

К ВОПРОСУ О ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЭМПАТИИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А.Э. Салькова

***Аннотация.** В статье рассматриваются понятия «эмоциональный интеллект» и «эмпатия», дается теоретическое обоснование взаимосвязи этих понятий. Автором представлен теоретический анализ различных точек зрения исследователей на трактовку понятия эмоционального интеллекта и его структуру. В работе детально рассмотрена проблема эмпатии, представлены взгляды отечественных и зарубежных ученых, выделены элементы эмпатии.*

В статье сделан акцент на актуальности проблемы взаимосвязи уровня эмоционального интеллекта и эмпатии у детей младшего школьного возраста, поскольку в этом возрасте дети все еще не могут контролировать свои чувства, и это может привести к импульсивному поведению, трудностям в общении со сверстниками и взрослыми. С другой стороны, младший школьный возраст – сензитивный период для формирования нравственной сферы личности, в том числе и чувства сострадания, поскольку в этом возрасте идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии и децентрации. Подчеркивается, что эмоциональное развитие младших школьников является одним из важнейших направлений профессиональной деятельности учителя. Обозначены формы работы, способствующие развитию эмпатии и эмоционального интеллекта детей.

В результате теоретического анализа автор приходит к выводу, что понятие эмпатии тесно связано с понятием эмоционального интеллекта. Эмпатия может рассматриваться в структуре эмоционального интеллекта.

***Ключевые слова:** эмпатия, эмоциональный интеллект, эмоции, чувства, младший школьный возраст*

ON THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND EMPATHY IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

A.Salkova

***Abstract.** The article discusses the concepts of «emotional intelligence» and «empathy», gives a theoretical justification of the relationship of these concepts. The author presents a theoretical analysis of different points of view of researchers on the interpretation of the concept of emotional intelligence and its structure. In the work the problem of empathy is considered in detail, the views of domestic and foreign scientists are presented, the elements of empathy are highlighted.*

The article focuses on the relevance of the problem of the relationship between the level of emotional intelligence and empathy in children of primary school age, because at this age children still can not control their feelings and this can lead to impulsive behavior,

difficulties in communicating with peers and adults. On the other hand, primary school age is a sensitive period for the formation of the moral sphere of personality, including feelings of compassion, because at this age there is an active emotional formation of children, improving their self-consciousness, ability to reflect and decentralize. It is emphasized that the emotional development of younger students is one of the most important areas of professional activity of the teacher. The forms of work that contribute to the development of empathy and emotional intelligence of children are indicated.

As a result of theoretical analysis, the author comes to the conclusion that the concept of empathy is closely related to the concept of emotional intelligence. Empathy can be seen in the structure of emotional intelligence.

Keywords: *empathy, emotional intelligence, emotions, feelings, primary school age*

Человеческая жизнь всегда наполнена множеством событий, предметов и явлений, которые влияют на человека. Люди не только воспринимают объективную и субъективную реальность, но они также воспринимают определенным образом все объекты, события, других людей, свою индивидуальность и все проявления деятельности индивида. Человек эмоционально сопереживает, то есть показывает эмоции и чувства.

Понятие эмоционального интеллекта была предложена Дж. Мейером и П. Сэловеем в 1990 г. Одна из дефиниций этого понятия, сформулированная данными авторами, звучит, как способность понимать, производить оценку, высказывать и выражать чувства, способность понимать эмоции, а также способность управлять эмоциями.

Многие отечественные, а также зарубежные ученые ранее писали о данном явлении, однако применяли другие определения и формулировки: Л.С. Выготский – «обобщение переживаний», А.В. Запорожец – «эмоциональное воображение», В.С. Мухина – «рациональность чувств». Помимо этого, имеется несколько свойств, сопряженных с эмоциональным интеллектом, в том числе и эмпатия, что первоначально обозначает процесс чувствования, то есть процесс эмоционального проникновения в состояние другого (Ю.Б. Гиппенрейтер, Т.Д. Карягина, Е.Н. Козлова).

Одной из основных функций эмоционального интеллекта является защита от стрессов и адаптация к изменяющимся условиям жизни. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта хорошо понимают свои эмоции и могут управлять ими, способны понимать чувства других людей, поэтому их поведение в обществе более адаптивно, они легче добиваются своих целей во взаимодействии с окружающими.

Отечественную модель эмоционального интеллекта предложил Д.В. Люсин. Автор рассматривает данное понятие как совокупность способностей для понимания своих и чужих эмоций и управления ими. По его мнению, «эмоциональный интеллект может быть представлен как конструкция двойственного характера, связанная, с одной стороны, с когнитивными способностями и, с другой стороны, с характеристиками личности [3, с. 26]. Модель эмоционального интеллекта, предложенная автором, принципиально отличается от других моделей тем, что «личностные характеристики, связанные со способностью понимать и контролировать эмоции, не вводятся в конструкцию. Допускается вводить только такие характеристики личности, которые более или менее влияют на уровень и индивидуальные характеристики эмоционального интеллекта» [4].

Дж. Мейер и П. Сэловей предложили принципы теории эмоционального интеллекта, которые сочетаются с такими качествами как эмпатия, осознанность, уравновешенность, ответственность. Эмпатия – это основа эмоционального интеллекта. Чувство эмпатической реакции означает отождествление с чувствами другого человека и, следовательно, сочувствие и сострадание к нему. Сочувствие проявляется в распознавании эмоций, чувствительности, понимании и демонстрации эмпатического опыта по этому вопросу. Эмпатия также включает в себя способность точно определять эмоциональное состояние другого человека с помощью выражения лица, действий, жестов и т.д.

Е.Б. Максимова, анализируя сущность эмпатии, приводит ее понимание с точки зрения Карла Роджерса: «Быть в состоянии эмпатии означает воспринимать внутренний мир другого точно, с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков. Как будто становишься этим другим, но без потери ощущения «как будто». Так, ощущаешь радость или боль другого, как он их ощущает, и воспринимаешь их причины, как он их воспринимает. Но обязательно должен оставаться оттенок «как будто»: как будто это я радуюсь или огорчаюсь» [5, с. 153]. Другим психологическим аспектом, который характеризует отношения человека с социальной средой, является способность реагировать на состояния других людей. Это состояние называется сопереживанием и определяется следующим образом: как способ понимания другого человека, так и особый способ реагирования на эмоции и переживания.

Представители отечественной психологии оценивают эмпатию, как особенное чувственное положение, которое ощущает индивид, если наблюдает переживания другого человека (Т.П. Гаврилова, Н.Б. Шкопоров, Е.П. Ильин), как стремление и желание эмоционально реагировать на проблемы другого человека, его трудности (Г.М. Андреева), как способность человека распознавать чувства, эмоциональные состояния другого человека (М.Н. Ямницкий).

По мнению многих исследователей, эмпатия основана на эмоциональных явлениях, это означает, что эмпатические способности (эмпатия) зависят от характеристик эмоциональной сферы человека. Элементы эмпатии были раскрыты в работах В.К. Вилюнаса, Н.Н. Обозова А.В. Петровского. По мнению ученых, эмпатия включает в себя: признание эмоционального состояния другого человека, способность правильно воспринимать существующую ситуацию, способность к сочувствию и состраданию. В структуре эмпатии выделяются следующие элементы: социальный и эмоциональный интеллект, которые реализуются через эмоциональные и рациональные каналы восприятия с использованием механизмов сопереживания и сочувствия, рефлексии, своего рода личностной ориентации.

В психологии различают: а) эмоциональную эмпатию, основанную на механизмах проекции, а также воспроизведения реакций другого; б) когнитивную эмпатию, базирующуюся на умственных действиях (сопоставление, сходство); в) предикативную эмпатию, проявляющуюся, предсказывать, прогнозировать реакции другого в конкретных ситуациях.

Эмоции являются центральным звеном в психической жизни человека и особенно ребенка. Эмоциональное развитие младших школьников является одним из важнейших направлений профессиональной деятельности учителя, а также родителей. Младший школьный возраст – сензитивный период для формирования нравственной сферы личности, в том числе и чувства сострадания. Именно в этот период

идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии и децентрации (умения встать на позицию партнера, учитывать его потребности и чувства) [2]. Сформированная эмпатия у детей младшего школьного возраста, согласно суждению В.П. Кузьминой, делает успешнее процедуру их социализации.

Таким образом, сострадание, эмпатия – важнейший компонент в структуре положительного эмоционального отношения ребёнка к другим людям, помогающий не только понимать и эмоционально отзываться на переживания другого, но и на этом основании оказывать ему реальное содействие.

Эмпатия первична по отношению к поведению и посредством интериоризации и последующей экстериоризации «вбирается» личностью в себя, а затем направляется на других людей (Кузьмина В.П.). Эмпатийное, доверительное взаимодействие членов семьи друг с другом во многом определяет гармоничное развитие личности. С целью полного формирования возможности сопереживать, сострадать, оказать помощь, нужна обстановка домашних, дружеских взаимоотношений.

Успешное формирование эмпатии и эмпатийного действия у младших школьников (сопереживание, сострадание, содействия к другим) допустимо на основе формирования креативного воображения при сочетании детской деятельности, опосредствующих взаимодействие взрослых и детей. Например, сопереживание героям художественной литературы предполагает собою совокупность различных эмоций и чувств. Данные общественно значимые чувства обязаны еще зафиксироваться, актуализоваться, привести к результату в надлежащем контексте, что способен создать только взрослый. Кроме того, могут быть применены такие формы работы как сказкотерапия, творческий кукольный спектакль, игра-беседа с персонажами, творческая ролевая игра или рисование по сюжету сказки.

Развитый эмоциональный интеллект является ключом к личному благополучию и успеху. Вот почему перед родителями сегодня стоит непростая задача воспитать не только здорового и образованного ребенка, но и эмоционально развитого, счастливого, потенциально успешного.

Именно в младшем школьном возрасте дети часто пленяются своими эмоциями, поскольку все еще не могут контролировать свои чувства, и это может привести к импульсивному поведению, трудностям в общении со сверстниками и взрослыми.

Ученые Н.В. Алешина, С.Т. Шабанов фиксировали то, что эмоциональное развитие в младшем школьном возрасте обладает собственными характерными чертами, которые в перспективе станут устанавливать черты развития эмоционального интеллекта. На данном возрастном этапе жизни детей любое отношение к миру может проявлять эмоциональную ориентацию, основанную на позициях «хорошо» и «плохо» [1]. Факторами, воздействующими на развитие эмоционального интеллекта, читаются актуальные условия и ситуации, которые имеют все шансы породить у детей разнообразные эмоции беспокойства, тревоги, счастья и т.д. Их значение состоит в том, что представление детей о собственных чувствах, а также чувствах других предоставляет ребенку сведения о его ситуации, и подготавливает его к надлежащему эмоциональному решению.

Таким образом, понятия эмпатии и эмоционального интеллекта в настоящее время являются актуальной темой для обсуждения в научном сообществе. Многие исследователи признают, что эмпатия может включаться в понятие эмоционального ин-

теллекта, а также в смежные понятия, такие как эмоциональная зрелость и эмоциональная компетентность. Теоретический анализ различных точек зрения показал, что эмпатия понимается как психологический феномен, характеризующийся эмоциональной чувствительностью к опыту другого человека, который способствует пониманию смысловых и эмоциональных оттенков внутреннего мира других людей, способствует взаимопониманию и оптимизации межличностных отношений, обуславливает социальное поведение.

Список литературы

1. Алешина А.В., Шабанов С.Т. Эмоциональный интеллект для достижения успеха. СПб: Речь, 2012. – 336 с.
2. Гаврилова Т.П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста. М.: Просвещение, 2015. – 255 с.
3. Дегтярев А.В. «Эмоциональный интеллект»: становление понятия в психологии [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2012. Том 4. № 2. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n2/53525.shtml (дата обращения: 27.11.2019)
4. Мэтьюс Дж., Люсин Д.В., Робертс Р.Д., Зайднер М. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2004. Том 1. № 4. С. 3-26.
5. Максимова Е.Б. Соотношение структурных компонентов эмоционального интеллекта и эмпатии в подростковом возрасте // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2017. № 3 (9). С. 148-166.

References

1. Aleshina A.V., Shabanov S.T. (2012) Emotional intelligence for success [*Emotsional'nyy intellekt dlya dostizheniya uspekha*]. - St. Petersburg: Rech. – 336 p.
2. Gavrilova T. (2015) Empathy and its features in children of primary and secondary school age [*Empatiya i ee osobennosti u detey mladshego i srednego shkol'nogo vozrasta*]. - Moscow: Enlightenment. – 255 p.
3. Degtyarev A.V. (2012) «Emotional intelligence»: formation of the concept in psychology [*«Emotsional'nyy intellekt»: stanovlenie ponyatiya v psikhologii*]. [Electronic resource] // Psychological science and education psyedu.ru. Volume 4. No. 2. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n2/53525.shtml (accessed 27.11.2019)
4. Matthews J., Lucin D. V., Roberts R. D., Seidner M. Emotional intelligence: problems of theory, measurement and application in practice [*Emotsional'nyy intellekt: problemy teorii, izmereniya i primeneniya na praktike*] // Psychology. Journal of the Higher school of Economics. 2004. Volume 1. No. 4. Pp. 3-26.
5. Maximova E. B. (2017) Correlation of structural components of emotional intelligence and empathy in adolescence [*Sootnoshenie strukturnykh komponentov emotsional'nogo intellekta i empatii v podrostkovom vozraste*] // journal of Siberian Federal University. Series «Psychology. Pedagogy. Education». No. 3 (9). Pp. 148-166.