

**ФГБОУ ВО «Красноярский государственный медицинский университет  
имени проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого» Минздрава РФ.  
Кафедра педагогики и психологии с курсом ПО**

**Эмоциональный интеллект  
как основа успешности  
в профессиональной деятельности  
будущего врача**

преподаватель  
**Дьякова Наталья Ивановна**



**«Эмоциональный интеллект» - способность человека к осознанию, принятию и регуляции эмоциональных состояний и чувств других людей и себя самого.**

*Анализ авторских моделей показывает, что ЭИ представляет собой **ментальное образование**, проявляющееся в способности **действовать в согласии с внутренней сферой собственных чувств, эмоций и эмоциональных состояний, понимать***

*отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, **управлять эмоциональной средой на основе интеллектуальной рефлексии и использовать эмоции для повышения эффективности поведения и мышления [4].***



## *Введение»: Определение понятия*

В структуре эмоционального интеллекта выделяются несколько аспектов:

**внутриличностный и межличностный** (по В.Д. Люсину).

•Внутриличностный аспект образуют следующие компоненты:

**осознание своих чувств**, самооценка, уверенность в себе, терпимость, самоконтроль, активность, гибкость, заинтересованность, **открытость новому опыту**, мотивация достижения, оптимизм.

**В межличностный аспект** входят такие компоненты, как: коммуникабельность, открытость, эмпатия, способность учитывать и развивать интересы другого человека, уважение к людям, **способность адекватно оценивать и прогнозировать межличностные отношения**, умение работать в команде [1].



## Цели и описание выборки исследования

### Целью

Нашей работы является выявление уровня развития **Эмоционального интеллекта (ЭИ)** у девушек студенток 2 курса и девушек ординаторов 1 года обучающихся в КрасГМУ

Выборку исследования составили **150 чел. девушки - 100 чел.** – все являющиеся студентами очной формы обучения Красноярского медицинского университета 2 курса специальности «Лечебное дело», возрастной диапазон, которых составил **18 - 20 лет.**

**50 чел.** - ординаторы 1 года обучения, различных направлений подготовки, возрастной диапазон, которых составил **24 - 27 лет.**

Программа исследования включала в себя психодиагностическую методику: русскоязычный опросник ЭИ «ЭмИн» Д.В. Люсина, разработанный и апробированный и валидизированный автором в 2006 г.

выделяются следующие шкалы:

**понимание чужих эмоций (МП)** – способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций;

**управление чужими эмоциями (МУ)** – способность вызывать у других людей те или иные эмоции;

**понимание своих эмоций (ВП)** – способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию;

**управление своими эмоциями (ВУ)** – способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные;

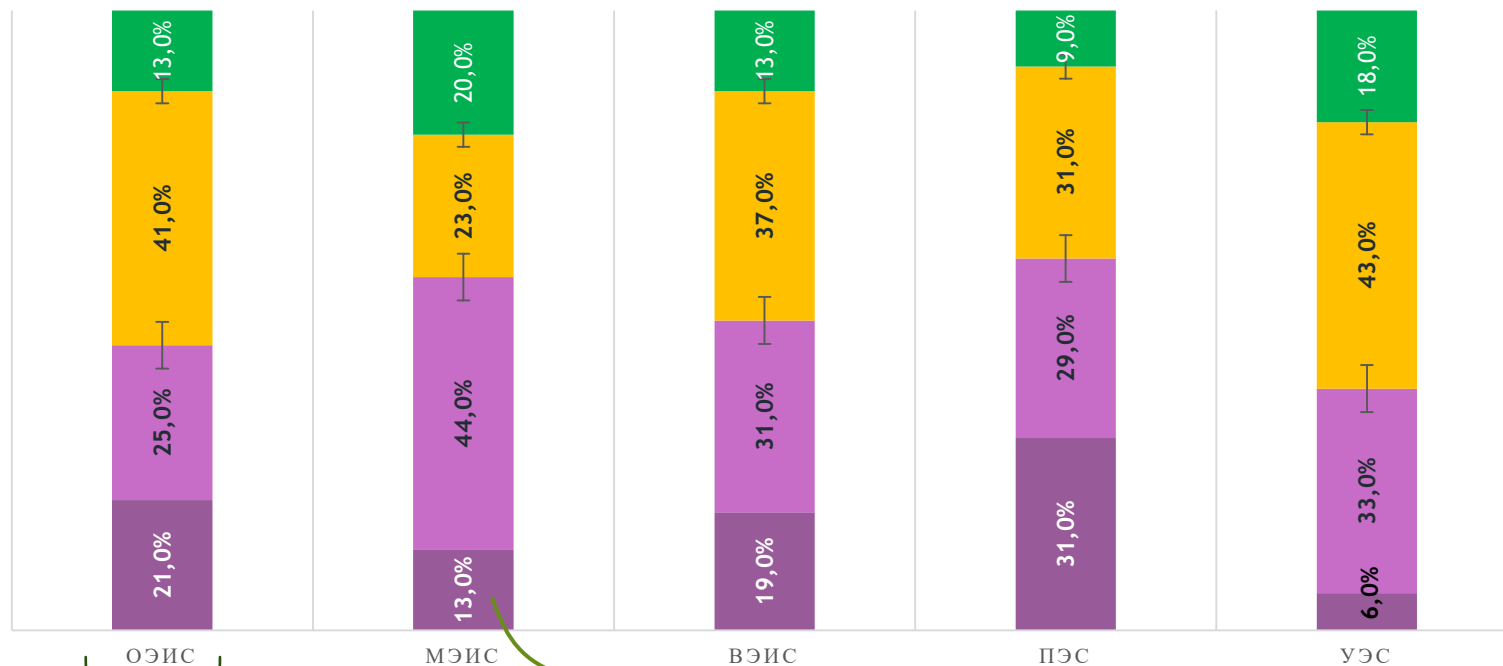
**контроль экспрессии (ВЭ)** – способность контролировать внешние проявления своих эмоций.

*В ходе работы с методикой (с использованием шкалы Лейкерта) испытуемым предлагается оценить 46 утверждений в соответствии со степенью согласия (несогласия) с ними.*

# Результаты опросника “ЭМИн” (интегральные показатели студентки)

## СТРУКТУРА ЭИ СТУДЕНТОК 2 КУРСА

■ оч. низк. ■ низкий ■ средний ■ высокий



ПЭ – способность к осознанию своих и чужих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин возникновения, способность к вербальному описанию (31% не владеет)



Почти половина девушек (46%) – будущих врачей имеют **недостаточно развитый эмоциональный интеллект** («низкий» 25% и «очень низкий» ОЭИ имеют 21%).

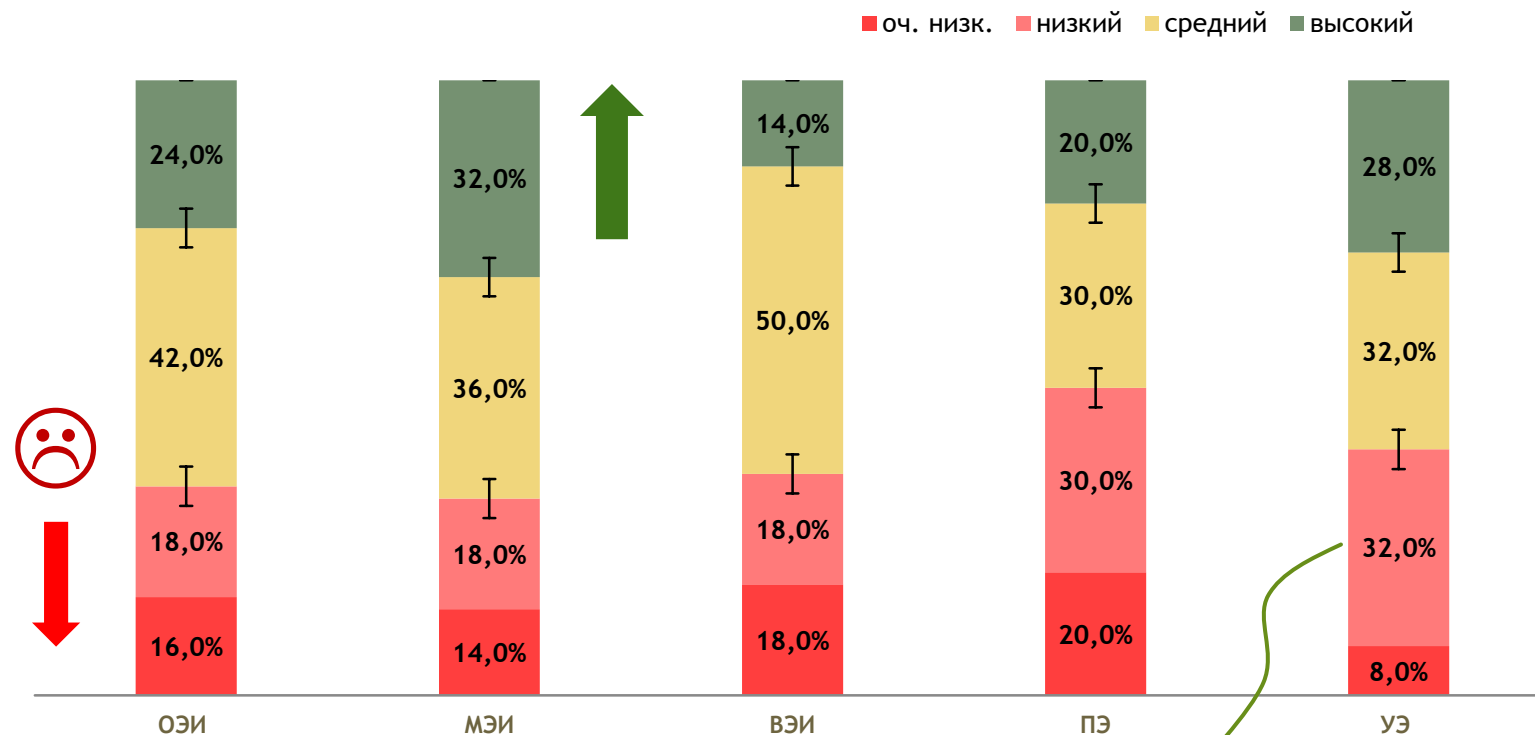
57% девушек – будущих врачей имеют **недостаточно развитый МЕЖЛИЧНОСТНЫЙ** эмоциональный интеллект

Среди отмеченных при качественном анализе утверждений испытуемых (с фиксацией на отрицательной оценке своих навыков), выделяются (для МП (понимание чужих эмоций) следующие:

- «мне сложно догадаться о чувствах человека по выражению его лица»;
- «если мой собеседник начинает раздражаться, я подчас замечаю это слишком поздно»;
- «глядя на человека, я не могу легко понять его эмоциональное состояние»;
- «я не понимаю, почему некоторые люди на меня обижаются»;
- «мне трудно предвидеть смену настроения у окружающих меня людей»



### СТРУКТУРА ЭИ ОРДИНАТОРОВ ДЕВУШЕК



**34 %** ординаторов имеют недостаточно развитый эмоциональный интеллект («очень низкий» ОЭИ имеют 16,0%).

**40%** ординаторов обладают недостаточно развитым управлением эмоциями (УЭ) как своими так и чужими

В компонент «УЭ» входит целый комплекс навыков, связанный с умением **позитивно воздействовать на эмоциональное состояние других людей**, включая идентификацию и определение причин эмоциональных состояний или проявления тех или иных чувств у партнеров по общению, **держат свою экспрессию под контролем** что, является **специфически важным для профессиональной деятельности врача**

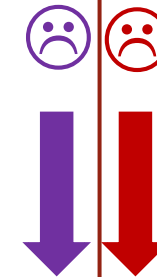
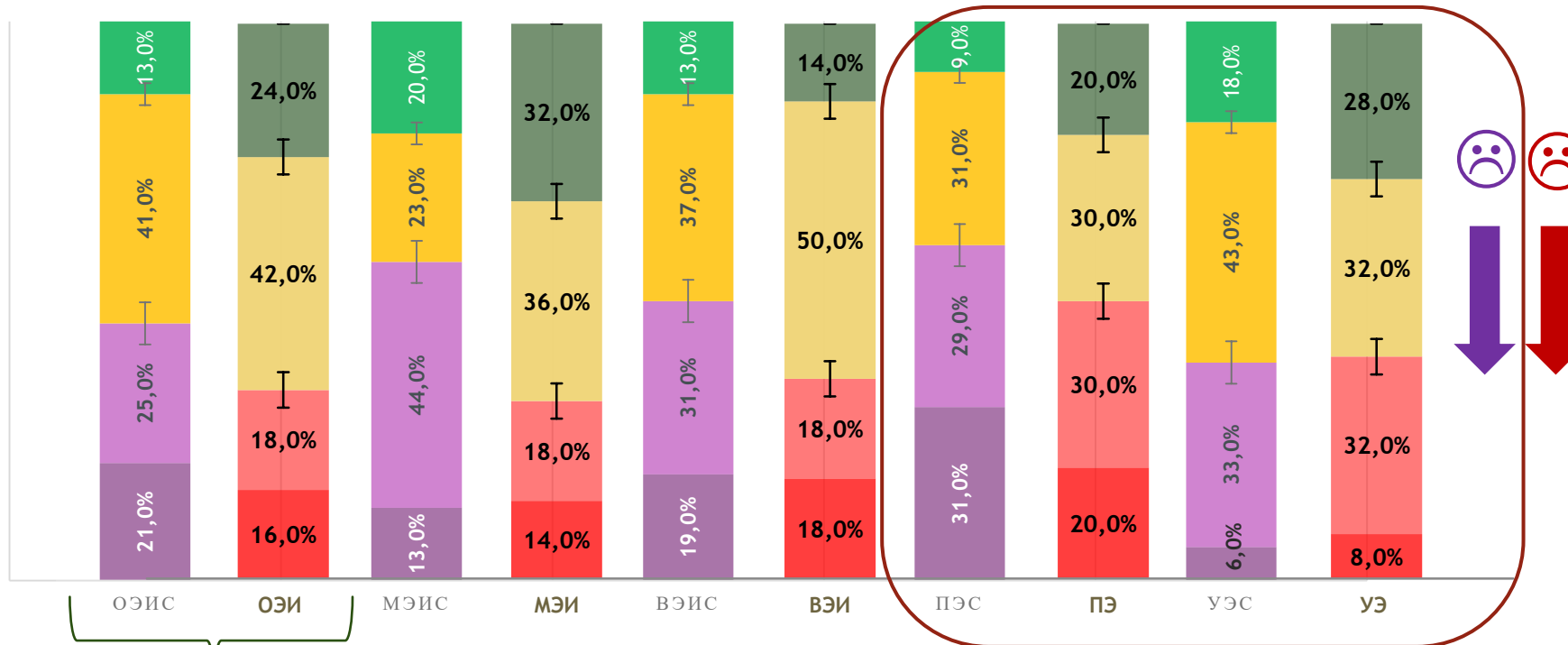
# Результаты опросника “ЭМИн” (сравнительный анализ)

## СТРУКТУРА ЭИ СТУД.ДЕВ.

■ оч. низк. ■ низкий ■ средний ■ высокий

## СТРУКТУРА ЭИ ОРД.ДЕВ.

■ оч. низк. ■ низкий ■ средний ■ высокий



Результаты не выявлено (на основании U-критерия Манна-Уитни) статистически значимых различий для таких компонентов УЭ (управления эмоциями своими и чужими) и ПЭ (понимания эмоций своих и чужих)

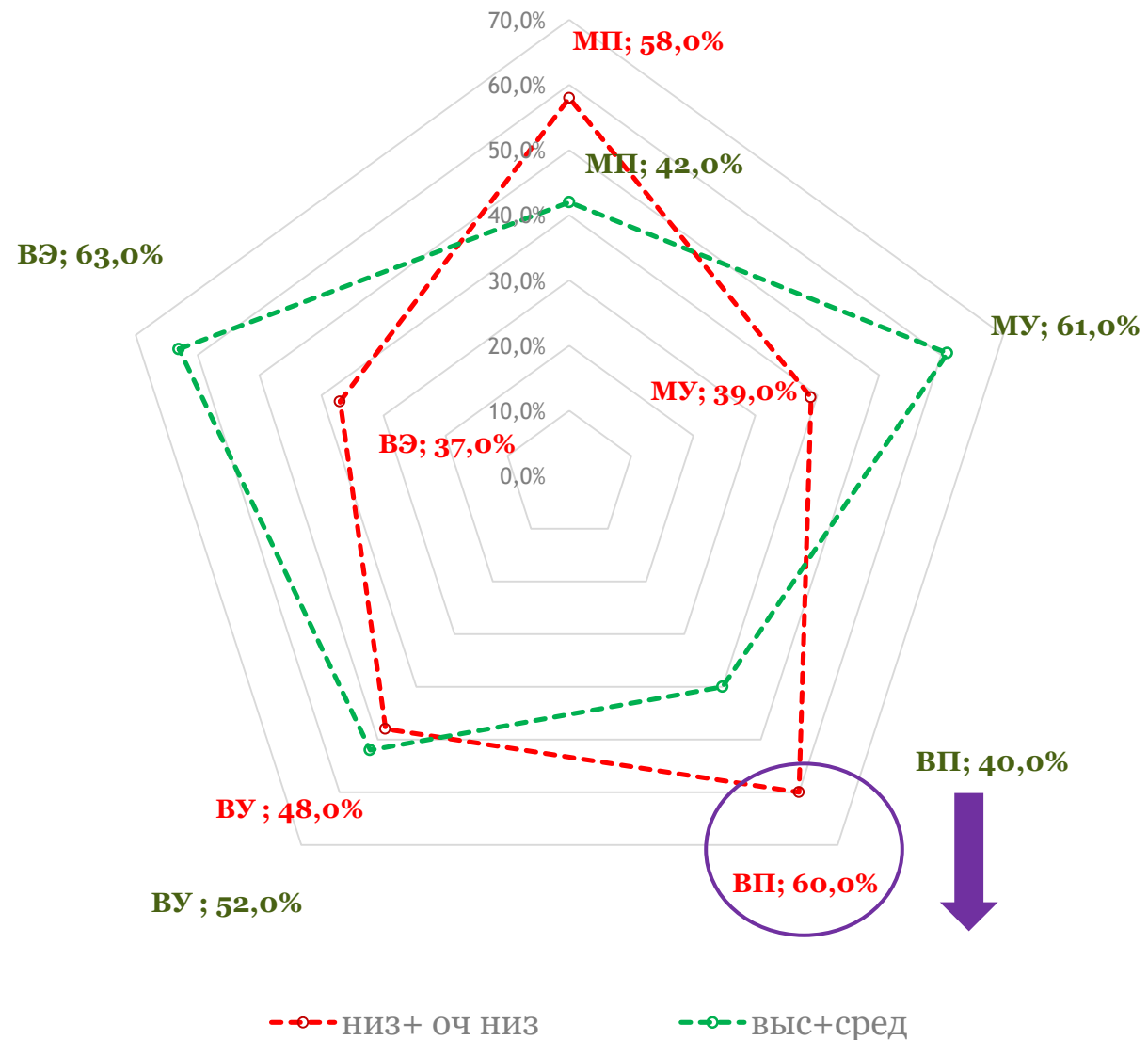
Интегральные показатели эмоционального интеллекта

34% ординаторов – девушек показывают **НИЗКИЙ** уровень эмоционального интеллекта



# Результаты опросника «ЭМИН» (компоненты отдельно у студенток)

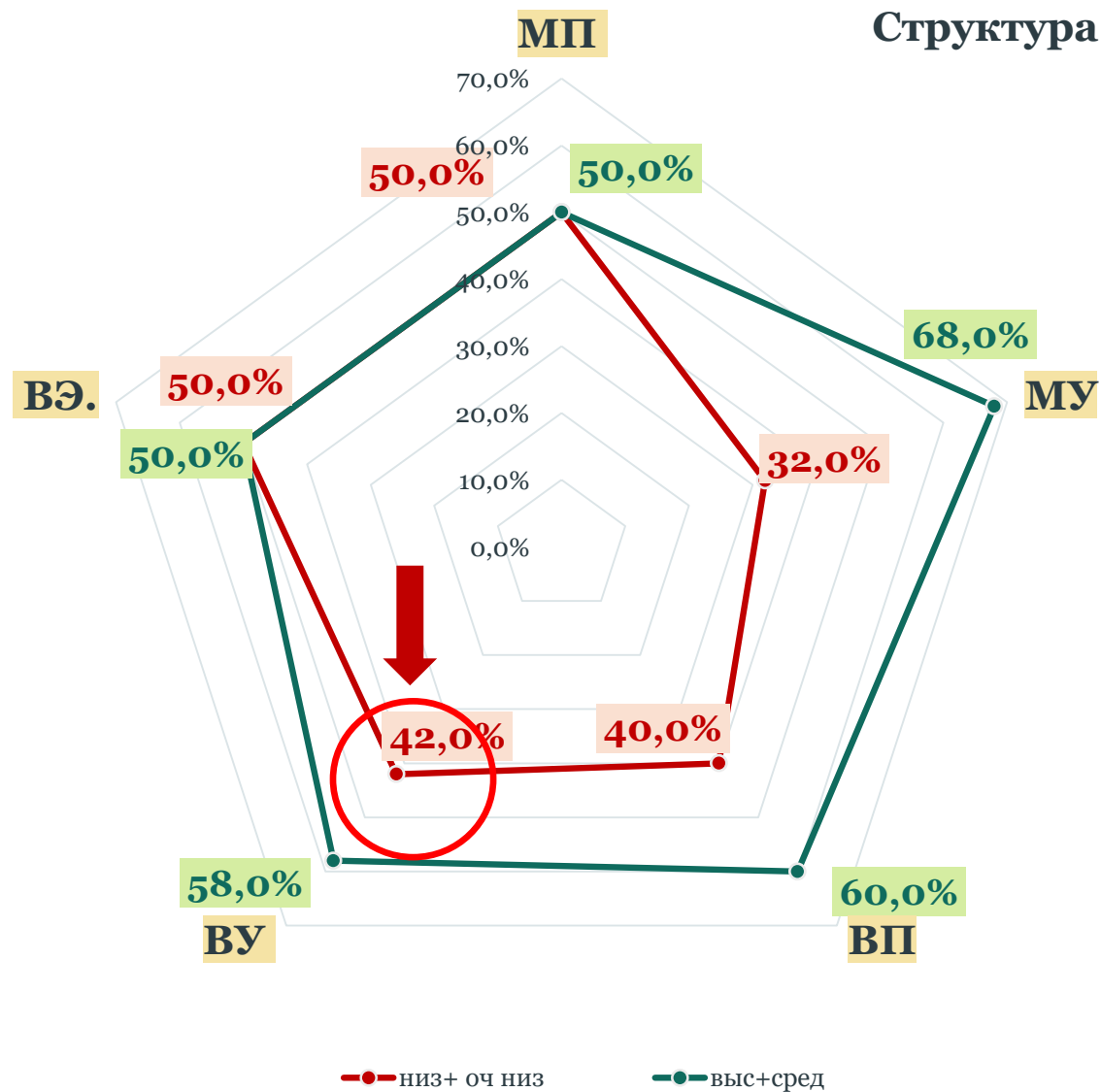
## Структура ЭИ у студ. дев.



В компонент «ВП» (понимание своих эмоций) и МУ (управление чужими эмоциями) входит целый комплекс навыков, связанный с **умением позитивно воздействовать на эмоциональное состояние других людей**, адекватно оценить отношение окружающих к проявлению своих эмоций, наличие трудностей при самостоятельном понимании чужих эмоций, включая их идентификацию и **определение причин эмоциональных состояний или проявления тех или иных чувств у партнеров по общению** [6].

# Результаты опросника “ЭМИн” (компоненты отдельно у ординаторов)

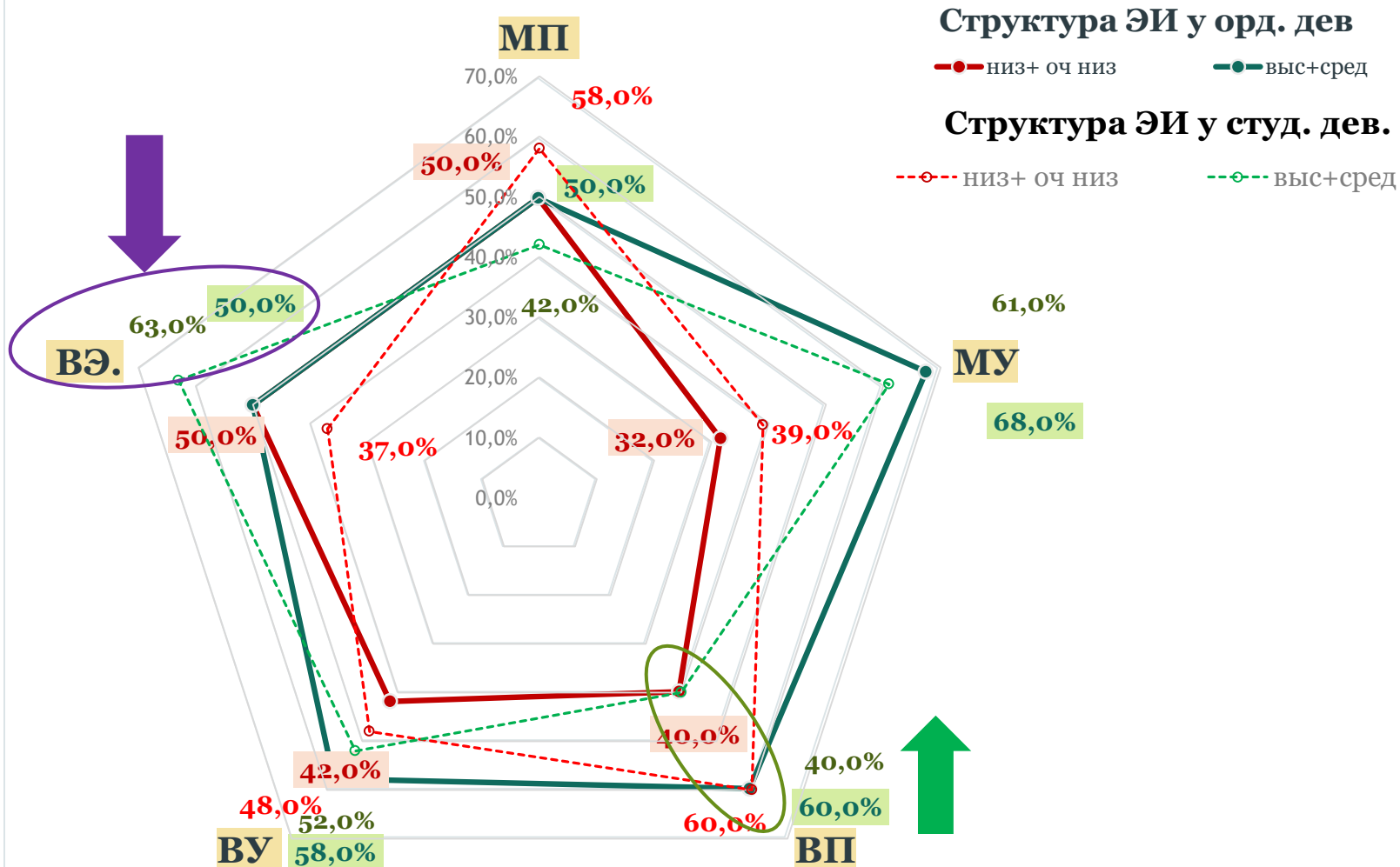
## Структура ЭИ у ординаторов девушек



**Управление своими эмоциями (ВУ)** – способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

Выделяется в ответах, что девушки часто не способны к ряду действий по управлению своими эмоциями такими как: **справляться со своим плохим настроением, поддержать у себя состояние переживания положительных эмоций, в экстремальной ситуации усилием воли брать себя в руки.**

# Результаты опросника “ЭМИн” (сравнительный анализ)



Снижается показатель Контроля Экспрессии у ордinatorов

Значимо ПОВЫШАЕТСЯ уровень понимания своих эмоций

**Контроль экспрессии (ВЭ)**  
 – способность контролировать внешние проявления своих эмоций.  
 данные категории респондентов как правило хорошо и отлично умеют скрыть смущение при общении с незнакомыми людьми, управлять интонациями своего голоса независимо от испытываемых чувств, контролировать выражение своих эмоций в критических ситуациях.

## ОРДИНАТОРЫ

На достаточном уровне развитый ОЭИ показали **66%** выборки девушек ординаторов (уровень «средний» или «выше среднего»), что является **хорошим показателем** для данного вида профессиональной деятельности.

Однако, **34%** молодых врачей имеют недостаточно развитый эмоциональный интеллект («низкий» 18% и «очень низкий» 16%)

## СТУДЕНТЫ

На достаточном уровне развитый ОЭИ показали **54%** выборки девушек студенток (уровень «средний» или «выше среднего» 13%)

А также, можно сделать вывод, что значительная часть девушек – будущих врачей (46%) имеют недостаточно развитый эмоциональный интеллект («низкий» 25% и «очень низкий» 21% ОЭИ)

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе анализа проведенного эмпирического исследования **сделано заключение о том, что**

- 1. необходимо своевременное исследование эмоционального интеллекта** будущих врачей;
- 2. необходима последующая реализация педагогической и психологической помощи** при выявлении слаборазвитых навыков в сфере эмоционального интеллекта.



# Как развивать Эмоциональный интеллект

## Упражнения на каждый день

### «ЧТО Я ЧУВСТВУЮ СЕГОДНЯ»

Суть рефлексия - эмоции сегодняшнего дня.  
«Сегодня (сейчас) я чувствовал радость (грусть, любопытство, злость...), когда...» (учит осознанности и принятию собственных чувств).

### Игра-разминка «ЗЕРКАЛО»

Демонстрация и распознавание эмоциональных выражений на лице с последующим быстрым обсуждением в парах

### «ДНЕВНИК ЭМОЦИЙ». (подходит для кураторов)

На протяжении дня записывайте все свои эмоции и события, которые их вызвали. Цель — лучше понять себя. Для визуализации можно использовать фломастеры для обозначения цвета эмоций или смайлики.

А затем поставьте себе задачу — увеличить количество веселых смайликов. И помните, что большая часть событий — сами по себе нейтральны.

А эмоции — это лишь наша реакция на них.

### ПОНИМАЕМ СВОИ ВНУТРЕННИЕ МОТИВЫ

если ты не знаешь, чего хочешь сам, ты не можешь мотивировать другого (сотрудника, ребенка, близкого человека, больного..).

Мотивация — это внутренние моторы, которые заставляют идти вперед и выходить из зоны комфорта. Задайте сами себе вопрос «Почему?» Причем последовательно, 5 раз. И сами на него отвечайте.

**Анализируй свои намерения и желания.**

### СОЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ: ИЩЕМ НУЖНЫЕ СЛОВА

Любая коммуникация — это не то, что ты хочешь сказать, а то, какую реакцию ты хочешь вызвать. Основные правила успешной коммуникации просты:

- вызывайте интерес и доверие на первом этапе контакта;
- подтверждайте свои тезисы (статистическими данными, необходимой собеседнику достоверной информацией);

**7 упражнений для развития эмоционального интеллекта (для взрослых)**

<https://happymonday.ua/ru/emocionalnyj-intellekt-7-uprazhnenij-dlya-razvitiya/>

**EQ-фитнесс:**

<https://womo.ua/uprazhneniya-na-emotsii-kak-zastavit-emotsionalnyj-intellekt-rabotat-na-vas/>



## Список используемой литературы

1. Arora, S., Ashrafian H., Davis R. Emotional intelligence in medicine: a systematic review through the context of the ACGME competencies // Medical Education. – 2010. – Vol. 44(8). – P. 749–764.

2. Люсин Д.В., Овсянникова В.В. Связь эмоционального интеллекта и личностных черт с настроением // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2015. № 4 С. 154–164.

3. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3 – 22.

4. Кочетова Ю.А. Структура эмоционального интеллекта в юношеском возрасте // Горизонты зрелости. Сборник тезисов участников Пятой всероссийской научнопрактической конференции по психологии развития (г. Москва, 16–18 ноября, 2015 г.). М.: ГБОУ ВПО МГППУ, 2015. С. 55–63.

5. Хонский С. И. Половые различия содержательных и структурных характеристик эмоционального интеллекта в период юности // Журн. Белорус. гос. ун-та. Философия. Психология. 2017. № 3. С. 96–102.

6. Кожухова Ю.А., Люсин Д.В., Сучков А.А. Эмоциональная конгруэнтность при неоднозначных выражениях лица // Экспериментальная психология. 2019. № 2. С. 27–39. doi: 10.17759/exppsy.201912010

7. Румянцева А.А., Кудака М.А. Особое внимание к эмоциональному интеллекту студентов // Синергия Наук. 2018. № 29. С. 1871–1875.

8. Vishnjakova N.N., Kononenko I.O., Ponomareva A.V. Investigation of emotional intelligence of students // Materials of the International Scientific Conference “Scientific research of the SCO countries: synergy and integration” – Reports in English. – Beijing, PRC, Scientific publishing house Infinity. – 2019. № 22. С. 43635. doi:10.34660/INF.2019.22.43635

Если качественно рассматривать показатели составляющих ОЭИ субшкал, то следует заметить, что для студентов, будущих врачей необходимо повышение уровня отдельных компонентов ЭИ.

Особое внимание заслуживают такие компоненты ЭИ как: **Контроль Экспрессии и Понимание чужих эмоций**

