалды интеллектіні тұлғаның әлеуметтік бейімделуінің маңызды алғышарты ретінде сипаттады. Оның пікірінше, эмоцияларды түсіну мен басқару қабілеті әлеуметтік қарым-қатынастарды тиімді құруға мүмкіндік береді [6].

Сонымен қатар, А.И. Савенков зерттеулерінде эмоционалды интеллект дарынды балалар психологиясымен байланыстырылады. Ғалым эмоционалды интеллект деңгейі жоғары балалардың шығармашылық қабілеттері дамығанын, тұлғааралық қатынастарда икемділік танытатынын атап көрсетеді.

Ресейлік зерттеушілердің еңбектерінде эмоционалды интеллект мәселесі білім беру психологиясымен де тығыз байланысты. Мәселен, Н.В. Ключева, О.В. Сергиенко, Т.А. Баранова [7, 8, 9] еңбектерінде оқушылар мен студенттердің эмоционалды интеллектін дамыту жолдары қарастырылады. Олар ЭИ-ді қалыптастыру білім алушылардың тек академиялық жетістігіне ғана емес, сонымен қатар олардың психологиялық саулығына және әлеуметтік бейімделуіне ықпал ететінін көрсетеді. Кәсіби психология саласында эмоционалды интеллекттің рөліне В.Н. Куницына, А.Г. Шмелев, Е.П. Ильин секілді ғалымдар назар аударды. Олар ЭИ деңгейі жоғары мамандардың еңбек ұжымында тиімді қарым-қатынас орнататынын, қақтығыстарды дұрыс шеше алатынын, көшбасшылық қабілеттерін дамытатынын дәлелдеді.

Сонымен қатар, ресейлік ғалымдар эмоционалды интеллектіні психикалық денсаулықпен байланыстыра зерттеуде. С.Д. Дерябо, Л.М. Попова еңбектерінде эмоционалды интеллекттің төмен деңгейі күйзеліс, мазасыздық пен агрессияға бейімділікті арттыратыны көрсетіледі. Ал жоғары эмоционалды интеллект адамның стресс жағдайында өзін-өзі ұстай алуына және психологиялық тұрақтылығын сақтауға ықпал етеді [11].

Жалпы алғанда, ресейлік ғалымдардың зерттеулері эмоционалды интеллектіні теориялық негізде сипаттап қана қоймай, оны практикалық салада қолданудың түрлі жолдарын ұсынады. Бұл еңбектер эмоционалды интеллектіні білім беру, кәсіби дайындық және психологиялық көмек көрсету процесінде дамытуға мүмкіндік береді.

Қазақстандық психология ғылымында эмоционалды интеллект мәселесі соңғы онжылдықтарда ерекше зерттеу нысанына айналып отыр. Қоғамдағы әлеуметтік өзгерістер, білім беру жүйесінің жаңаруы, жастардың әлеуметтік бейімделуі мен кәсіби дамуы – осының бәрі эмоционалды интеллектіні зерттеудің өзектілігін арттырады.

Эмоция мен тұлғаның аффективтік саласын қарастырған алғашқы қазақстандық ғалымдардың қатарында Т.Тәжібаев, Қ.Б. Жарықбаев, Ә. Алдамұратов [12] еңбектерін атауға болады. Олар қазақ психологиясының қалыптасу кезеңінде эмоцияның табиғаты, адамның мінез-құлқындағы рөлі және тұлғаның жан дүниесін зерттеудің ғылыми негіздерін қалады. Бұл зерттеулер кейінгі эмоционалды интеллект мәселесін зерделеуде теориялық алғышарт болды. Эмоционалды интеллектіні арнайы зерттеу бағытында қазіргі отандық ғалымдардың еңбектері ерекше орын алады. Б. Құлжанова, М. Мұқанов, С. Қалиев еңбектерінде бала психологиясы мен тұлғаның эмоциялық дамуы қарастырылады. Бұл еңбектерде эмоцияларды түсіну мен басқарудың бала тәрбиесіндегі маңызы айқындалады.

Жоғары оқу орындарындағы студенттердің эмоционалды интеллектісін зерттеу мәселесіне А. Темірбекова, Г. Аубакирова, К. Бөлеев, Р. Ильясова [13,14,15] сынды ғалымдар өз еңбектерін арнады. Олар эмоционалды интеллектіні дамыту студенттердің кәсіби құзыреттілігін арттыруға, олардың өзін-өзі реттеу дағдыларын жетілдіруге ықпал ететінін атап өтеді.

НЕГІЗГІ БӨЛІМ. *Эмоционалды интеллектіні дамытудың теориялық негіздері*

Эмоционалды интеллект (ЭИ) ұғымы ХХ ғасырдың соңында пайда болғанымен, эмоция, сана, тұлғааралық қарым-қатынас мәселелері психологияда ежелден қарастырылып келеді. П.Саловей мен Дж. Майердің (1990) анықтамасы бойынша, ЭИ – адамның өзінің және өзгенің эмоцияларын қабылдау, түсіну және басқару қабілеті. Д. Гоулман (1995) бұл түсінікті кеңейтіп, эмоционалды интеллектіні тұлғаның әлеуметтік жетістіктерімен, көшбасшылық қасиеттерімен байланыстырды.

Эмоционалды интеллект құрылымын анықтауда әртүрлі модельдер ұсынылған:

Қабілеттер моделі (Mayer & Salovey) – эмоцияларды қабылдау, пайдалану, түсіну және басқару қабілеттеріне негізделеді.

Аралас модель (Goleman, Bar-On) – эмоционалды және тұлғалық қасиеттерді біріктіріп, ЭИ-ді тұлғаның әлеуметтік және кәсіби табысының индикаторы ретінде сипаттайды.

Тұлғалық-құндылықтық модель (Boyatzis, Cherniss) – эмоционалды интеллектіні кәсіби қызмет пен көшбасшылықта қолдану аспектілерін қарастырады.

Осы модельдер ЭИ-дің көпқырлы феномен екенін көрсетеді. Ол тек когнитивті қабілеттер жүйесі ғана емес, сонымен бірге тұлғаның аффективті және әлеуметтік құзыреттілігін қамтиды.

Эмоционалды интеллектінің психологиялық ерекшеліктері

Эмоционалды интеллектінің негізгі психологиялық ерекшеліктерін төмендегідей топтастыруға болады: Эмоционалды интеллектінің психологиялық ерекшеліктері

Когнитивті ерекшеліктері
– эмоцияларды қабылдау,
ажырату және ойлау
процесінде қолдану қабілеті

Әлеуметтік ерекшеліктері
– тұлғааралық қарым-
қатынаста эмпатияны,
түсіністікті және
сенімділікті көрсету
қабілеті

Аффективті ерекшеліктері
– ішкі эмоционалды тепе-
теңдікті сақтау, күйзеліс пен
фрустрацияны жеңе білу
дағдысы

**Жеке тұлғалық
ерекшеліктері** – өзін-өзі
тану, өзін-өзі реттеу, ішкі
мотивацияны қолдау
дағдылары

Сурет 1 - Эмоционалды интеллектінің психологиялық ерекшеліктері

Эмоционалды интеллекті дамыған тұлға өз эмоцияларын ғана емес, өзгелердің көңіл-күйін де дәл тани алады. Мұндай тұлғалар әлеуметтік ортада тез бейімделіп, конфликттік жағдайларда тиімді шешім қабылдайды.

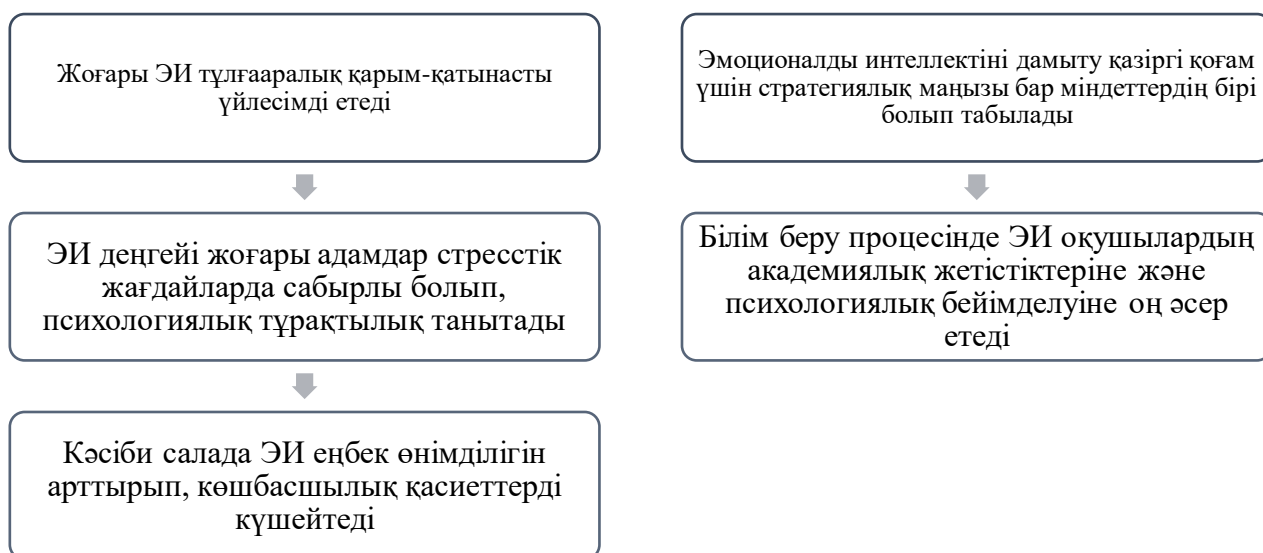
Эмоционалды интеллектіні дамыту жолдары

Эмоционалды интеллектті дамыту – бұл ұзақ мерзімді психологиялық процесс. Оны келесі әдістер арқылы жүзеге асыруға болады:



Сурет 2 - Эмоционалды интеллектіні дамыту жолдары

Эмоционалды интеллектінің тұлға дамуы мен әлеуметтік бейімделудегі рөлі. Эмоционалды интеллектінің жоғары деңгейі тұлғаның өмір сапасын арттырады. Зерттеулер көрсеткендей:



Сурет 1 - Эмоционалды интеллектінің тұлға дамуы мен әлеуметтік бейімделудегі нәтижесі

ЗЕРТТЕУ ІРІКТЕМЕСІ. Зерттеуге 61 респондент қатысты (N=61) - 17-22 жас аралығындағы Абай атындағы ҚазҰПУ-інің 1-ден 4-курсына дейінгі «Педагогика және психология» білім беру бағдарламасының студенттері. Осы үлгіден ер респонденттердің саны 10%, әйел респонденттердің саны 90% құрады.

Респонденттердің үлгерімі 4 деңгейге бөлінді: «жақсы» - респонденттердің 51.61%, «қанағаттанарлық» - респонденттердің 41.94%, «өте жақсы» - респонденттердің 3.23%, «қанағаттанарлықсыз» - респонденттердің 3.23%. Зерттеу үлгісінің бұл сипаттамалары 1-кестеде көрсетілген.

Кесте 1 - Зерттеу үлгісінің сипаттамасы (N = 61)

Параметрлері	Саны	% көрсеткіші
Жынысы		
Ер	6	9,8
Әйел	55	90
Курс		
Бірінші	16	26
Екінші	12	20
Үшінші	17	28
Төртінші	16	26
Үлгерім деңгейі		
Қанағаттанарлықсыз	2	3.23
Қанағаттанаралық	26	41.94
Жақсы	31	51.61
Өте жақсы	2	3.23

НӘТИЖЕЛЕР ЖӘНЕ ОЛАРДЫ ТАЛҚЫЛАУ. Зерттеу нәтижелерін сипаттау шеңберінде алдымен зерттелетін үлгідегі педагогика және психология мамандығы студенттерінің арасында эмоционалды интеллектісінің даму деңгейі. (P. Steel) әдісімен алынған мәліметтер 2-кестеде келтірілген.

Кесте 2 - Әдістеме бойынша эмоционалды интеллектісінің даму деңгейлері (P. Steel) (N = 61)

Эмоционалды интеллект деңгейлері	Саны	% көрсеткіші
Төмен	2	3,2
Орташа	51	83,8
Жоғары	8	12,9

2-ші кестеден көріп отырғанымыздай, зерттелетін үлгідегі педагогика және психология мамандығының білім алушыларының көпшілігі, яғни 51 респондентте байқалатын эмоционалды интеллектінің орташа деңгейін көрсетеді, бұл жалпы көрсеткіштің 83,87% құрайды. Эмоционалды интеллектінің жоғары деңгейі 8 респондентте байқалады (12,90%), бұл эмоционалды интеллект олардың оқу және күнделікті қызметіне ерекше назар аударуды қажет ететіні және айтарлықтай әсерін көрсетуі мүмкін.

Зерттеудің 2 қатысушысында эмоционалды интеллектінің төмен деңгейі анықталды, бұл үлгінің тек 3,23% құрайды. Бұл мұндай студенттердің уақытты тиімді басқаруға және істерді минималды түрде кейінге қалдыруға бейім екенін көрсетеді.

Осылайша, студенттер арасында эмоционалды интеллектінің орташа деңгейінің басым болуы оны күшейтудің алдын алу қажеттілігін көрсетеді, әсіресе жоғары деңгейді көрсетіп жүргендер үшін.

Қысқаша нұсқада ЭМИн сауалнамасының нәтижелерін қарастырайық (Д.В. Люсин). Ұсынылған кестеде ЭМИн (автор Д. В. Люсин) әдістемесі бойынша эмоционалды интеллект (ЭИ) деңгейін диагностикалау нәтижелері келтірілген. Бұл жұмыс үшін тек интегралды шкала маңызды, сондықтан біздің талдауымыз эмоционалды интеллекттің жалпы коэффициентін ғана қамтиды.

Кесте 3 - Эмоционалды интеллекттің байқалу деңгейлері эминкр әдісі-нұсқасы (Д.В. Люсин) (N = 61)

Эмоционалды интеллект деңгейлері	Саны	% көрсеткіштері
Жалпы шкала		
Төмен деңгей	2	3,2
Орташа деңгей	33	54,8
Жоғары деңгей	26	41,9

Кестеден көріп отырғаныңыздай, қатысушылардың көпшілігінде эмоционалды интеллектінің орташа деңгейі бар, бұл жалпы шкала бойынша 54,8% құрайды. Эмоционалды интеллектінің жоғары деңгейі қатысушылардың 41,9% - кездеседі, бұл үлгідегі осы сипаттаманың жеткілікті жоғары даму деңгейін көрсетеді. Қатысушылардың тек 3,2% - төмен деңгей тіркелді, бұл респонденттер арасында эмоционалды интеллект деңгейінің жеткіліксіздігін көрсетеді.

Бұл нәтижелер зерттеу тобында эмоционалды интеллекттің теңдестірілген және жоғары деңгейлерінің басым болуын көрсетеді.

Хьюитт пен Флетттің көп өлшемді перфекционизм шкаласы (MPS) (P.L. Hewitt, G.F. Flett) перфекционизмнің үш негізгі аспектісін диагностикалауға арналған: өзіне бағытталған, басқаларға бағытталған және әлеуметтік тағайындалған. Бұл перфекционизм деңгейлерін (төмен, орташа, жоғары) анықтауға және жеке және сыртқы факторлардың мінез-құлыққа әсерін бағалауға мүмкіндік береді.

Кесте 4. - Әдістеме бойынша перфекционизмнің ауырлық деңгейлері Хьюитт пен Флетттің көп өлшемді перфекционизм шкаласы (P. L. Hewitt, G. F. Flett) (N = 61)

Перфекционизм деңгейі	Саны	% көрсеткіші
Интегралды шкала		
Төмен	4	6,4
Орташа	41	67,7
Жоғары	16	25,8

Қатысушылардың көпшілігі (67,7%) интегралды перфекционизмнің орташа деңгейін көрсетеді, бұл берілген сапаның орташа көрінісін көрсетеді. Жоғары деңгей (25,8%) кейбір қатысушылардың жоғары стандарттарға сай болуға бейімділігін көрсетеді, ал төмен деңгей (6,4%) сирек кездеседі. Ұсынылған болжамды тексеру мақсатында эмоционалды интеллект пен өнімділік, кейінге қалдыру, перфекционизм арасындағы көрсеткіштердің корреляциясы есептелді.

Кесте 5 - Эмоционалды интеллект көрсеткіштерінің корреляция матрицасы, перфекционизм

Айнымалылар	Корреляция коэффициенті (rs)	p-белгі	Бақылау саны (n)
Эмоциональный интеллект және оқу үлгерімі	0,176	>0.05 (n.c.)	61
Үлгерімі	0,427	<0.01 (**)	
Перфекционизм және үлгерімі	0,281	<0.05 (*)	

* Корреляцияның маңызды деңгейі 0,05 (екіжақты)

** Корреляцияның маңызды деңгейі 0,01 (екіжақты)

Талдау көрсеткендей, перфекционизм мен студенттердің оқу үлгерімі арасында әлсіз оң байланыс бар ($rs=0.281$, $P < 0.05$). Нәтижелер перфекционизм, эмоционалды интеллект және кейінге қалдыруға бейімділік сияқты ерекшеліктер педагогика және психология мамандығы студенттерінің оқу үлгеріміне әртүрлі жолдармен әсер ететінін көрсетеді. Перфекционизм мен кейінге қалдыру оқу жетістіктерімен анағұрлым айқын оң байланысқа ие, ал берілген үлгідегі эмоционалды интеллекттің әсері шамалы. Бұл нәтижелер студенттердің академиялық қызметіне әсер ету механизмдерін жақсы түсіну үшін осы факторлардың өзара әрекетін тереңірек зерттеу қажеттілігін көрсетеді.

Эмоционалды интеллект пен академиялық жетістік арасындағы байланыс әлсіз және статистикалық тұрғыдан маңызды емес болып шықты ($rs = 0.176$, $p > 0.05$). Бұл эмоционалды интеллект деңгейі осы үлгі бойынша студенттердің оқу жетістіктеріне айтарлықтай әсер етпейтінін көрсетеді. Дегенмен, эмоционалды интеллект студенттік өмірдің белгілі бір аспектілерінде, мысалы, ұжымдағы өзара әрекеттесу, стрессті басқару немесе оқу үлгеріміне жанама әсер ететін жанжалдарды шешу сияқты маңызды рөл атқаруы мүмкін.

Талдау нәтижелері кейінге қалдыру мен оқу үлгерімі арасындағы орташа оң байланысты анықтады ($rs= 0.427$, $p < 0.01$). Бұл күтпеген байқау «стратегиялық кейінге қалдыру» құбылысымен байланысты болуы мүмкін, мұнда студенттер шектеулі уақыт жағдайында шоғырлану және өнімдірек жұмыс істеу үшін тапсырмаларды соңғы сәтке дейін саналы түрде кейінге қалдырады. Алайда мұндай стратегия барлық студенттер үшін сәтті болмауы мүмкін және олардың өзін-өзі ұйымдастыру деңгейіне және стресске төзімді болуына байланысты болуы мүмкін. Оң байланысқа қарамастан, кейінге қалдыру көбінесе стресстің жоғарылауымен байланысты, бұл студенттерді қолдау бағдарламаларын әзірлеу кезінде ескерілуі керек.

Нәтижелер эмоционалды интеллект, перфекционизм, кейінге қалдыруға бейімділік сияқты ерекшеліктер психология студенттерінің оқу үлгеріміне әр түрлі әсер ететінін көрсетеді. Перфекционизм мен кейінге қалдыру оқу жетістіктерімен анағұрлым айқын оң байланысқа ие, ал берілген үлгідегі эмоционалды интеллекттің әсері шамалы. Бұл нәтижелер студенттердің оқу үлгеріміне әсер ету механизмдерін жақсы түсіну үшін осы факторлардың өзара әрекеттесуін тереңірек зерттеу қажеттілігін көрсетеді.

ҚОРЫТЫНДЫ Жүргізілген зерттеу барысында эмоционалды интеллектіні дамытудың психологиялық ерекшеліктері жан-жақты қарастырылды. Зерттеу нәтижелері мен әдебиеттерге жасалған шолу көрсеткендей, эмоционалды интеллект қазіргі психология ғылымында және практикасында аса өзекті мәселелердің бірі болып отыр.

Шетелдік ғалымдар еңбектерінде эмоционалды интеллект адамның табыстылығының, тұлғааралық қарым-қатынасының және психологиялық тұрақтылығының негізгі факторы ретінде айқындалған. Ресейлік зерттеушілер ЭИ-ді тұлғаның өзін-өзі реттеу механизмдерімен, кәсіби бейімделуімен және әлеуметтік құзыреттілігімен байланыстырады. Ал отандық ғалымдар бұл құбылысты этнопсихологиялық және білім беру контекстінде зерттеп, ұлттық құндылықтар мен мәдени дәстүрлердің әсерін атап өтеді.

Эксперимент нәтижелері эмоционалды интеллектіні дамыту арнайы психологиялық бағдарламалар арқылы мүмкін екенін дәлелдеді. Эксперименттік топта студенттердің эмоционалды интеллект деңгейі айтарлықтай артқаны байқалды, ал бақылау тобында елеулі өзгерістер болмады. Бұл дерек тұлғаның эмоционалды саласын дамыту тек табиғи жолмен емес, мақсатты бағытталған жаттығулар арқылы да жүзеге асатынын көрсетеді.

Эмоционалды интеллектіні дамытудың негізгі психологиялық ерекшеліктерін төмендегідей тұжырымдауға болады:

ЭИ тұлғаның когнитивті, аффективті және әлеуметтік процестерін біріктіреді.

Эмоцияларды дұрыс тану мен реттеу ішкі тепе-теңдікті сақтауға ықпал етеді.

Эмпатия мен қарым-қатынас мәдениеті тұлғааралық байланыстардың сапасын арттырады.

Өзін-өзі реттеу қабілеттері стресске қарсы тұрудың тиімді құралы болып табылады.

Практикалық тұрғыда эмоционалды интеллектіні дамыту – білім беру, кәсіби даярлық, басқару және тұлғалық даму салаларында айрықша маңызға ие. Білім беру жүйесінде ЭИ-ді қалыптастыру оқушылар мен студенттердің академиялық жетістіктеріне ғана емес, олардың психологиялық бейімделуіне де оң әсер етеді. Еңбек нарығында ЭИ деңгейі жоғары мамандар көшбасшылық қабілеттерімен ерекшеленіп, ұжымдық жұмысқа оң ықпал етеді.

Сонымен, эмоционалды интеллектіні дамыту мәселесі қазіргі психологиядағы теориялық тұрғыдан да, тәжірибелік тұрғыдан да маңызды бағыт болып табылады. Ол тұлғаның жан-жақты дамуына, әлеуметтік ортаға тиімді бейімделуіне, кәсіби жетістігіне және жалпы өмір сапасының артуына ықпал етеді.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Jahan, S. S., Nerali, J. T., Parsa, A. D., & Kabir, R. (2022). Студенттер арасындағы эмоционалды интеллект, академиялық жетістік пен күйзеліске әсер етуші факторлардың байланысын зерттеу: шолу. *Dentistry Journal*, 10(4), 67. <https://doi.org/10.3390/dj10040067>
2. Sanchez-Ruiz, M.-J., Tadros, N., Khalaf, T., Ego, V., Eisenbeck, N., & Carreno, D. F. (2021). Пандемия кезіндегі тұлғалық эмоционалды интеллект пен әл-ауқат: мағыналық-бағытталған күресудің медиаторлық рөлі. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648401>
3. Çağlar Doğru. (2022). Эмоционалды интеллект пен қызметкер нәтижелілігі арасындағы байланыстың мета-талдауы. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.611348>
4. Varshney, D., & Varshney, N. (2020). Эмоционалды интеллект пен жұмыс нәтижесіне ықпал ететін икемділік: Үндістандағы шағын кәсіпорындар мысалында. *Global Business and Organizational Excellence*, 39(5), 35–45. <https://doi.org/10.1002/joe.22012>
5. Ullah, R. (2021). Қақтығыстарды трансформациялауда эмоционалды интеллекттің буферлік рөлі. *International Journal of Conflict Management*, 33(2), 223–244. <https://doi.org/10.1108/ijcma-03-2021-0050>
6. Winton, B. (2021). Эмоционалды интеллекттің құрылымдық элементтері: Эмоционалды қабілеттер арқылы жұмыс қанағаттанушылығын арттыру. *International Journal of Organizational Analysis*, 31(3), 569–586. <https://doi.org/10.1108/ijoa-03-2021-2669>
7. Vernia, D., & Senen, S. (2022). Жұмыс пен отбасы арасындағы қақтығыс, эмоционалды интеллект, жұмыс-өмір тепе-теңдігі және қызметкер нәтижелілігі. [Журнал атауы]. <https://doi.org/10.2991/aebmr.k.220701.075>
8. Zhang, S., Deng, X., Xin, Z., Xuebin, C., & Hou, J. (2022). Магистранттардың эмоционалды интеллекті мен әл-ауқаты: әлеуметтік қолдау мен психологиялық резиленттіліктің тізбектік медиаторлық әсері. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865025>
9. Madampe, K., Hoda, R., & Grundy, J. (2022). Бағдарламалық жасақтамадағы талаптардың өзгерістерін басқаруда эмоционалды интеллекттің рөлі. [Препринт], arXiv. <https://arxiv.org/abs/2206.11603>
10. Weidmann, B., & Хи, Y. (2024). Командалық жұмыс пен басқару зерттеулеріне арналған эмоцияны қабылдау көрсеткіші: заманауи өлшем. [Препринт], arXiv. <https://arxiv.org/abs/2410.03704>
11. Андреева, И. Н. (2020). Эмоционалды интеллект пен эмоционалды креативтілік: ерекшелігі мен өзара байланысы [Монография]. Полоцк мемлекеттік университеті.
12. Андреева, И. Н. (2020). Эмоционалды интеллект пен эмоционалды шығармашылық: өзара әрекеттесу аспектілері. [Монография].
13. Malik, Z., & Sembayeva, Z. (2021). Эмоционалды интеллект пен академиялық жетістік: Назарбаев Университеті мен ҚазБТУ мысалында зерттеу. *Nazarbayev University, Graduate School of Public Policy*.

14. Tleubay, S. T., Zhauynshiyeva, Z. B., Yessimkulova, S. S., Oralkanova, Z. A., Akparova, Z. M., Nurpeissova, A., & Kerimbekov, T. (2023). Болашақ ағылшын тілі мұғалімдерінің эмоционалды интеллектін дамыту. *International Journal of Innovative Research and Scientific Studies*, 6(3), 667–681. <https://doi.org/10.53894/ijirss.v6i3.1742>

15. Akhmetova, J. B., Kim, A. M., Sadykova, A. T., & Harnisch, D. (2024). Жоғары білімде эмоционалды интеллект пен оқыту құзыреттіліктерін аралас әдістермен зерттеу. *ҚазҰУ Хабаршысы. Психология және әлеуметтану сериясы*, 49(2)

Reference

1. Jahan, S. S., Nerali, J. T., Parsa, A. D., & Kabir, R. (2022). Exploring the association between emotional intelligence and academic performance and stress factors among dental students: A scoping review. *Dentistry Journal*, 10(4), 67. <https://doi.org/10.3390/dj10040067>

2. Sanchez-Ruiz, M.-J., Tadros, N., Khalaf, T., Ego, V., Eisenbeck, N., & Carreno, D. F. (2021). Trait emotional intelligence and wellbeing during the pandemic: The mediating role of meaning-centered coping. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648401>

3. Çağlar Doğru. (2022). A meta-analysis of the relationships between emotional intelligence and employee outcomes. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.611348>

4. Varshney, D., & Varshney, N. (2020). Workforce agility and its links to emotional intelligence and workforce performance: A study of small entrepreneurial firms in India. *Global Business and Organizational Excellence*, 39(5), 35–45. <https://doi.org/10.1002/joe.22012> journal.ppipbr.com

5. Ullah, R. (2021). The buffering role of emotional intelligence in conflict transformation. *International Journal of Conflict Management*, 33(2), 223–244. <https://doi.org/10.1108/ijcma-03-2021-0050> journal.ppipbr.com

6. Winton, B. (2021). Disaggregating emotional intelligence: Building job satisfaction through emotional abilities. *International Journal of Organizational Analysis*, 31(3), 569–586. <https://doi.org/10.1108/ijoa-03-2021-2669> journal.ppipbr.com

7. Vernia, D., & Senen, S. (2022). Work-family conflict, emotional intelligence, work-life balance, and employee performance. [Journal Title]. <https://doi.org/10.2991/aebmr.k.220701.075> journal.ppipbr.com

8. Zhang, S., Deng, X., Xin, Z., Xuebin, C., & Hou, J. (2022). The relationship between postgraduates' emotional intelligence and well-being: The chain mediating effect of social support and psychological resilience. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865025> journal.ppipbr.com

9. Madampe, K., Hoda, R., & Grundy, J. (2022). The role of emotional intelligence in handling requirements changes in software engineering. [Preprint], arXiv. [arXiv](https://arxiv.org/abs/2207.01075)

10. Weidmann, B., & Xu, Y. (2024). PAGE: A modern measure of emotion perception for teamwork and management research. [Preprint], arXiv. [arXiv](https://arxiv.org/abs/2401.00000)

11. Andreeeva, I. N. (2020). Emotional intelligence and emotional creativity: Specificity and interaction [Monograph]. Polotsk State University. [Википедия](https://ru.wikipedia.org/wiki/Emotional_intelligence)

12. — (2020). Emotional intelligence and emotional creativity: Specificity and interaction. [Monograph]. [Википедия](https://ru.wikipedia.org/wiki/Emotional_intelligence) (Note: повтор публикации указан как продолжение монографии)

13. Malik, Z., & Sembayeva, Z. (2021). Emotional intelligence and academic performance: A case study at Nazarbayev University and Kazakh-British Technical University. Nazarbayev University, Graduate School of Public Policy. [Nur Repository](https://nurrepository.kz/)

14. Tleubay, S. T., Zhauynshiyeva, Z. B., Yessimkulova, S. S., Oralkanova, Z. A., Akparova, Z. M., Nurpeissova, A., & Kerimbekov, T. (2023). The emotional intelligence development of future English language teachers. *International Journal of Innovative Research and Scientific Studies*, 6(3), 667–681. <https://doi.org/10.53894/ijirss.v6i3.1742> [IJIRSS](https://www.ijirss.com/)

15. Akhmetova, J. B., Kim, A. M., Sadykova, A. T., & Harnisch, D. (2024). Using mixed methods to study emotional intelligence and teaching competencies in higher education. *ҚазҰУ Хабаршысы. Психология және әлеуметтану сериясы*, 49(2).