

Городская инновационная площадка

**«ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ
КАК РЕСУРС
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ В
УСЛОВИЯХ ВИРТУАЛЬНЫХ
КОММУНИКАЦИЙ»
(2019-2021г.г.)**

Научный руководитель:
Енин Виктор Викторович,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии
ФГАО ВПО СКФУ

Проект программы инновационной деятельности

Тема инновационной деятельности «Развитие эмоционального интеллекта как ресурса психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций».

Актуальность проблемы исследования психологического здоровья старшеклассников вызвана стремительным ростом поведенческих девиаций, психосоматических и психических расстройств в среде учащейся молодежи, обусловленных психологическими факторами. Особую тревогу вызывает ситуация в нашей стране, где в среднем 2 миллиона подростков страдают от психических расстройств, что составляет примерно 20% от всех представителей данной возрастной группы, проживающих на территории РФ (в Европе - всего 5% подростков, а в США - 9%).

Понятие «психологическое здоровье» неразрывно связано с понятием «психическое здоровье»: психическое здоровье описывает отдельные психические процессы и механизмы, а психологическое здоровье апеллирует к высшим проявлениям человеческого духа, личности в целом, что позволяет выделить собственно психологический аспект проблемы психического здоровья. Психическое здоровье связано с развитием психики, с развитием врожденных потенций в человеке, становлением функциональных систем.

Психологическое здоровье связано с развитием личности, формированием картины мира, ценностей и убеждений, поведенческих стратегий, воспитанием человека как субъекта деятельности и жизни в определенных социальных условиях.

К числу проявлений психологического нездоровья относят: негативный субъективный статус (самочувствие, активность, настроение), снижение или полная утрата трудоспособности, уменьшение объема и степени мобилизации функциональных резервов, ухудшение адаптационных возможностей, ригидность реагирования, разрыв между потенциальными возможностями человека и их применением, наличие внутренней тревоги и механизмов психологической защиты, несформированная рефлексия, узость поведенческих и эмоциональных проявлений личности.

Важными факторами психологического здоровья личности являются способности в сфере эмоциональной регуляции и сопряженные с ними социальные навыки, такие как эффективная эмоционально-волевая саморегуляция, умение вести диалог, инициативность, эмоциональная устойчивость в условиях стрессирования, способность наблюдать и понимать собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать эту информацию для управления мышлением и действиями. Эти способности составляют сущность эмоционального интеллекта, как совокупности личностных свойств, оказывающих влияние на эффективность понимания и управления эмоциями (в интра-и интерпсихологическом аспектах) на основе интеллектуального анализа и синтеза.

Эмоциональный интеллект, начиная формироваться уже в дошкольном возрасте, у подростка приобретает особые функции в связи с означением

общения со сверстниками как ведущего вида деятельности. Эффективная реализация всех составляющих общения (коммуникации, интеракции, перцепции) во многом определяется сформированностью параметров эмоционального интеллекта.

Интенсивное развитие цифровизации и виртуализации всех сфер жизни человека изменило условия коммуникаций и социализации современных подростков. Ситуация виртуального общения стала типичной, в ней акцент коммуникации переносится на знаковую передачу информации, значительно возрастает объем информации, но снижается качество ее преобразования, поскольку в семантическом анализе не в полной мере учитываются эмоционально-выразительные средства. Как следствие этих процессов не развиваются эмпатические способности, способности к осознанию собственных чувств и эмоций, а так же эмоций других участников виртуальной коммуникации, способности регулировать и свое состояние, и коммуникативный процесс на основе эмоционального отражения.

Недостаточный уровень эмоциональной вовлеченности и отсутствие невербальных средств общения приводят к утрате осмысленности, значимости взаимодействия, снижают рефлексивность, формируют алекситимическую предиспозицию, лежащую в основе развития аддиктивных форм поведения и психосоматических расстройств. Чрезмерная увлеченность виртуальным общением лишает школьников возможности получить ценнейший опыт «живого», реального общения в сензитивный для этого период их жизни, может привести к невосполнимым изменениям в структуре эмоционального интеллекта.

Нарастающая активность взаимодействия между людьми в условиях совершенствования технических средств коммуникации, лавинообразный информационный прессинг приводят к появлению и распространению деструкций, обусловленных патологическим использованием Интернета, в числе которых навязчивый web-серфинг, компьютерная, киберсексуальная и киберкоммуникативная зависимости. С учетом перечисленных фактов, актуализируется необходимость разработки и структурирования системы параметров психологического здоровья в контексте новых (виртуальных) реалий социальной среды и создании на ее основе превентивных психологических технологий, направленных на снижение негативного влияния виртуальных коммуникаций на формирующуюся личность школьника.

Виртуальные коммуникации способствуют возникновению таких специфических проявлений, как «флейминг» (грубость, оскорбления, переходящая «на личности» неаргументированная критика), «троллинг» (агрессия, издевка, подстрекательство, «подначивание»), «кибербуллинг» (систематическая травля), «кибермоббинг» (давление на личность группой людей), исследованием которых занимается современная наука каптология.

Разработанные к настоящему времени методы диагностики и поддержания психологического здоровья не достаточны, поскольку с одной стороны, оставляют без внимания ситуацию и эффекты глобального

вовлечения подростков в новую систему «человек-виртуальная реальность», характеризующуюся интерактивностью, представлением в реальном времени виртуального мира в виде трехмерной графики и обеспечением феномена погружения, не учитывают ресурсные возможности механизмов эмоционально-личностной регуляции поведения.

Наибольший практический интерес представляют способы сохранения психологического здоровья в условиях виртуальных коммуникаций и повсеместного включения сети Интернет в жизнедеятельность старшеклассников.

Следовательно, актуальным для совершенствования системы психологической помощи подрастающему поколению является проведение комплексного исследования факторов, способствующих сохранению психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций.

Проблема исследования. Проблема настоящего исследования заключается в противоречии между: возрастающей ролью виртуальных коммуникаций в жизнедеятельности старшеклассников и степенью изученности предикторов и последствий, производимых данной формой коммуникации на личность; потенциалом ресурсного подхода к изучению психологического здоровья и степенью его практического применения в программах психолого-педагогического сопровождения подростков, интенсивно вовлеченных в виртуальные коммуникации.

Цель инновационной деятельности. заключается в изучении уровня сформированности эмоционального интеллекта у старшеклассников, с разной степенью вовлеченности в виртуальные коммуникации в их взаимосвязи с системой ресурсных компонентов психологического здоровья.

Задачи инновационной деятельности.

1. Рассмотрение конструкта психологического здоровья с позиции инструментально-ресурсного подхода.
2. Аналитическое определение места эмоционального интеллекта в структуре ресурсов психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций.
3. Теоретический анализ возможных базовых изменений коммуникационного взаимодействия в виртуальной реальности в контексте их влияния на психологическое здоровье подростков.
4. Исследование степени вовлеченности старшеклассников в виртуальные коммуникации (от оптимального режима до киберкоммуникативной зависимости).
5. Определение сформированности параметров эмоционального интеллекта старшеклассников, в разной степени погруженных в виртуальные коммуникации, во взаимосвязи с такими ресурсными компонентами психологического здоровья, как самооценка и смысложизненные ориентации, социометрический статус, эмоциональные компетенции, нервно-психическая устойчивость, система саморегуляции произвольной активности личности.

Объект и предмет исследования.

Объектом исследования является психологическое здоровье старшеклассников

Предмет исследования – эмоциональный интеллект как ресурс психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций.

Гипотеза, заключается в том, что при соблюдении дифференцированной вовлеченности подростков при помощи разработанной программы профилактики формирования киберкоммуникативной зависимости старшеклассников позволит сохранить психическое здоровье детей.

Конкретные методы и методики реализации исследования (реализуемость проекта).

Теоретико-методологическую основу исследования составили культурно-историческая теория психического развития (Л.С. Выготский), положения о возрастных закономерностях развития личности (И.С. Кон, Х. Ремшмидт, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон, А.А.Рееан, и Д.И. Фельдштейн); концепции психологического здоровья (Р.Ассаджиоли, Б.С.Братусь, Н.Г.Гаранян, И.В.Дубровина, Л.В.Марищук, В.И.Слободчиков, А.В.Шувалов, Н.А. Батулин, С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова, В.Г. Петров, К.В. Злыгостева); исследования виртуальной среды как нового пространства жизнедеятельности (K.J.Gergen, Kimberley S. Young, Kelly, Reid, Е.П. Белинская, А.Е. Жичкина, Н.А. Носов, А.В. Тончева и др.); смешанные модели эмоционального интеллекта (R. Bar-On, D. Goleman, R.E. Boyatzis, K.V. Petrides, A. Furnham и др.) и модели способностей (J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso). В отечественной науке данный эмоциональный интеллект изучается на научно - методическом уровне (Д.В. Ушаков, Д.В. Люсин, Е.А. Сергиенко, И.Н. Андреева, А.С.Петровская), а также в практическом - прикладном контексте в ряде работ (М.А. Манойлова, Г.В. Юсупова, И.А. Егоров, О.В. Белоконь, Т.А. Панкова, Е.В. Ерохина, Д.В. Ненашев, И.С. Степанова, Е.А. Хлевная, Л.Д. Камышникова, А.К. Кравцова и др.)

Методы исследования. Решение поставленных задач основывалось на использовании комплекса теоретических и эмпирических статистических методов исследования. Теоретические: ретроспективный, сравнительно-сопоставительный, методологический анализ предмета исследования, теоретическое обобщение, прогнозирование. Эмпирические: диагностические методы: опрос, анкетирование, тестирование, беседа, наблюдение. Методы статистической обработки результатов исследования: корреляционный анализ (t-критерий, Спирмена), иерархический факторный анализ, процедуры определения достоверности и статистической значимости различий (H - критерий Крускала-Уоллиса).

В работе будем использовать следующие психодиагностические методики: тест смысловых ориентаций (методика СЖО) (Д.А. Леонтьев), методика исследования самооотношения (С.Р. Пантелеев),

опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Люсина, методика оценки нервно-психической устойчивости (ЛВМА им. Кирова), опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В.И. Моросанова), опросник «Волевые качества личности» (М.В. Чумаков), методика диагностики нравственной самооценки (Л.Н. Колмогорцева), метод социометрии (Я. Морено), опросник на киберкоммуникативную зависимость (А.В. Тончева).

Характеристика предполагаемых результатов:

Разработана программа профилактики формирования киберкоммуникативной зависимости старшеклассников, включающая три методических блока, ориентированных на различные категории участников образовательного процесса: педагогов, родителей и учащихся. Каждый из блоков включает подробное описание хода занятий, а так же методические рекомендации по распознаванию киберкоммуникативной зависимости; диагностический инструментарий и систему тренинговых занятий, направленных на развитие эмоциональных компетенций и связанных с ними социально-психологических навыков.

Условия, необходимые для проведения исследования:

Кадровые. Для проведения инновационной работы будут привлечены классные руководители 8-х и 9-х классов лицея в количестве 7 человек. Также в работе примут участие психолог, социальный педагог и администрация лицея

Методические рекомендации могут применять в своей деятельности учителя, классные руководители, родители и администрация учебных заведений. Фактическое использование результатов исследования позволит разработать программу психологического сопровождения, которую включим в структуру работы педагога-психолога МАОУ лицея №17 г. Ставрополя.

Этапы работы
 городской инновационной площадки
 муниципального автономного общеобразовательного учреждения лицея №17
 г. Ставрополя по теме: «Развитие эмоционального интеллекта как ресурса
 психологического здоровья старшеклассников в условиях виртуальных коммуникаций»
 на период с 2019 по 2021 годы

ЭТАП	Сроки выполнения	Задачи	Ответственные
I этап Теоретико-организационный	Январь-апрель – 2019 года	<ol style="list-style-type: none"> 1. Провести изучение имеющегося опыта экспериментальной работы лицея. 2. Разработать и определить программу исследования по указанной проблеме. 3. Провести теоретический анализ с целью определения структуры психологического здоровья старшеклассников. 4. Ознакомить педколлектив . 	Научный руководитель Администрация лицея
II этап диагностический (программно-целевой, констатирующий)	май 2019-декабрь 2019	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определить общие критерии оценки психологического здоровья старшеклассников. 2. Используя методику А.В. Тончевой, разделить старшеклассников на группы по уровню включенности в виртуальное взаимодействие 3. В каждой группе провести оценку критериев психологического здоровья. 4. Провести сравнительный анализ параметров эмоционального интеллекта 5. Разработать программу профилактики формирования киберкоммуникативной зависимости старшеклассников 6. Разработать диагностический инструментарий и систему тренинговых занятий, направленных на развитие эмоциональных компетенций и связанных с ними социально-психологических навыков 	Научный руководитель, педагоги-психологи сотрудники кафедр, члены педсовета, родители, учащиеся
III этап – формирующий (исполнительный)	январь 2020 – июль 2021г.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обобщить полученные результаты. Внести коррективы в предстоящий этап эксперимента. 2. Реализация программы профилактики формирования киберкоммуникативной зависимости старшеклассников 3. Промежуточный срез. Сравнить результаты научно-исследовательской работы с первоначальным этапом эксперимента. 4. Активизировать участие классных, ученических, родительских коллективов в эксперименте, внести предложения по активизации работы . 5. Обобщить имеющийся педагогический опыт учебных заведений. 	Научный руководитель, педагоги-психологи, социальный педагог, сотрудники кафедр, администрация лицея №17
IV ЭТАП	Июль 2021-	1. Подвести итоги экспериментальной работы,	Научный

(аналитический)	сентябрь 2021	<p>проанализировать участие в нём каждого педагога.</p> <p>2. Провести инструментальный анализ и измерение результатов эксперимента, участия каждого педагога.</p> <p>3. Провести анкетирование педагогов, с целью изучения их личного мнения и оценки экспериментальной работы.</p> <p>4. Внести дополнение в программу исследования с учётом прошедшего периода научного эксперимента.</p> <p>5. Провести широкое научно-практическое обсуждение в СМИ, на сайтах результатов исследования уровня.</p> <p>6. Обобщить материалы печатных средств и электронных СМИ.</p> <p>7. Разработать методические рекомендации по распознаванию киберкоммуникативной зависимости</p> <p>8. Проанализировать связи между уровнем киберкоммуникативной зависимости и критериями психологического здоровья старшеклассников</p> <p>9. Провести научно-практическую конференцию педагогов лицея совместно с учёными по проблемам исследования.</p>	руководитель, сотрудники кафедр, администрация лицея №17
V ЭТАП (заключительный)	Сентябрь 2021-декабрь 2021.	<p>1. Проанализировать полученный опыт научно-исследовательской работы</p> <p>2. Обобщить и издать программу работы образовательного учреждения с учетом полученных результатов эксперимента.</p> <p>3. Провести на уровне города, края презентацию полученных результатов экспериментальной работы, собрать отзывы участников эксперимента со стороны педагогов, родителей, учащихся, опубликовать это в СМИ.</p> <p>4. Издать сборники исследований по указанной проблеме для широкого использования в практической работе.</p>	Научный руководитель, участники эксперимента из числа учёных ВУЗА, педагогов лицея, родителей, учащихся, студентов.

Научно-методическая литература:

1. Белашева И.В. Эмоциональная компетентность как критерий и ресурс психологического здоровья личности // Акмеология. – 2016. – № 3 (59). – С. 143-152.
2. Белашева И.В. К вопросу об эмоциональной компетентности в контексте психологического здоровья личности // Мир образования – образование в мире. – 2016. – № 3 (63). – С. 140-148.
3. Двинин А.П. Современная психодиагностика. – СПб.: Речь, 2012. – 282 с.
4. Дробышева Т.В., Войтенко М.Ю. Социально-психологическое благополучие детей в условиях мегаполиса: методологические основы исследования // Известия Саратовского университета. – 2015. – №1. – С.21-24.
5. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентации. – М.: Смысл, 2000. – 18
6. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.
7. Макотрова Г.В. Сеть Интернет в развитии научного потенциала старшекласников. – М.: Флинта, 2014. – 275с.
8. Проблемы здоровья личности в теоретической и прикладной психологии: Материалы Международной науч.-практ. конф. / Под ред. Н. А. Кравцовой. – Владивосток: Мор. гос.ун-т им. адм. Г.И. Невельского, 2011. – 364 с.
9. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы // Под ред. Дубровиной И.В. – Екатеринбург: Деловая книга 2000. – 176 с.
10. Степнова А.П. Взаимосвязь эмоциональной компетентности и психологического здоровья // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2011. – №2. – С. 57-61.
11. Тончева А.В. Диагностика киберкоммуникативной зависимости // Интернет-журнал «Науковедение». – 2012. – №4. – С. 1-5.
12. Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве [Текст]: сб. статей /Составитель: Ю. В. Братчикова. – Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т., 2013 – 146 с.
13. Belasheva I., Petrova N. Psychological Stability of a Personality and Capability of Tolerant Interaction as Diverse Manifestations of Tolerance (научная статья) / Belasheva I., Petrova N. // International journal of environmental & science education. – 2016. – Vol. 11. – No. 10. – PP. 3367-3384.
14. Internet Addiction and its Psychosocial Risks (Depression, Anxiety, Stress and Loneliness) among Iranian Adolescents and Young Adults: A Structural Equation Model in a Cross-Sectional Study / S. Ostovar, N.Allahyar, H.Aminpoor, F. Moafian, MarianiBintiMd Nor, M. D. Griffiths // International Journal of Mental Health and Addiction. – 2016. – Vol. 14. – No. 3. – PP. 257-267.