



УДК 37.032:159.99

DOI [10.20310/1810-231X-2023-22-2-56-62](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2023-22-2-56-62)

Поступила в редакцию / Received 20.03.2023

Поступила после рецензирования и доработки / Revised 28.04.2023

Принята к публикации / Accepted 31.05.2023

*оригинальная статья*

## Моделирование технологии развития социального интеллекта студентов

Уваров Евгений Алексеевич , Горбунова Анна Владимировна ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33✉ [uvarovea@yandex.ru](mailto:uvarovea@yandex.ru)

**Аннотация.** Представлена модель авторской технологии развития социального интеллекта студентов, которая основана на идеях отечественных и зарубежных ученых, посвященных изучению эмоциональной гибкости, эмоционального интеллекта и адаптационных способностей личности. Выдвинуто предположение, что успешная социально-психологическая адаптация может быть достигнута на основании взаимосвязи между социальным интеллектом и способностью к пониманию и управлению своими эмоциями на фоне сформированной эмпатии. В исследовании приняло участие 153 респондента из числа студентов. Большинство из них имеют средние и низкие показатели эмоционального интеллекта, что свидетельствует о недостаточной сформированности личностных качеств, влияющих на самомотивирование к какой-либо деятельности, а также на умение распознавать протекание эмоций других людей. Данное обстоятельство в значительной степени затрудняет внутригрупповые коммуникационные процессы в студенческой среде. Обнаружена высокая корреляционная связь между эмпатией и эмоциональным интеллектом, адаптационным потенциалом и проникающими способностями в эмпатии. На основании проведенного эмпирического исследования нами предложена модель технологии формирования социального интеллекта студентов, которая включает в себя четыре основных компонента (эмпатия, эмоциональный интеллект, личностный адаптационный потенциал и коммуникативные способности) и пять дополнительных (идентификация эмоций, вербальная и невербальная коммуникация, моральная нормативность, самомотивация и саморегуляция).


**Ключевые слова:** модель технологии; социальный интеллект; эмоциональный интеллект; эмоциональная гибкость; личностный адаптационный потенциал; студенческая молодежь

*Конфликт интересов отсутствует*

**Для цитирования:** Уваров Е.А., Горбунова А.В. Моделирование технологии развития социального интеллекта студентов // Психолого-педагогический журнал «Гаудеамус». 2023. Т. 22. № 2. С. 56-62. DOI [10.20310/1810-231X-2023-22-2-56-62](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2023-22-2-56-62)

## Modeling of technology for development of students' social intelligence

Evgeniy A. Uvarov  , Anna V. Gorbunova 

Derzhavin Tambov State University  
33 Internatsionalnaya St., Tambov 392000, Russian Federation  
 [uvarovea@yandex.ru](mailto:uvarovea@yandex.ru)

**Abstract.** We present a model of the author's technology for development of students' social intelligence, which is based on the ideas of national and foreign scientists on emotional flexibility, emotional intelligence and adaptive abilities of the individual. It is suggested that students can achieve successful social and psychological adaptation on the basis of relation between social intelligence and the ability to understand and manage one's emotions and formed empathy. 153 students took part in the study. Most of them have average and low indicators of emotional intelligence, which indicates an insufficient formation of personal qualities that affect self-motivation to any activity, as well as the ability to recognize emotions of other people. This circumstance significantly complicates intra-group communication processes in the student environment. A high correlation was found between empathy and emotional intelligence, adaptive potential and penetrating abilities in empathy. On the basis of conducted empirical research we have proposed a model technology for the formation of students' social intelligence, which includes four main components (empathy, emotional intelligence, personal adaptive potential and communicative abilities) and five additional ones (identification of emotions, verbal and nonverbal communication, moral normativity, self-motivation and self-regulation).

**Keywords:** technology model; social intelligence; emotional intelligence; emotional flexibility; personal adaptive potential; student youth

*There is no conflict of interest*

**For citation:** Uvarov E.A., Gorbunova A.V. Modeling of technology for development of students' social intelligence. *Psychological-Pedagogical Journal "Gaudeamus"*, 2023, vol. 22, no. 2, pp. 56-62. (In Russian). DOI [10.20310/1810-231X-2023-22-2-56-62](https://doi.org/10.20310/1810-231X-2023-22-2-56-62)

### ВВЕДЕНИЕ

Анализируя понятие социальный интеллект как психологическую гибкость мыслей и чувств, позволяющую создавать оптимальные реакции на различные ситуации, нами были обнаружены некоторые сходства с понятиями и структурой эмоциональной гибкости и эмоционального интеллекта. Дальнейшая наша исследовательская работа строится на выявлении и описании наиболее интересных взаимосвязей между компонентами социального и эмоционального интеллекта и эмоциональной гибкости с эмпатией и адаптационными способностями личности студентов.

Современные технологии развития социального интеллекта студентов предполагают формирование таких компетенций, как проникающая способность в эмпатии, понима-

ние и управление собственными эмоциями, самомотивация. Общий уровень социального интеллекта повышается при непосредственном развитии его компонентов, включающих развитие моральной нормативности, эмпатии и адаптационных способностей личности.

### МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Для решения задач исследования применялись теоретические методы (анализ философской, психолого-педагогической литературы, а также методы абстрагирования, обобщения, конкретизации) и эмпирические (анкетирование, констатирующий эксперимент). Практическое исследование проводилось на базе Тамбовского государственного университета имени Г.Р. Державина. Выборка исследования состояла из студентов 1–4 курсов различных направлений подготовки, количе-

ство респондентов 153, из которых 132 девушки и 21 юноша в возрасте от 17 до 23 лет.

*Целью исследования* являлось изучение влияния социального интеллекта и эмоционального интеллекта на эмпатию студентов.

Мы предположили, что успешная социально-психологическая адаптация может быть достигнута на основании взаимосвязи между социальным интеллектом, эмоциональным интеллектом и способностями к пониманию и управлению своими эмоциями, а также развитой эмпатией. Для измерения выделенных компетенций и критериев у студентов мы отобрали четыре методики:

- 1) методика оценки «Эмоционального интеллекта» (опросник EQ) Н. Холла;
- 2) методика диагностики эмоционального интеллекта – МЭИ (М.А. Манойлова);
- 3) многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина;
- 4) методика диагностики уровня эмпатических способностей В.В. Бойко.

На первом этапе проводилось анкетирование на базе Google Формы. Полученные данные были обработаны с использованием методов описательной (среднее, стандартное отклонение, дисперсия) и математической статистики: корреляционный анализ – нахождение связей между переменными; факторный анализ – наглядность представления результатов. Обработка данных осуществлялась при помощи программы Microsoft Excel, SPSS STATISTICA 26. На последующем этапе была разработана технология развития социального интеллекта студентов, в которую входили упражнения с релаксационной направленностью, блок упражнений, направленных на принятие себя, осознание и описание собственных эмоций и чувств, а также тренинговая работа, способствующая формированию продуктивной коммуникации. Заключительный этап позволил сформулировать практико-ориентированные выводы.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами были изучены влияние социального интеллекта и эмоционального интеллекта на эмпатию студентов. Для выявления взаимосвязей показателей эмоциональной гибкости данные были подвергнуты корреляционному анализу по коэффициенту ранговой корреляции Спирмена.

На рис. 1 и 2 проиллюстрированы полученные корреляционные связи. Цветом выделены показатели одной методики для различения их между собой.

Результаты корреляционного анализа, представленные на рис. 1, показали, что существует значимая положительная корреляция между показателями «Интегральная\_ЭИ» и «Эмпатия» (0,245). Из этого следует, что взаимосвязь показателей «Интегральная\_ЭИ» и «Распознавание\_эмоций\_других\_людей» (0,256) является неотъемлемой частью социального интеллекта эмоциональной гибкости, так как умение к распознаванию эмоций других людей предшествует эмпатии.

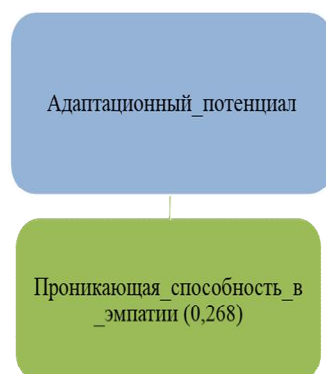
Результаты корреляционного анализа также показывают, что существует значимая положительная корреляция между показателями «Адаптационный\_потенциал» и «Проникающая\_способность\_в\_эмпатии» (0,268) (рис. 2). Так как второй показатель включает в себя различные коммуникативные свойства личности, которые благоприятно влияют на центральный показатель «Эмпатия», данная субшкала создает условия, ведущие к раскрытию доверительных отношений, установлению открытости, тем самым обеспечивая внешние условия среды под успешную адаптацию личности.

Таким образом, выявленные прямые и обратные взаимосвязи в общем основании подтверждают наше предположение о том, что развитие общего уровня социального интеллекта и эмоционального интеллекта происходит при непосредственном развитии его компонентов, в том числе через развитие моральной нормативности, эмпатии и адаптационных способностей личности.



**Рис. 1.** Взаимосвязь показателя «Интегральная\_ЭИ» с показателями эмоциональной гибкости (корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя))

**Fig. 1.** Relation of indicator “Integral\_EI” and indicators of emotional flexibility (correlation is significant at the level 0.05 (two-sided))



**Рис. 2.** Взаимосвязь показателя «Адаптационный потенциал» с показателями эмоциональной гибкости (корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя))

**Fig. 2.** Relation of indicator “Adaptive\_potential” and indicators of emotional flexibility (correlation is significant at the level 0.05 (two-sided))

Концепция «Эмоциональной гибкости» С. Дэвид, теории А. Эллиса в рационально-эмотивной терапии и М. Сэлигмана отражены в свободе выбора, а это первоначальные проявления чувств, за которыми следует ответная реакция, то есть поведение человека [1]. Осознание и управление собственными эмоциями позволяют прикладывать осознанные усилия к решению различных проблем. Отрицание и сопротивление происходящим эмоциональным переживаниям накладывают на наш разум деструктивные копинг-стратегии, которые со временем вызывают тяжелые и длительные переживания. В то время как осознание и управление собственными негативными эмоциями в позитивном ключе, напротив, позволяют логически обосновывать свою позицию, развивают психические процессы. По мнению С. Дэвид, за счет самопринятия происходит разрешение конфликтных

ситуаций и личностное развитие, то есть оно является катализатором изменений.

Разрушение прежних категорий мышления позволяет формировать основы эмоциональной гибкости (четкое осознание ситуации, соответствующие реагирование и действия в соответствии с собственными моральными нормативами) [1, с. 52]. Осознание невербальной коммуникации и ее аспектов помогают в интерпретации состояний другого человека, облегчают процесс коммуникации. При этом интерпретация отдельных жестов недопустима, невербальное поведение оценивается в комплексе [2, с. 164].

Говоря о социальном интеллекте, мы рассматриваем его особенности на примере студенческой молодежи. При помощи корректирования личностных черт и поведенческих характеристик студенческая молодежь, адаптирующаяся к взрослой среде, более эффективно развивает показатели социального

интеллекта, которые, в свою очередь, способствуют развитию личностного адаптационного потенциала.

Адаптационные способности личности, по А.Г. Маклакову, зависящие от психологических особенностей личности, определяют адекватность саморегуляций функциональных состояний организма в различных условиях. Нормальное функционирование напрямую зависит от уровня адаптационных способностей [3].

По мнению М.А. Манойловой, эмоциональный интеллект студенческой молодежи находится в стадии развития, а также играет ведущую роль в акмеологическом и профессиональном становлении личности [4]. Высокий уровень эмпатии позволяет прогнозировать поведение собеседника в различных ситуациях и предвосхищать результат эмоционального резонанса. Осознание собственных чувств и эмоций через интуитивный канал способствует развитию эмоционального интеллекта. Однако непосредственно развитие эмоционального интеллекта через акмеологические упражнения является основой для саморазвития и личностной самореализации [4, с. 84].

Таким образом, мы рассмотрели различные взгляды на взаимосвязи эмпатии с социальным интеллектом, эмоциональным интеллектом и эмоциональной гибкостью и можем

перейти к описанию технологии развития социального интеллекта студентов.

На основании полученных эмпирических данных нами предложена структурная модель технологии формирования социального интеллекта (рис. 3), включающая в себя четыре главных компонента:

- 1) эмпатия;
- 2) эмоциональный интеллект;
- 3) личностный адаптационный потенциал;
- 4) коммуникативные способности.

С целью более эффективного формирования социального интеллекта, помимо базовых компонентов, нами предложены пять дополнительных: идентификация эмоций, саморегуляция, моральная нормативность, самомотивация, вербальная и невербальная коммуникация. Так, показатель «Саморегуляция» включает в себя копинг-поведение и совладающее поведение, показатель «Самомотивация» включает в себя самопринятие и продуктивность общения, показатель «Моральная нормативность» – как ориентир на соблюдение норм поведения в социуме, показатель «Идентификация эмоций» – как распознавание, выражение и дифференциация собственных и чужих эмоций, а показатель «Вербальная и невербальная коммуникация» обеспечивает эффективность коммуникаций.



**Рис. 3.** Модель технологии развития социального интеллекта студентов, разработанная на основании полученных эмпирических данных  
**Fig. 3.** Model of technology for development of students' social intelligence on the basis of obtained empirical data

В концепции Р. Бар-Она эмоциональный интеллект рассматривается как способность личности к адаптации: исходя из данной концепции, мы рассматриваем технологию формирования социального интеллекта как совокупность взаимосвязанных психотехник и упражнений, направленных на развитие эмпатии, эмоционального интеллекта, личностного адаптационного потенциала и коммуникативных способностей [5].

В структуру разработанной нами технологии также включена работа по формированию положительной мотивации и личностных установок на рост (по К. Дуэк) [6], эмоциональный коучинг и развитие коммуникативных навыков (по С. Дэвид), осознание и управление эмоциями (по С. Шабанову и А. Алешиной).

В качестве методов работы используется групповая и индивидуальная работа, также применяются следующие элементы психотехник: фасилитация (помогает успешно решать различные задачи в тренинговой группе), развитие копинг-стратегий (эффективное средство профилактики дезадаптивных тенденций) и ресурсное развитие (развитие психологического потенциала личности).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате исследования нами было обнаружено, что социальный интеллект студентов включает в себя различные компоненты, такие как эмпатия, эмоциональный интеллект, личностный адаптационный потенциал и коммуникативные способности, а также идентификацию эмоций, вербальную и невербальную коммуникации, моральную нормативность, самомотивацию и саморегуляцию.

Мы предположили, что формирование социального интеллекта студентов будет проходить более эффективно, если в практическую работу будет включена релаксация, которая способствует снижению психоэмоционального напряжения. Кроме того, будут использованы упражнения, направленные на принятие себя, осознание и описание собственных эмоций и чувств, а также работа, направленная на продуктивную коммуникацию и самопринятие, что является действенным способом преодоления деструктивных копинг-стратегий.

В дальнейшем на уровне формирующего эксперимента планируется апробация предложенной модели технологии развития социального интеллекта студентов.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дэвид С. Эмоциональная гибкость. Как научиться радоваться переменам и получать удовольствие от работы и жизни. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. 304 с.
2. Шабанов С., Алешина А. Эмоциональный интеллект. Российская практика. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2022. 432 с.
3. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 16-24.
4. Маноилова М.А. Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и учащихся. Псков: ПГПИ, 2004. 140 с.
5. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. М.: КСП+, 2003. 164 с.
6. Дуэк К. Гибкое сознание: новый взгляд на психологию развития взрослых и детей. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2022. 304 с.

## REFERENCES

1. David S. Emotional Agility. Get Unstuck, Embrace Change, And Thrive In Work And Life. Moscow, MIF Publ. House, 2020, 304 p. (In Russian).
2. Shabanov S., Aleshina A. Emotional Intelligence. Russian Practice. Moscow, MIF Publ. House, 2022, 432 p. (In Russian).
3. Maklakov A.G. Personal adaptive potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions. *Psikhologicheskij zhurnal*, 2001, vol. 22, no. 1, pp. 16-24. (In Russian).

4. Manoylova M.A. Acmeological Development of Emotional Intelligence of Teachers and Students. Pskov, PSPI Publ., 2004, 140 p. (In Russian).
5. Orme G. Emotional Thinking as a Means of Success. Moscow, KSP+ Publ., 2003, 164 p. (In Russian).
6. Dweck C. The New Psychology of Success. Moscow, MIF Publ. House, 2022, 304 p. (In Russian).

### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ / INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

**Уваров Евгений Алексеевич** – доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры общей и клинической психологии. Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация.

**E-mail:** [uvarovea@yandex.ru](mailto:uvarovea@yandex.ru)

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0008-4029-5620>

**Вклад в статью:** общая концепция статьи, анализ литературы, подготовка и корректировка текста статьи.

**Горбунова Анна Владимировна** – аспирант, кафедра общей и клинической психологии. Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация.

**E-mail:** [gorbunova.anvl@gmail.com](mailto:gorbunova.anvl@gmail.com)

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0000-5802-1005>

**Вклад в статью:** анализ и обобщение литературы, написание и оформление статьи.

**Evgeniy A. Uvarov** – Doctor of Psychology, Professor, Professor of General and Clinical Psychology Department. Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation.

**E-mail:** [uvarovea@yandex.ru](mailto:uvarovea@yandex.ru)

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0008-4029-5620>

**Contribution:** main study conception, literature analysis, article text preparation and editing.

**Anna V. Gorbunova** – Post-Graduate Student, General and Clinical Psychology Department. Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation.

**E-mail:** [gorbunova.anvl@gmail.com](mailto:gorbunova.anvl@gmail.com)

**ORCID:** <https://orcid.org/0009-0000-5802-1005>

**Contribution:** literature analysis and evaluation, article text and design.