

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра

Педагогика и психология

(наименование)

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Практическая психология в образовании

(направленность (профиль))

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ)

на тему Развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством
произведений живописи

Обучающийся

В.А. Кривоzubова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Научный

руководитель

канд. пед. наук, доцент А.А. Ошкина

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Оглавление

Введение	3
Глава 1. Теоретические основы развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи	11
1.1 Психолого-педагогические основы развития эмоционального интеллекта будущих педагогов	11
1.2 Характеристика произведений живописи как средства развития эмоционального интеллекта будущих педагогов	30
Глава 2. Экспериментальная работа по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи ..	40
2.1 Изучение уровня сформированности эмоционального интеллекта будущих педагогов	40
2.2 Содержание и организация работы по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов с использованием произведений живописи	56
2.3 Оценка изменений в развитии эмоционального интеллекта будущих педагогов	66
Заключение	77
Список используемой литературы	79
Приложение А Каталог произведений живописи	85
Приложение Б Список студентов, принимающих участие в эксперименте	90
Приложение В Сравнение результатов эксперимента	91
Приложение Г Творческие работы студентов	93

Введение

Проблема развития эмоционального интеллекта будущих педагогов является актуальной, так как по настоящее время нет результативной программы по повышению эмоционального интеллекта студентов. Теоретическая и эмпирическая базы требуют доработок [9].

В научных трудах Е.С. Романовой представлены личностные качества педагога: самоконтроль и уравновешенность, терпимость, интерес и уважение к другому человеку, наблюдательность [38].

В профессиональном стандарте «Педагог» обозначены трудовые действия, которыми должен обладать преподаватель. Педагог регулирует поведение обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды, выявляет в ходе наблюдений поведенческие проблемы учеников, развивает познавательную активность и творческие способности [36].

Изобразительное искусство развивает способность создавать эмоционально-выразительные образы, активизирующие с помощью самовыражения эмоциональную сферу педагога [5].

Распространенным жанром изобразительного искусства выступают портретная живопись, построенная на «языке человеческих чувств». В портрете заложен опыт эмоций к добру и злу, милосердию и жестокости, любви и ненависти. Восприятие портретной живописи позволяет развить как нравственность, интеллектуальность, так и эмоциональность человека [27].

Следовательно, педагог должен обладать контролем над собственными эмоциями и пониманием чувств других людей, что свидетельствует о высоком эмоциональном интеллекте. С целью обогащения знаний о реакциях человеческой психики профессиональному деятелю в сфере образования (преподавателю) необходимо повышать эмоциональный интеллект. Доступным способом развития эмоционального интеллекта являются произведения искусств, в частности портретная живопись.

Впервые данная проблема была затронута с 1900-х годов. Тогда эмоции и интеллект носили обособленный характер. К данному периоду относятся разработки таких ученых, как Д. Векслер, Ч. Спирмен, Э. Торндайк. С 1970 годов возник научный интерес к изучению взаимодействий эмоций и мышления: критерии видов (форм) интеллекта Х. Гарднера, когнитивная концепция Р. Лазаруса, теория Р. Стенберга, теория С. Шехтера [46].

В 1990 году эмоциональный интеллект изучается как предмет психологического исследования. Американские психологи Дж. Майер и П. Саловей ввели понятие «эмоциональный интеллект» как контролер собственных и чужих чувств. В 1997 году американский режиссер Д. Карузо, Дж. Майер и П. Саловей предлагают четырехкомпонентную модель эмоционального интеллекта, включающую восприятие, идентификацию эмоций, их выражение, фасилитацию мышления, понимание и управление эмоциями. В это же время модели Р. Бар-Она и Д. Гоулмана способствовали популяризации научного исследования [32].

На сегодняшний день остро обозначена проблема адаптации и готовности будущих педагогов к восприятию современного мира. В статье Л.В. Васильевой и И.В. Толстоуховой «Особенности эмоционального интеллекта студентов вузов» отмечается, что в связи с трансформацией образовательной системы обучаемые должны уметь взаимодействовать с окружением, в том числе с работодателями. Данный фактор способствует академической успешности студента. Однако обучаемые не обладают высокой эмпатией, так как не могут распознавать собственные эмоции и чувства [9].

Будущие педагоги с низким уровнем развития эмоционального интеллекта не могут адекватно воспринимать сложившиеся ситуации. В ряде исследований А.А. Бодалева, В.В. Знакова, СВ. Кондратьевой, Н.В. Кузьминой, В.Н. Куницыной, А.А. Леонтьева, Б.Ф. Ломова, выявилась проблема коммуникативных способностей студентов – будущих педагогов к профессиональному общению. Будущий педагог, не способный успешно

доносить до слушателя мысли, не может стать наставником для других людей, тем более развивать моральные ценности, на которые опирается образование в целом [21].

Анализ статистических данных свидетельствует о том, что эмоциональный интеллект занимает важную роль в построении карьеры, связанной с взаимодействием с обществом. С. Стейн в издании «Преимущества эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект и ваши успехи» приводит в пример коэффициент интеллекта как малую долю результативности сотрудника [45].

В качестве измерения уровня эмоционального интеллекта отечественный кандидат педагогических наук Д.В. Люсин создал опросник «ЭмИн». Данный инструментарий достаточно точно отображает показатели благодаря тому, что направлен на оценку устойчивости эмоционального фона испытуемого в различных ситуациях [37].

По данным исследования измерения уровня развития эмоционального интеллекта по опроснику Д.В. Люсина было выявлено, что эксперимент выдает правдивые значения. Также в исследовании выяснилось, что возраст испытуемых существенно не влияет на результат. 745 человек в возрасте от 16 до 67 лет, которые были поделены на 3 группы (16-25, 26-45, 46-67), продемонстрировали относительно одинаковые показатели [22].

В современных исследованиях И.Н. Андреевой, Л.С. Выготского, Г.Г. Гарсковой, С.П. Деревянко, Б.В. Зейгарника, А.Н. Леонтьева, Д.В. Люсина, А.Р. Лурия, М.А. Манойловой, С.Л. Рубинштейна, О.К. Тихомирова, Н. Холла выдвигаются концепции эмоционального интеллекта для усовершенствования методик развития обучающихся [46].

Наблюдаемая нами статистика развития эмоционального интеллекта студентов – будущих педагогов посредством произведений живописи свидетельствует о том, что, несмотря на то что проблемой развития эмоционального интеллекта занимаются ученые (Р.П. Виссберг, С.А. Денхам, В.Н. Куницына, А.А. Романов, Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова,

Т.П. Шривер), объект исследования не изучен в совершенстве, существует лишь ряд теорий и методик. Поэтому требуется систематизация теоретических и практических баз, выявление результативных методик обучения по развитию эмоционального интеллекта.

Актуальность исследования на социально-педагогическом уровне обусловлена тем, что, не смотря на осуществление ряда исследований, цельной образовательной модели по развитию эмоционального интеллекта нет. Г. Гарднер и Д. Гоулман предлагали осуществление индивидуального подхода к обучению, который невозможен в рамках общих образовательных программ [41].

К сожалению, в современном мире еще только изучается эмоциональный интеллект. Результативная методика, способствующая развитию эмоционального интеллекта средствами живописи, не создана [3].

Актуальность исследования на научно-теоретическом уровне заключается в недостаточном количестве теоретических положений по вопросу развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Актуальность на научно-методическом уровне заключается в отсутствии эффективных методик развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Анализ научных исследований и педагогической практики позволили выделить следующие противоречия:

- между необходимостью развития у будущих педагогов эмоционального интеллекта и отсутствием результативной методики обучения в высшей школе;
- между разработками способов развития эмоционального интеллекта у будущих педагогов и недостатком использования в образовательной программе произведений искусства, способствующих развитию эмоционального интеллекта.

Для разрешения данных противоречий сформулирована проблема исследования: какова методика развития эмоционального интеллекта у будущих педагогов посредством произведений живописи?

Исходя из актуальности данной проблемы, сформулирована тема исследования: «Развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить методику развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Объект исследования: развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов.

Предмет исследования: методика развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Гипотеза исследования: развитие эмоционального интеллекта у будущих педагогов возможно, если:

- эмоциональный интеллект рассматривается как совокупность умений: распознавание собственных эмоций и эмоций других людей, управление собственными эмоциями и эмоциями других людей, эмпатия, понимание намерений других людей, стрессоустойчивость и адаптивность;
- определены произведения живописи, способствующие развитию эмоционального интеллекта, и включены в процесс подготовки будущих педагогов;
- методика развития эмоционального интеллекта будущих педагогов включает системное использование произведений живописи: от анализа портретов до моделирования ситуаций с помощью «оживления картин».

Задачи исследования:

- изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи;
- определить показатели и уровни сформированности эмоционального интеллекта, спроектировать диагностический комплекс и провести диагностику студентов;
- разработать и экспериментально проверить методику развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Теоретико-методическую основу исследования составляют:

- исследования эмоционального интеллекта (И.Н. Андреева, Л.С. Выготский, Д.В. Люсин, Дж. Майер, П. Саловей);
- исследования развития эмоционального интеллекта (Е. Белоносова, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, С.П. Деревянко, А.Н. Кутейникова, А.Н. Леонтьев, Дж. Мид, Е.Г. Спаустинайтис, А.Н. Шандлоренко, Д.Д. Шандлоренко);
- исследования, свидетельствующие о влиянии изобразительного искусства на развитие эмоциональной сферы человека (А.В. Бакушинский, Л.Е. Ершова, О.А. Куревина, А.С. Макаренко, Б.М. Неменский, Л.Г. Савенкова, В.Н. Шацкая, Т.Я. Шпикалова).

Методы исследования:

- теоретические: анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования, обобщение опыта педагогической деятельности;
- эмпирические: анкетирование, тестирование, эксперимент (констатирующий, формирующий, контрольный этапы);
- методы обработки результатов: количественный и качественный анализ результатов.

Экспериментальная база исследования: кафедра педагогики и психологии ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет» городского округа Тольятти.

Организация и основные этапы исследования.

Исследование проходило поэтапно в период с 2023 по 2025 годы.

Первый этап – поисково-аналитический (2023 – 2024 года). На первом этапе осуществлялось определение проблемы исследования, уточнение цели, объекта, предмета, задач, понятийного аппарата, анализ психолого-педагогической и методической литературы, первичный сбор и анализ эмпирического материала.

Второй этап – экспериментальный (2024 – 2025 года). На втором этапе была реализована программа опытно-экспериментальной работы, которая включает в себя констатирующий, формирующий и контрольный этапы.

Третий этап – заключительно-обобщающий (2025 год). На третьем этапе проходило осуществление обработки, анализа, интерпретации результатов проведенной опытно-экспериментальной работы, уточнение выводов, обобщение, систематизирование и оформление материала магистерской диссертации.

Новизна исследования: определена возможность развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи;

Теоретическая значимость исследования: теоретически обоснована и экспериментально проверена методика развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Практическая значимость исследования заключается в том, что представленная в работе методика, включающая в себя комплекс методов и приемов, может быть использована в работе педагогов, педагогов-психологов при решении задач развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Апробация и внедрение результатов работы. Результаты работы обсуждались на научно-методических семинарах кафедры, докладывались на научно-практических конференциях «Молодежь. Наука. Общество» (20 декабря 2024 год) и «Студенческие дни науки в ТГУ» (7 апреля 2025 год). По данному исследованию опубликовано 4 статьи.

На защиту выносятся положения:

- эмоциональный интеллект рассматривается как совокупность умений: распознавание собственных эмоций и эмоций других людей, управление собственными эмоциями и эмоциями других людей, эмпатия, понимание намерений других людей, стрессоустойчивость и адаптивность.
- произведения живописи как средство педагогической деятельности, обеспечивающее целостность и системность, направленное на качественное преобразование процесса по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов.
- методика развития эмоционального интеллекта будущих педагогов включает системное использование произведений живописи: от анализа портретов до моделирования ситуаций с помощью «оживления картин».

Структура магистерской диссертации. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (58 наименований), 4 приложений. Для иллюстрации текста используется 10 таблиц, 11 рисунков. Основной текст работы изложен на 84 страницах.

Глава 1 Теоретические основы развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи

1.1 Психолого-педагогические основы развития эмоционального интеллекта будущих педагогов

На сегодняшний день известно, что успешных людей отличает высокоразвитый эмоциональный интеллект. Н.Г. Васильева утверждает, что интерес взаимосвязи эмоций и рационального ума возник в 1990-е года, когда Дж. Майер и П. Саловей предложили понятие «эмоциональный интеллект» (далее – EQ). Американские психологи определили EQ как «форму социального интеллекта, которая включает в себя способность отслеживать свои и чужие эмоции и чувства, различать их и использовать знания о них для того, чтобы управлять своим мышлением и действиями». За период с 1995 по 2005 года число научных публикаций на русском языке по теме эмоционального интеллекта возросло почти в 10 раз. По мнению Д.В. Ушакова и Д.В. Люсина эти данные позволяют говорить о мировой тенденции роста интереса к эмоциональному интеллекту [8, с. 16].

Г.Б. Моница раскрывает понятие «эмоции» как базовые явления психики, сигнализирующие о пользе или вреде чего-либо для индивида и осуществляющие 2 функции: отражение и регуляцию [28, с. 144].

Экман дал определение термину «эмоции» как унаследованные адаптивные функции, мобилизующие организм для быстрого реагирования на важные межличностные столкновения, основанные на адаптивной активности из прошлого.

И.В. Абулякорова в работе пишет: «Р. Декарт считал эмоции неким видом страстей, а философ Б. Спиноза называл в качестве мотивов поступков аффекты. Ж.Ж. Руссо – один из виднейших философов XVIII века, обдумывая значение эмоциональности в образовании, утверждал, что

система образования, опирающаяся только на законы логики будет неэффективна, как раз потому, что обучение будет затруднено, если оно базируется исключительно на логических постулатах, ведь при постижении нового человек прежде всего стремится к эмоциям» [2].

Американские психологи С. Андерсон, Ф.П. Дин и Дж.В. Киаррочи в своих работах говорят о том, что «способность интерпретировать эмоциональные состояния окружающих, сопряженная с повышенной личной чувствительностью к любым эмоциям, как позитивным, так и негативным, приводит к депрессии. Следовательно, низкая эмоциональная чувствительность, которую можно развить благодаря тренировке управления интенсивностью эмоций, будет иметь большое значение для экологичной и эффективной жизни человека» [1].

Н.В. Степанова в научных исследованиях ссылается на позицию П.В. Симонова: «эмоции – это психический механизм, выполняющий определенные функции. В процессе функционирования этого механизма возникают различные психические состояния, которые тоже называются эмоциями. Можно сказать, что эмоция – это психическое состояние, возникающее в результате когнитивной обработки информации, которая может быть получена извне, извлечена из памяти, или даже выдуманна, нафантазирована. Эмоция регулирует количество энергии, выделенное организмом на решение задачи, связанной с полученной информацией» [43].

Теория П.В. Симонова утверждает, что у каждого человека независимо от сознания присутствуют различные потребности. Осознавая текущую потребность, человек формирует мотивацию, направленную на достижение определенной цели. Эта цель предполагает два возможных поведения: стремление приблизить позитивное событие или устранить негативное.

Внутренним ориентиром, позволяющим познавать себя и окружающую действительность, являются эмоции. Именно эмоциональные оценки для человека считаются основополагающими в отличие от интеллектуальных. Только прочувствовав вред на себе, можно избавиться от вредных привычек.

Н.В. Степанова выделяет несколько теорий понятия «эмоции».

«В биологических теориях эмоций, источник возникновения кроется в органических изменениях.

В психоаналитических теориях причина эмоций – столкновение инстинктивной энергии с запретами и нормами Супер – Эго. Это можно объяснить тем, что вся теория психоанализа была построена на представлении о двух инстинктах (эрос, тонатос), а также на трехкомпонентной теории строения личности (Ид, Эго, Супер-Эго).

Когнитивные теории, в них возникновение эмоций связывается с деятельностью, эмоция представляется как оценка» [43].

Когнитивные концепции начали формироваться в 1960-е годы благодаря работам ученых Арнольда, Лазаруса, Шактера, Сингера и Валинса. Эти исследования доказали, что эмоциональные реакции возникают лишь после оценки мозгом внешних раздражителей, то есть сначала наступает оценка ситуации, а потом соответствующая ей эмоция.

И.В. Абакумова, Т.З. Аверкина и Д.З. Кунцурашвили в публикации «Современные направления исследования эмоционального интеллекта» упоминает:

«Отечественные учение, такие как Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн и А.Н. Леонтьев, в своих трудах делают акцент на том, что само зарождение любой эмоции происходит только при единении внутреннего переживания и процесса познания. То есть, существует устойчивая связь между эмоциональной и рациональной составляющей, благодаря чему возможны познавательные процессы.

Эмоция, как писал А.Н. Леонтьев, может выступать результатом рефлексии, оценки ситуации, оценки своего внутреннего состояния, то есть в «точке входа» человек получает определенную информацию о происходящих внутри и извне процессах, данный код расшифровывается, и информация поддается когнитивной обработке, вследствие чего «точкой выхода» становится возникновение эмоции. Как полагал О.К. Тихомиров, эмоции

выполняют регулирующую функцию в процессе мышления, поэтому эмоциональная активация является необходимым условием для эффективной интеллектуальной деятельности» [1].

Каждый человек имеет собственную склонность к проявлению чувств на определенные ситуации. Американский психолог К. Изард выделил 10 базовых эмоций:

Интерес переживается как чувство воодушевления, стремления разгадать новое и необычное. Противоположной эмоции интереса является скука, возникающая из-за монотонных, однообразных действий.

Радость сравнивается с удовольствием, приливом сил, оптимизмом и наслаждением.

Удивление – самая короткая эмоция, которая возникает на новые явления в действительности.

Печаль или горе переживается как упадок сил, часто сопровождается слезами. Данная эмоция также выполняет функцию облегчения: в это время происходит духовный рост, так как человек замедляется, способен увидеть то, что прежде не замечал.

Гнев или ярость возникает, когда нарушаются границы человека: унижения, оскорбления, ограничение возможности самореализации. Эмоция побуждает прилив сил, может возникнуть состояние аффекта, из-за которого теряется самоконтроль.

Стыд часто может возникать, когда человек сравнивает себя с другими. Также эмоция обладает защитным механизмом: она спасает от отвержения обществом.

Отвращение возникает, когда нам не нравится что-либо. Эмоция спасает от употребления протухшей пищи.

Презрение возникает, когда поведение кого-либо не соответствует нравственным канонам.

Вина переживается как осуждение себя за какую-либо ошибку. Считается, если человек способен раскаяться и признать вину, он зрелая, ответственная за свои поступки личность.

Страх переживается как состояние тревоги, бессилия и уязвимости. Данная эмоция предупреждает об опасности [15].

И.В. Абубякорова в магистерской диссертации разбирает концепции EQ:

«Современное понимание концепции эмоционального интеллекта берет свое начало от понятия «социальный интеллект», характеризованного Э. Торндайком, как «способность понимать людей, мужчин и женщин, мальчиков и девочек, умение обращаться с людьми и разумно действовать в отношениях с людьми» в 1920 году, а позже сформулированного такими исследователями как Дж. Гилфорд, разработавшего тест социального интеллекта и, предположивший, что социальный интеллект является единицей, не зависящей от общего интеллектуального фактора, однако связанной с познанием информации о поведении. Г. Айзенк и О. Конт, выделяющие социальную природу интеллекта; Р. Стернберг, считавший социальный интеллект способностью уживаться с окружающими, понимать и оценивать чувства, настроения и их мотивацию, представлять себя на месте другого человека, М.И. Бобнева, описавшая социальный интеллект как способность, формирующуюся в процессе социализации: в течение жизни и в процессе общения с другими людьми, ей же были описаны направления в типизации, проявляющееся в выработке свойств общих для всех и индивидуализации – процессом накопления индивидуального опыта» [2].

Д.В. Люсин утверждает, «что основополагающим в феномене «эмоционального интеллекта» является способность человека к распознаванию и признанию самого факта наличия эмоций, а также умение их выразить и понять причинно-следственную связь их возникновения».

Р. Бояцис, Д. Гоулман, Э. Макки в научной работе «Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта» приводят утверждение:

«По поводу точного значения термина «эмоциональный интеллект» психологи и философы не могли договориться на протяжении более чем ста лет. В самом буквальном смысле «Оксфордский словарь английского языка» определяет эмоцию как «любое возбуждение или нарушение равновесия ума, чувства, нейтрального состояния; любое неистовое или взволнованное состояние психики». Д. Гоулман пользуется термином «эмоция» применительно к чувству и характерным для него мыслям, психологическому и биологическому состояниям и диапазону побуждений к действию. Существуют сотни эмоций, дополняемых сочетаниями, вариациями, мутациями и нюансами; оттенков эмоций гораздо больше, чем слов для их обозначения» [11].

Е.Ю. Скворцова описывает «эмоциональный интеллект», как способность человека считывать эмоции, понимать мотивы действий других людей и свои собственные, а также способность управлять собственными эмоциями и чувствами других людей, чтобы добиться решения задачи, обуславливающую высокую адаптивность во взаимодействии с обществом [40].

Л.М. Нарикбаева и А.И. Савенков в работе «Одаренный ребенок» утверждают:

«Эмоциональный интеллект является конструктом, который дает ключ к объяснению того, как можно фасилитировать развитие творческого потенциала личности в процессе образования. Если раньше считалось, что эмоции лишь сопровождают когнитивные процессы человека, то современной психологией доказан тот факт, что эмоциональные реакции часто предшествуют рациональным. Многие исследователи признают эмоциональность ключевым фактором достижения успеха личностью, более существенным, чем интеллектуальные способности. А.И. Савенков отмечает,

что эмоциональный интеллект, так же, как и академический и социальный, имеет определяющее влияние на достижение успеха индивида не только в повседневной жизни, но и в сфере профессиональной деятельности» [39].

Д. Гоулман в научной работе «Эмоциональный интеллект. Почему он может знать больше, чем IQ?» разбирает эмоциональный и рациональный умы:

«Разделение на «эмоциональное» и «рациональное» (то есть отрывающееся от разума) примерно соответствует принятому на бытовом уровне разграничению между «сердцем» и «головой». Понимание правильности чего-то «сердцем» означает убежденность другого порядка – нечто вроде более глубокой уверенности – в сравнении с полаганием правильности того же в результате работы рационального ума. Всегда присутствует постоянный показатель изменения в соотношении рационального и эмоционального контроля над умом: чем сильнее чувство, тем больше преобладает эмоциональный ум и тем меньше влияния оказывает ум рациональный. Подобный механизм, видимо, сложился за миллиарды лет эволюции благодаря преимуществу, которое достигалось, если эмоции и интуиция управляли нашей мгновенной реакцией в ситуациях, когда нам грозила смертельная опасность, а перерыв на раздумья по поводу того, что надо делать, мог стоить нам жизни.

Эти два ума – эмоциональный и рациональный – почти всегда работают в полном согласии, объединяя свои в корне различные способы понимания, чтобы с успехом вести нас в этом мире. Обычно существует некое равновесие между эмоциональным и рациональным умами, когда эмоции питают и воодушевляют действия рационального ума, а рациональный ум облагораживает и в некоторых случаях запрещает проявление эмоций. И все же эмоциональный и рациональный умы являются полуавтономными способностями, и каждая представляет работу отдельного, хотя и имеющего межсоединения, контура в головном мозге» [12].

В 1958 году психоаналитик Эрик Берн в научной статье «Трансактный анализ: новый и эффективный метод лечения» разделил поведение людей на 3 эгосостояния: архео-психика («Ребенок»), неопсихика («Взрослый») и экстеро-психика («Родитель»). За эмоциональность отвечает «ребенок», за рациональность отвечают «родитель» и «взрослый».

В 1973 году Пол МакЛин выпустил книгу «Триединый мозг», в которой предложил, что мозг человека делится на 3 части: рептильный мозг (ствол мозга), лимбическая система и неокортекс (кора головного мозга).

Рептильный мозг (ствол мозга) отвечает за базовые функции организма человека: дыхание, пищеварение, кровообращение и выделение.

Лимбическая система отвечает за эмоции, чувства, настроение – она формирует паттерны действий и мышление человека.

Неокортекс – «рациональный мозг». Он начинает свою непосредственную работу только после лимбической системы, когда сформировались паттерны на уровне тела и невербальных навыках [58].

В исследовании советского и российского психолога и педагога А.И. Савенкова раскрываются изменения современной образовательной системы, основанной на раскрытии личностных возможностей и овладении навыками коммуникации с обществом и развитием эмоционального интеллекта [39].

Установлено, что эмоциональный интеллект вносит значительный вклад в знания и практику профессионалов. Однако, несмотря на его потенциальную значимость для педагогической практики, было проведено мало исследований и мало сообщений о его применении в образовательных учреждениях или обучении учителей.

Лоу и Нельсон согласуются с выводами Jaeger и предполагают, что EQ может быть улучшен в условиях высшего образования, подчеркивая необходимость изучения конкретных стратегий обучения для этой цели. Дэвенпорт, Лоу, Нельсон, Стоттлмайер обнаружили, что их модель, разработанная для развития эмоционального интеллекта среди учителей,

привела к улучшению успеваемости участвующих учителей. Аналогичным образом, при оценке программ, которые сочетали обучение как учителей, так и детей с сильным акцентом на эмоциональные компетенции, Вебстер-Страттон и Рид сообщили об успехе этих программ в улучшении результатов как для учителей, так и для детей из неблагополучных семей.

Эргур пришел к выводу, что «все специалисты в области образования должны посещать официальные комплексные курсы для развития собственного эмоционального интеллекта и использовать его для создания эмпатической среды обучения для своих учеников».

И.Н. Андреева в научном исследовании «Когнитивные стратегии эмоциональной саморегуляции в педагогической деятельности» пишет про профессиональные качества педагога:

«Профессиональный долг обязывает педагога принимать взвешенные решения, преодолевать раздражительность, отчаяние, сдерживать вспышки гнева. Однако внешнее сдерживание эмоций не позволяет снизить интенсивность эмоционального процесса и не способствует психологическому и физическому здоровью. Сложности с отреагированием эмоций способствуют разрастанию их физиологического компонента, вызывает различные психосоматические заболевания. Часто повторяющиеся неблагоприятные эмоциональные состояния вызывают формирование отрицательных личностных качеств (пессимизм, тревожность, раздражительность). А это отражается на продуктивности труда и эффективности общения педагога с детьми и коллегами. В дальнейшем это может привести к общей неудовлетворенности профессией».

М.А. Манойлова в своих трудах, датированных 2004, 2006 и 2008 годами, пишет: «Эмоциональный интеллект является фактором продуктивности профессиональной деятельности учителя. Эмоциональный интеллект педагога определяется такими качествами как эмпатия, коммуникативная толерантность, ассертивность, самооценка и уровень притязаний. Выявлены значимые различия характеристик эмоционального

интеллекта у педагогов с различным стажем работы и различной степенью удовлетворенности трудом» [25]. «В группе педагогов с большим стажем работы, не удовлетворенных своей профессиональной деятельностью, прослеживается снижение показателей внутриличностного аспекта эмоционального интеллекта. Внутриличностный аспект эмоционального интеллекта является индикатором тенденций к эмоциональному выгоранию педагогов» [24].

А.О. Прохоров изучая роль психических состояний объясняет: «что причины развития неравновесия, то есть сверх оптимального значения, состояния учителя. В большинстве случаев нарушение внутреннего баланса учителей вызваны конфликтами с учениками. Поведение учеников на уроке (неподготовленность, невнимательность); конфликты с администрацией; присутствие на уроках директоров или других коллег, неожиданные выступления, необоснованные комментарии и плохие отзывы от начальства. Эти ситуации вызывают гнев и разочарование у учителей. Замечается повышение состояний возбужденности, обидчивости, гнева, раздражения. Ярко выражена связь между состоянием дисбаланса и ситуацией, возникающей в педагогической сфере» [18].

Обычные условия профессиональной деятельности специалистов, работающих непосредственно с людьми («человек-человек»), включают в себя состояния психоэмоционального стресса, необходимость быстро сменять одну задачу на другую, способность контролировать собственные эмоции, а также глубокое понимание внутреннего мира окружающих людей, с которыми происходит взаимодействие. О. Санникова утверждает, что даже при ясных целях и четко поставленных задачах профессии подобного рода отличаются повышенной степенью непредсказуемости процесса и результата труда, так как взаимодействие носит творческо-индивидуальный характер, а итоговая оценка результатов часто откладывается надолго (например, в результате обучения и воспитания). Это обстоятельство предъявляет

повышенные требования к уровню квалификации специалиста, качеству его профессиональных качеств и личностных характеристик.

Обобщение работ Н. Аминова, В. Корзун, И. Юсупова и других специалистов показало, что «в структуру профессионально важных качеств личности специалистов «человек-человек» относятся: умение полно и правильно воспринимать человека; активно взаимодействовать, достигать взаимопонимания в процессе выполнения профессиональных функций, разбираться в поведении людей, понимать их эмоциональное состояние и потребности, оказывать эмоциональную поддержку, находить индивидуальные подходы, эмоционально адекватно реагировать на гнев, недовольство, критику со стороны других, сохранять равновесие в конфликтных ситуациях, то есть быть подготовленными к эффективной коммуникации и эмоционально разумному поведению. Поэтому большинство профессий сферы «человек-человек» включают такие важные качества и свойства, как: эмоциональная сдержанность, эмоциональная уравновешенность, эмпатия. Учитывая эмоциогенный характер профессиональной деятельности сферы «человек-человек» наиболее востребованными являются способности, которые позволяют человеку осуществлять эмоционально-волевую регуляцию, распознавать эмоциональное состояние окружающих, быть компетентным в межличностных отношениях и сохранять собственное психологическое благополучие. Данные понятия интегрируются и находят свое отражение в содержании феномена эмоционального интеллекта» [10].

В исследовании Е.С. Асмаковец изучались «основные факторы эмоциональной гибкости учителя, представляющие собой сочетание особенностей личности по следующим группам качеств: эмоциональная устойчивость, которая проявлялась в удовлетворенности жизнью, отсутствии склонности переживать негативные эмоции гнева, страха и эмоциональная устойчивость, на ряду с эмоциональной экспрессивностью в выражении радости, спонтанности, сензитивности к себе. Исследование показало, что

педагоги с низким значением эмоциональной положительности недостаточно удовлетворены своей жизнью в целом, недостаточно адаптивны. Таким учителям свойственны высокий уровень тревожности и предрасположенность к эмоционально отрицательным реакциям на различные жизненные ситуации. Низкий уровень самоотношения, низкая самооценка, выявление своих недостатков, склонность к чувству вины, неуверенность, отсутствие интереса к себе, своим чувствам, непринятие себя, ожидание от других негативного отношения к себе, низкая эмоциональная устойчивость, проявляется также и в том, что эти учителя неспособны регулировать свое состояние, и управлять своим настроением, с трудом держат себя в руках. В итоге их эмоциональная нестабильность приводит к частым негативным эмоциональным состояниям у учеников, неуверенности в себе и пониженном эмоциональном фоне» [4].

Вопрос профессионального стресса и синдрома эмоционального выгорания в последнее столетие вызывает интерес ученых, особенно остро проявляясь в современных условиях жизни. Это обусловлено ростом психологических нагрузок на специалистов всех сфер деятельности, в особенности специалистов в области «человек-человек», вследствие научно-технического прогресса. Появления новых требований к профессиональной подготовке, усиления конкуренции между профессионалами, а также значительных изменений политической, социальной и экономической обстановки в стране.

Согласно исследованию, проведенному в 2018-2019 годах Международной ассоциацией управления стрессом, «около 44 % плохого состояния здоровья работников были связаны со стрессом в трудовой деятельности; в частности, наиболее подверженными стрессу и тревоге были специалисты в отрасли общественного обслуживания, в которую также входят и работники сферы образования, то есть учителя и педагоги. Этому способствуют высокая психоэмоциональная напряженность педагогической деятельности, низкий социальный статус педагогов в России, низкая

заработная плата, большой объем работы, ненормированный рабочий день. Такие неблагоприятные условия осуществления профессиональной деятельности могут приводить к длительным и даже хроническим стрессам, а также к синдрому профессионального выгорания» [23].

Е.Н. Бочкарева разбирает понятия эмоционального интеллекта:

«В конце 20 века эмоциональное истощение рассматривалось как особый тип профессионального длительного состояния лиц, которые трудятся в обществе людей (педагоги, юристы, психологи, священники, тренеры, психиатры, работники сферы обслуживания и другое). Американский психиатр Х.Дж. Френденбергер в 1974 году ввел термин: «синдром выгорания, что означало «выгорание» или «истощение», интенсивное и тесное общение с клиентами (пациентами) с эмоциональной поддержкой. Он характеризует психологическое состояние здоровых людей».

Синдром профессионального выгорания – состояние физического, эмоционального и умственного истощения личности, которое включает в себя три основных составляющих: эмоциональную истощенность (проявляется в пониженном эмоциональном фоне, равнодушии и эмоциональном перенасыщении), деперсонализацию (негативизм, циничное отношение к коллегам) и редукцию профессиональных достижений (тенденция к негативной самооценке, занижение своих профессиональных результатов и успехов, преуменьшение собственного достоинства)» [7].

Подавление собственных эмоций приводит к соматическим и психологическим проблемам со здоровьем. К тому же «расстройство эмоциональной сферы» человека влияет на нарушение адаптивности, приводит к травмам и дисфункции мозга [19].

Стрессоустойчивость помогает справляться с проблемными ситуациями. Р. Лазарус и С. Фолкман выделили 8 копинг-стратегий, способствующих управлению эмоциями вне зависимости от происходящего вокруг человека. Совладание, как конфронтация, дистанционирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности,

бегство-избегание, планирование решения проблемы и положительная оценка делятся на 4 группы [55].

Первая группа копинг-стратегий (планирование решения проблемы, принятие ответственности, конфронтация) направлена на поиск дополнительной информации, способствующей устранению проблемы. Здесь анализируются нравственные действия и эмоции человека.

Вторая группа копинг-стратегий (самоконтроль и положительная переоценка) предполагает управление собственными эмоциям. Здесь усиливается значение поступков и эмоционального состояния: человек находит положительные аспекты своего поведения.

Третья группа копинг-стратегий (дистанционирование и бегство-избегание) представляет собой уход от проблемной ситуации. Стратегия не влияет на эмоциональное состояние человека, так как индивид не прилагает усилия к изменению ситуации.

Четвертая группа копинг-стратегий (поиск социальной поддержки) подразумевает отсутствие стремления человека изменить ситуацию. Человек не обладает такими качествами, как ответственность и способность самостоятельно принимать решения.

По мнению Р. Лазаруса и С. Фолкмана, чтобы справиться со стрессом, необходима комплексная работа, подразумевающая применение всех 4 групп копинг-стратегий [42].

Развитие эмоционального интеллекта осуществляется посредством специальных методик, включая тренинги, семинары и индивидуальное консультирование. По мнению М.В. Недбаевой, успешному формированию эмоционального интеллекта будущих педагогов способствуют условия:

Рефлексия. Студенты, обучающиеся на педагогическом направлении подготовки, обязаны выявлять собственные эмоциональные отклики на разные обстоятельства и учиться контролировать их. Важно критически оценивать собственное поведение и находить способы регуляции эмоциональных реакций.

Поддержка коллектива. Преподаватели должны обладать коммуникативными навыками с коллегами и поддержкой своего профессионального сообщества. Это помогает налаживать контакты с педагогами различных учебных заведений и делиться профессиональным опытом.

Повышение квалификации. Будущему педагогу важно иметь доступ к дополнительным образовательным программам, посвященным вопросам эмоционального интеллекта.

Навыки взаимодействия с учениками. Студенты, обучающиеся на педагогов, должны уметь интерпретировать проблемы учеников, содействовать их личностному развитию.

Личный опыт. Будущий педагог должен демонстрировать образцы правильного поведения, управляя собственными эмоциями и показывая, каким образом можно справляться с интенсивными эмоциональными реакциями.

Практическая работа. Развитие эмоционального интеллекта осуществляется в том случае, если будущий педагог участвует в тренингах, анализирует собственные эмоции в различных ситуациях [30].

Т. Бредберри и Д. Гриз уделяют большое внимание интервью как способу развития эмоционального интеллекта: «в прошлом, особенно социальные навыки (социальный интеллект), часто измерялись в ходе интервью. Это продемонстрировано метаанализом Хаффкатта, Конвея, Рота и Стоуна, которые рассмотрели тип конструкций, наиболее часто используемых в интервью в 47 исследованиях. В частности, социальные навыки оценивались в 27,8 процентах интервью. Более того, прикладные навыки в два раза чаще оценивались в высокой структуре интервью (интервью с описанием поведения и ситуационные интервью) по сравнению с интервью с низкой структурой (34,1% против 17,7%). По сути, интервью – это методы измерения, которые могут использоваться для оценки широкого спектра конструктов. На основе множества вопросов, связанных с работой,

интервьюируемых просят описать поведение, относящееся к конструктам, которые считаются важными. Следовательно, интервью также можно было бы использовать для измерения практического интеллекта и эмоционального интеллекта. Шмидт отмечает, как вопросы для интервью могут попытаться выявить у опрашиваемых ситуации, в которых им приходилось распознавать эмоции других, и как они справились с этим. Тем не менее, в интервью наблюдаемые образцы поведения можно наблюдать только по определенным параметрам (например, навыки межличностного общения или навыки устной коммуникации, Ван Иддекинге, Раймарк и Рот). Что касается других аспектов, кандидаты сообщают о поведении в прошлом (в интервью с описанием поведения) или предполагаемом поведении (в ситуационных интервью)» [53].

Наиболее известным подходом к развитию эмоционального интеллекта является смешанная модель Даниэля Гоулмана:

«За основу Гоулман взял модель Майера, Саловея и Карузо (восприятие, оценка и выражение эмоций, использование эмоций для повышения качества мышления, понимание, оценка эмоций). К их компонентам он добавил еще несколько – настойчивость, энтузиазм и социальные навыки. Таким образом, он объединил когнитивные способности с личностными характеристиками. Всего Д. Гоулман выделяет 5 компонентов, разделенных на более мелкие элементы.

- Самосознание – это глубокое понимание своих эмоций, сильных и слабых сторон, потребностей и побуждений. Люди с сильным самосознанием не слишком критичны и не питают нереалистичных надежд. Скорее, они честны - с самими собой и с другими.
- Саморегуляция, которая подобна непрерывному внутреннему разговору, является компонентом эмоционального интеллекта, который освобождает нас от того, чтобы быть пленниками наших чувств. Люди, вовлеченные в такой разговор, чувствуют плохое настроение и

эмоциональные порывы так же, как и все остальные, но они находят способы контролировать их и даже направлять в полезное русло.

– Есть еще одна черта, которой обладают практически все эффективные лидеры, так это мотивация. Лидеры стремятся достичь того, что превосходит ожидания – их собственные и всех остальных. Ключевое слово здесь – достичь. Многих людей мотивируют внешние факторы, такие как большая зарплата или статус, который достигается благодаря впечатляющему званию или работе в престижной компании. Напротив, те, кто обладает лидерским потенциалом, мотивированы глубоко укоренившимся желанием достигать ради достижения.

– Эмпатия – способность сопереживать человеку. Сегодня она особенно важна как компонент лидерства по крайней мере по трем причинам: широкое использование команд, быстрые темпы глобализации и растущая потребность в удержании талантов.

– Управление отношениями – умение управлять и направлять эмоции других людей» [11].

М.П. Шайдер рассматривает разные подходы исследователей к изучению эмоционального интеллекта, среди которых выделяется теория израильского психолога Р. Бар-Она. Согласно концепции Р. Бар-Она, эмоциональный интеллект представляет собой набор качеств личности, позволяющих эффективно справляться с внешними требованиями и давлением окружающей среды. Бар-Он выделил 5 ключевых областей эмоционального интеллекта, включающих 15 различных характеристик.

Первая область направлена на внутриличностную сферу – самоанализ (оценку собственного поведения и реакций), асертивность (способность открыто высказывать и защищать свое мнение без агрессии), независимость (готовность брать инициативу и ответственность на себя), самоуважение (принятие себя, знание своих достоинств и недостатков), самореализацию (постановку долгосрочных целей и реализацию личного потенциала).

Вторая область направлена на межличностную сферу – эмпатию (чувство сопереживания другим людям) и социальную ответственность (ответственное отношение к обществу и сотрудничество).

Третьей областью определяется приспособляемость человека – реалистичное восприятие мира (адекватное представление реальности), гибкость (быстрая адаптация к изменениям окружающего мира), умение решать проблемы (эффективный поиск решений возникающих трудностей).

Четвертой областью является стрессоустойчивость – стресс-толерантность (способность выдерживать трудности и неприятности) и контроль импульсов (управление собственными желаниями и действиями).

Пятая область включает в себя общее настроение – оптимизм (позитивное восприятие жизни в сложных ситуациях) и чувство счастья (ощущение удовлетворения собственной жизнью и желанием приносить радость другим).

Российский психолог И.Н. Андреева предлагает следующую структуру эмоционального интеллекта. Первым пунктом выделяет способность распознавать собственные эмоции, которые помогают лучше общаться и передавать чувства другим. Второй пункт направлен на управление эмоциями, обеспечивающими способность контролировать свои переживания ради улучшения самочувствия и здоровья. На третьем этапе И.Н. Андреева предлагает проведение работы с пониманием эмоций, связанных с глубоким самопознанием и способностью осознавать внутренние эмоциональные процессы. Четвертый этап направлен на самомотивацию, предполагающую использование эмоций для стимулирования познавательной деятельности, связанной с идентификацией, проявлением и интерпретацией чувств.

С.П. Деревянко предлагает структуру эмоционального интеллекта, которая включает следующие уровни:

- коммуникативный – интерактивность эмоций;
- гностический – познаваемость эмоций;

- эвристический – новизна эмоций.

В соответствии с этими уровнями обозначаются следующие характеристики эмоционального интеллекта:

- интроспективность – стремление к внутреннему созерцанию, систематическому и целенаправленному анализу эмоциональных переживаний, их осознанию;
- инструментальность – ориентированность на получение и применение эмоциональных знаний на практике;
- имплицитованность – доступность для внутреннего наблюдения и дифференциации эмоциональных переживаний [50].

Портретную живопись как средство развития эмоционального интеллекта применяет А.И. Копытин. Автор отмечает, что «построение эмоционального портрета, соответствующего определенным эмоциям, создание графического портрета человека, переживающего соответствующие эмоции, а также портретные фотографические изображения, «способствуют осознанию эмоций и чувств у себя и окружающих», совершенствуют навыки вербального и невербального выражения эмоций и чувств, развивают способность понимать связь между эмоциями, мыслями и действиями» [16, с. 46].

Таким образом, для развития эмоционального интеллекта (EQ) будущих педагогов необходимо проведение коррекционной работы, направленной на способность управлять собственными эмоциями и чувствами других людей, регулировать интенсивность эмоциональных состояний, влияющих на сформированность осознания собственных чувств, регулирование собственными эмоциями и эмоциями других людей, стрессоустойчивости.

1.2 Характеристика произведений живописи как средства развития эмоционального интеллекта будущих педагогов

Всестороннее развитие личности пользовалось актуальностью во все времена. С точки зрения психологии «художественное восприятие» способствует развитию личности и интеллекта, помогает осознавать эмоции, активизирует творческий процесс, о чем свидетельствуют работы философов (Аристотель, Ю.Б. Борев, Г. Гегель, И. Кант, Т. Липпс), психологов (Р. Арнхейм, Л.А. Венгер, Л.С. Выготский, В.А. Гуружапов, О.М. Попова, П.М. Якобсон) [29].

В «Толковом словаре русского языка» под редакцией Д.Н. Ушакова представлено смысловое значение слова «живопись» – «это искусство изображать предметы красками» [33]. Согласно словарю, живопись от русского «живо» и «писать» – вид изобразительного искусства, заключающийся в создании картин, живописных полотен, наиболее полно и жизнеподобно отражающих действительность.

Самым древним искусством является наскальная живопись, видоизменившаяся к наступлению современного мира в объемно-пространственные красочные изображения. До сих пор живописные произведения различных столетий пользуются популярностью: ими восхищаются, вдохновляются, изучают новые эмоции.

В античную эпоху художники стали стремиться показывать мир таким, какой он представлен в реальности. В это время зародились принципы светотени, изображения стали объемно-пространственными, производились эксперименты со средствами выразительности произведений [45]. Педагоги и философы античности большое значение стали предавать эстетическому воспитанию, чувствованию «прекрасного». Именно способность воспринимать мир через призму эстетики, можно развить духовно-нравственные качества. В Древней Греции и Древнем Риме определяли интеллектуальное и личностное развитие человека с помощью эстетического

восприятия мира, поэтому в то время уделялось большое внимание искусству – изобразительному, музыкальному, литературному и драматическому [52], [56].

По мнению П.А. Флоренского: «всякая живопись имеет целью вывести зрителя за предел чувственно воспринимаемых красок и холста в некоторую реальность, и тогда живописное произведение разделяет со всеми символами вообще основную их онтологическую характеристику – быть тем, что они символизируют. А если своей цели живописец не достиг, вообще или применительно к данному зрителю, и произведение никуда за себя самого не выводит, то не может быть и речи о нем, как о произведении искусства; тогда мы говорим о мазне, о неудаче» [47].

Советский педагог В.Н. Шацкая, продолжая развивать теорию Античного мира, дает определение термину «воспитание» как «способность целенаправленно воспринимать, чувствовать и правильно понимать, и оценивать красоту в окружающей действительности – в природе, в общественной жизни, труде, в явлениях искусства» [49].

В эпоху Возрождения большое внимание уделялось гармонии мироздания. В произведениях живописи на религиозные и мифологические, бытовые и исторические темы стали отождествлять человека как центра вселенной. Стоит также упомянуть, что степень мастерства художников достигла невероятных высот благодаря научному обоснованию линейной и воздушной перспектив, светотени.

Известные художники 19-20 веков использовали искусство для выражения своих эмоций и чувств в моменты жизненных испытаний. Например, Фрида Кало, мексиканская художница, использовала свои картины, чтобы передать свою физическую боль и эмоциональную травму, которую она пережила в результате тяжелого детства и автомобильной аварии.

Один из самых известных художников Винсент ван Гог был известен своей способностью передавать свою внутреннюю борьбу и эмоциональное напряжение через яркие цвета и грубые штрихи.

Другой известный художник Пабло Пикассо также был мастером управления эмоциями. Он использовал различные стили и техники, чтобы выразить разнообразие своих эмоций. Некоторые его работы были наполнены радостью и весельем, в то время как другие отражали его грусть и тоску.

В 21 веке особенно заметно смешение различных видов искусства, среди которых живопись играет ключевую роль [34].

Заслуженный деятель науки, профессор и доктор филологических наук В.И. Шаховский утверждает, что человек в уединении стремится прожить накопившиеся эмоции. Для каждого человека необходимо осознавать собственные эмоции во время их наступления, чтобы предотвратить отрицательные состояния впоследствии [48]. Занятия художественным искусством в свою очередь способствует уединению, раскрытию внутреннего мира человека, включая его эмоции.

Е.Р. Ибрагимова в работе «Влияние искусства (в частности, живописи) на психоэмоциональное состояние человека» утверждает, что искусство положительно влияет на работу мозга, повышает уровень серотонина, вещества, обеспечивающего передачу сигналов между нервными клетками [13].

Исследование Т.А. Титовой показало, что рассматривание живописных полотен способствует активизации части мозга – «передней островковой доли» [8].

Е.И. Игнатьев в исследовании «Влияние восприятия предмета на изображение по представлению» рассматривает восприятие искусства как процесс передачи информации автора ко зрителю: с помощью системы художественных знаков происходит «диалог понимающих».

Цвет является важнейшим средством выразительности живописи. С помощью него можно передать настроение изображения, показать определенные чувства, в том числе эмоции в произведениях живописи, ассоциации. Картины, исполненные красками, способны продемонстрировать объем и перспективу в плоскости. На листе бумаги возможно воплотить самые разнообразные идеи: раскрыть глубинные чувства человека, воспроизвести исторические события, показать эмоциональное состояние с помощью природных явлений [44].

Также немало важную роль в живописи занимают такие средства выразительности, как пятно и интенсивность мазка, фактура, рефлекс, которые как раз создают перспективу. Данные элементы позволяют сделать изображение реалистичным и достоверным.

П.Я. Гальперин разработал теорию поэтапного формирования умственных действий, где отвел большое значение анализу живописных произведений: изучение картины, формирование информации об увиденном, формулировка главной идеи картины и окончательный анализ.

Б.А. Андерсон утверждает, что портретная живопись служит средством выражения культурной идентичности: «культурные продукты национализма – поэзия, проза, музыка, пластические искусства – демонстрируют эту любовь очень ясно в тысячах различных форм и стилей».

Советский профессор, живописец и педагог Б.М. Неменский считал необходимо важным создание в школах системы эстетического воспитания. «Дело не только в том, чтобы научить детей видеть, чувствовать и понимать прекрасное в искусстве», – пишет автор, – «задача гораздо сложнее – необходимо сформировать у них умение творить прекрасное в своей повседневной деятельности, в повседневном труде, в повседневных человеческих отношениях» [31].

Н.А. Ветлугина, Л.С. Выготский, М.С. Коган, Т.С. Комарова, А.С. Макаренко, Б.М. Теплов доказали, что искусство влияет на формирование личности человека. В педагогике ценится воспитательная

составляющая в художественных произведениях искусства, так как она развивает все черты характера человека – эмоциональную и волевую, социальную и интеллектуальную [35].

Использование произведений живописи в структуре профессиональной подготовки будущих педагогов важно тем, что картины имеют множество выразительных средств для воплощения различных идей [17]. Живопись развивает творческие способности студентов, расширяет кругозор и формирует эстетический вкус.

В системе высшего педагогического образования предъявляются новые требования по подготовке специалистов, способных отвечать вызовам новой эпохи и этике полисубъектного взаимодействия, готовых к сотрудничеству, умеющих работать в команде и обладающих такими профессиональными качествами, как открытость новому, диалоговость, полиобразованность (В.П. Зинченко, Е.А. Климов, Ю.Н. Кулюткин, Е.Е. Сапогова) [26].

Председатель арт-терапевтической ассоциации А.И. Копытин подчеркивает важность портретной живописи в развитии эмоционального интеллекта. Изображение человеческих эмоций на полотне способствует лучшему пониманию собственных переживаний и эмоций других людей. Этот вид творчества стимулирует развитие как вербальных, так и невербальных способностей, помогая установить связь между эмоциями, мыслями и поступками [16]. Аналогичную позицию имеет С.И. Карпова, утверждая, что знакомство обучающихся с произведениями живописи формирует представление о личности человека и активизирует ключевые аспекты эмоционального интеллекта [14]. Ю.Ю. Березина также настаивает на регулярном использовании просмотра картин в творческой практике, считая это важным инструментом для построения цельного представления о собственной личности, развития эмоционального интеллекта и стимулирования чувственного восприятия [6].

Психолог, автор дифференциальной теории человеческих чувств, К. Изард выявил 10 базовых эмоций: радость, удивление, интерес, грусть (печаль), гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вина.

По базовым эмоциям автор данной работы составил каталог эмоций, основанный на произведениях портретной живописи. Картины точно отражают состояния людей, помогают распознавать и отличать одну эмоцию от другой. Каталог эмоций в произведениях живописи представлен в приложении А в таблице А.1.

Радость. Огюст Ренуар в «Портрете актрисы Жанны Самари» несмотря на некоторые особенности изображенной модели (полная девушка, не отличающаяся красотой) подчеркнул ее прекрасные черты: грацию, живой ум, открытый и непринужденный взгляд, лучезарную улыбку. Девушка ассоциируется с цветочком, необычным для живописного произведения образом. За счет чего у нас достигается ощущение неминуемого счастья, которое мы испытываем, глядя на это произведение [20].

Девушка, изображенная на картине Д. Левицкого «Портрет Екатерины Нелидовой» из серии «Смолянки», отличалась чрезвычайной грацией, музыкальной одаренностью, способностью к танцам и рисованию. В ноябре 1773-го драматург и поэт А.А. Ржевский даже написал «Стихи к девице Нелидовой на представление во французской опере, называемой «Служанка и госпожа» [33].

Удивление: картина «Юная девушка у окна» должна, по мнению художника Жан-Батиста Греза, воздействовать на чувства зрителя, вызывать ответную эмоциональную реакцию – сострадание, сопереживание, умиление. Чувство, а не разум ставят сентименталисты в основе мировосприятия.

«Девочка с жемчужной сережкой» Я. Вермеер – девочка на картине выглядит удивленной и зачарованной своим отражением в зеркале.

Интерес: картина «Портрет Марии Лопухиной» В. Боровиковского наполнена легкостью, нежностью, чистотой и естественностью.

Меланхоличный образ героини выделяется необыкновенно мягкими чертами лица. В ней чувствуется внутренняя гармония.

По внешним признакам картина З. Серебряковой «Автопортрет в костюме Пьеро» схожа с изображениями серебряного века. Произведение символизирует эмоцию (интерес) к юношеским играм.

Грусть (печаль). «Мона Лиза» Леонардо да Винчи – хотя эмоции Моны Лизы трудно прочесть однозначно, многие видят в ее улыбке нотки таинственной грусти.

В картине «Неутешное горе» И. Крамской предельно скуп на внешние отображения с помощью художественных средств выразительности человеческих эмоций. Основное выражение чувств передается через глаза героини и положения рук. Женщина одной рукой прикрывает губы платком, вторая рука безвольно лежит внизу. Ее взгляд кажется погруженным в глубокие раздумья, наполненные неизбывной скорбью.

Гнев: в картине А. Турчи «Иаиль и Сисара», созданная около 1610 года, безжалостная патриотка Иаиль забивает молотком военачальника вражеского ханаанского войска Сисару, усыпив его бдительность своим гостеприимством. Ее поступок позволил израильтянам сбросить бремя рабства. В эпоху Возрождения Иаиль считалась примером тираноубийцы. Художникам нравилось подчеркивать женственность Иаиль на контрасте с тем действием, которое она собирается совершить.

Жак де л'Анж в серии «Семь смертных грехов» выделил в отдельное произведение «Гнев». На картине изображен Петр I с супругой, пытающейся успокоить его, однако царь пребывает в состоянии аффекта, неконтролируемой эмоции.

Отвращение: картина Мартинуса Рербю «Мизантроп» создана в 1831 году. Здесь представлен идущий мужчина с тростью, мимикой показывающий отвращение к происходящему, которое остается за кадром.

На картине Адриана Брауэра «Горький напиток» изображена реакция крестьянина после употребления крепкого напитка.

Презрение. картина И. Крамского «Неизвестная» представляет собой образ молодой женщины, сидящей в открытой карете на Невском проспекте рядом с Аничковым дворцом. За ее правым плечом можно увидеть силуэт Александрийского театра. Женщина облачена в наряд, соответствующий последним тенденциям моды 1880-х годов: элегантная бархатная шляпа с перьями, мехом и лентами, теплая муфта и изящные кожаные перчатки. Ее взгляд одновременно величественный, загадочный и слегка печальный.

Картина Паоло Веронезе «Презрение» – одна из четырех аллегорий любви. Божество любви Амур в ярости. Любовь женщины отвергнута. Безответственное поведение мужчины не может вызывать у противоположного пола ни любви, ни уважения. Об этом говорит полный презрения взгляд и красноречивая поза одной из женщин, стоящих у дерева. Веронезе художественным языком сумел выразить не только действие, но и психологическую картину происходящего.

Страх на картине Караваджо «Медуза», изображена отрубленная голова медузы, персонажа из греческого мифа. Художник заменил лицо медузы своим собственным, что позволило ему позиционировать себя неуязвимым для ее рокового взгляда. Глаза лица медузы расширены, брови нахмурены, рот приоткрыт. Из перерезанной шеи льется кровь.

В картине Гюстава Курбе «Человек, обезумевший от страха» герой стоит у края пропасти и демонстрирует аналогичные жесты страха, шока и нависшей угрозы провала.

Стыд. «Адам и Ева изгоняются из Рая» Масаччо – на этой картина изображены Адам и Ева, чувствующие стыд и сожаление за свою греховность и изгнание из рая.

«Портрет Амбруаза Воллара» Пабло Пикассо создан из соединения геометрических элементов в единое изображение – данный прием способствует передачи напряжения. Воллар будто воспроизведен из осколков треснувшего зеркала (символ тревоги, и беспокойства, вины).

Вина. «Самсон и Далила» Пьера-Поля Рубенса – на этой картина изображен Самсон, испытывающий чувство вины за то, что его предала Далила.

Картина И. Репина «Иван Грозный и сын его Иван 16 ноября 1581 года» изображает эпизод из жизни Ивана Грозного, когда он в сильном гневе якобы нанес смертельный удар своему сыну царевичу Ивану.

Таким образом, теоретический анализ исследования позволил сделать вывод о том, что произведения живописи способны развивать эмоциональный интеллект студентов педагогических направлений подготовки. Картины, с помощью художественных средств выразительности, усиливают восприятие эмоциональных реакций других людей, а также с помощью просмотра произведений живописи легче осознавать собственные эмоции.

Выводы по первой главе.

Теоретический анализ исследования показывает актуальность выдвинутой проблемы. Студенты педагогических направлений подготовки, обладающие недостаточно развитым эмоциональным интеллектом, подвержены стрессу, который приводит к выгоранию. Развитие эмоционального интеллекта (EQ) требует периодической практики и комплексного подхода в соответствии с показателями EQ.

В рамках теоретического анализа мы определили компоненты и механизмы, формирующие осознание собственных чувств и регулирование собственных эмоций и эмоций других людей, критерии оценки и особенностей развития эмоционального интеллекта будущих педагогов.

В ходе анализа различных подходов и моделей развития эмоционального интеллекта, были определены составляющие и пути реализации произведений живописи для развития эмоционального интеллекта студентов педагогических направлений подготовки.

Произведения живописи, в условиях нашего исследования, мы будем рассматривать как средство коррекционно-развивающего процесса, направленный на целостную и системную работу по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов. Просмотр картин известных художников способствует развитию коммуникативных навыков, повышает уровень эмпатии, которые важны будущему педагогу для профессиональной деятельности. Теоретически определен перечень картин: О. Ренуар «Портрет актрисы Жанны Самари», Д. Левицкий «Портрет Екатерины Нелидовой», Ж. Грез «Юная девушка у окна», Э. Мунк «Крик», В. Боровиковский «Портрет Марии Лопухиной», З. Серебрякова «Автопортрет в костюме Пьеро», Ф. Лейтон «Биондина», И. Крамской «Неутешное горе», А. Бронзино «Нигрето», Ж. Анж «Гнев, М. Рербю – полотно без названия, А. Брауэр «Горький напиток», И. Крамской «Неизвестная», И. Репин «Портрет композитора Мусоргского», Караваджо «Медуза», Г. Курбе «Отчаяние», М. Врубель «Шестикрылый Серафим», П. Пикассо «Портрет Амбруаза Воллара», И. Репин «Ленский в роли Петруччио», И. Репин «Иван Грозный и сын его Иван».

Теоретические положения, рассмотренные в данной части исследования, являются предпосылками для разработки методики с применением произведений живописи для развития эмоционального интеллекта будущих педагогов.

Глава 2 Экспериментальная работа по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи

2.1 Изучение уровня сформированности эмоционального интеллекта будущих педагогов

Опытно-экспериментальная работа опирается на исследования Л.С. Выготского и Ч. Дарвина об эмоциональных состояниях, теории множественного интеллекта Г. Гарднера, теоретических разработках и моделях эмоционального интеллекта Р. Бар-Она, Д. Гоулмана, Д. Карузо, Дж. Майера, П. Саловея, исследованиях внутриличностных и межличностных качеств EQ по Д.В. Люсину, Д.В. Ушакову, трудах Е.П. Ашировой и А.А. Денисовой об эмоциональном интеллекте как факторе готовности к профессиональной деятельности педагога.

Констатирующий эксперимент проводился на базе ФГБОУ ВО «Тольяттинского государственного университета» на кафедре «Педагогика и психология». Выборку исследования составили 20 студентов, обучающихся на педагогических направлениях подготовки. В таблице Б.1 приложения Б представлен списочный состав испытуемых, принявших участие в эксперименте.

Целью констатирующего эксперимента исследования является развитие эмоционального интеллекта студентов – будущих педагогов.

Задачи констатирующего эксперимента:

- определить показатели сформированности эмоционального интеллекта будущих педагогов и подобрать диагностические методики в соответствии с показателями;
- выявить уровень эмоционального интеллекта студентов;
- провести качественный и количественный анализ результатов.

На сегодняшний день существует несколько моделей диагностики, по выявлению эмоционального интеллекта – Д. Карузо, Д.В. Люсина, Дж. Майера и П. Саловея, смешанные модели Р. Бар-Она и Д. Гоулмана. Наше исследование опирается на модель эмоционального интеллекта Р. Бар-Она, которая объединяет компоненты эмоционального интеллекта в единой структуре. Показателями эмоционального интеллекта модели Бар-Она, выступают самоосознание собственных чувств, управление собственными чувствами, управление эмоциями других людей, мотивация, эмпатия, стрессоустойчивость, адаптивность. Подход Р. Бар-Она обеспечивает комплексный взгляд на структуру эмоционального интеллекта: позволяет оценить индивидуальные особенности испытуемых, включает измеримые показатели, применяется в различных сферах, в том числе в образовательных учреждениях.

Обоснованием выбранных показателей эмоционального интеллекта, представленных в таблице 1, также служат определения ученых о компонентах эмоционального интеллекта, которые представлены ниже.

Таблица 1 – Диагностическая карта констатирующего эксперимента

Показатель	Методика
Эмоциональная осведомленность собственных эмоций	Шкала дифференциальных эмоций К. Изарда
Управление своими эмоциями	Регулирование и управление эмоциями М. Девиса (шкалы «Регулирование собственными эмоциями» / «Регулирование эмоциями других людей»)
Управление эмоциями других	
Мотивация	Мотивация успеха и боязнь неудач А.А. Реана
Эмпатия	Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии И.М. Юсупова
Управление стрессом (терпимость, контроль импульсивности)	Тест самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона
Адаптивность (тестирование реальности, приспособляемость, принятие решений)	Многоуровневый личностный опросник Адаптивности А.Г. Маклакова

Эмоциональная осведомленность. Дэниель Гоулман: «Способность осознавать свои собственные чувства». Формулировка показателя: знание своих эмоций и их влияние на поведение [12].

«Шкала дифференциальных эмоций» К. Изарда выявляет собственные доминирующие эмоции человека, интенсивность их возникновения.

Управление своими эмоциями. Питер Саловей и Джон Майер: «Совокупность способностей, связанных с управлением эмоциями». Формулировка показателя: умение контролировать и модифицировать свои эмоциональные реакции [57].

Управление эмоциями других. Рувен Бар-Он: «Некогнитивная способность... включать управление эмоциями других» [51]. Формулировка показателя – умение поддерживать позитивные настроения у окружающих.

Методика М. Девиса со шкалами «Регулирование собственными эмоциями», «Регулирование эмоциями других людей» показывает, как будущий педагог контролирует эмоциональные состояния у себя и у других».

Мотивация. Роберт Купер и Ян Флеминг: «Комплексная способность... включая мотивацию себя и других» [51]. Формулировка показателя: умение находить внутреннюю мотивацию для достижения целей.

Диагностика «Мотивация успеха и боязнь неудач» А.А. Реана позволяет определить к чему направлена мотивация диагностируемого – к успеху или неудаче.

Эмпатия. Ховард Гарднер: «Внутренняя способность... социальная осведомленность» [54]. Формулировка показателя: умение сочувствовать и сопереживать другим.

Методика уровня поликоммуникативной эмпатии И.М. Юсупова определяет способность сочувствия и сопереживания учителя к окружению.

Управление стрессом (терпимость, контроль импульсивности). Жозель Жануар: «Способность регулировать эмоции в управлении стрессом» [23]. Формулировка показателя: Умение справляться с негативными эмоциями и стрессовыми ситуациями.

Тест самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона определяет уровень воспринимаемого стресса будущим педагогом.

Адаптивность (тестирование реальности, приспособляемость, принятие решений). Д. Гоулман: «Способность... управлять своим мышлением и действиями» [12]. Формулировка показателя: умение быстро приспосабливаться к новым ситуациям и изменениям.

«Многоуровневый личностный опросник адаптивности» А.Г. Маклакова изучает адаптивные возможности студента педагогического направления подготовки.

Показатель «Эмоциональная осведомленность собственных эмоций» оценивается по четырем степеням проживания эмоций – «слабо», «умеренно», «выраженно», «сильно».

Оценка показателей «Управление своими эмоциями» и «Управление эмоциями других» разграничивается значениями – «необходимо улучшать», «средне», «хорошо», «блестяще».

Определение мотивации студентов – будущих педагогов оценивается с помощью четырех значений: «определенная тенденция мотивации на неудачу», «мотивационный полюс не выражен», «определенная тенденция мотивации на успех» и «выраженная мотивация на успех».

Показатели «Эмпатия» и «Управление стрессом» оцениваются по трем уровням – низкий, средний, высокий.

Оценка показателя «Адаптивность» производится по пяти критериям: «сниженный», «заниженный», «удовлетворенный», «хороший», «отличный».

Результаты же всех показателей можно обобщить по 3 уровням: низкий («слабо выраженный», «необходимо улучшать», «определенная тенденция мотивации на неудачу», «сниженный», «заниженный»), средний («умеренно», «выраженно», «хорошо», «мотивационный полюс не выражен», «определенная тенденция мотивации на успех», «удовлетворенный») и высокий («сильно выражено», «блестяще», «выраженная мотивация на успех», «хороший» в показателе «Адаптивность», «отличный»).

После того, как были подобраны и обоснованы методики, направленные на диагностику уровня эмоционального интеллекта, они были применены на практике на будущих педагогах. Характеристики диагностического инструментария и результаты представлены ниже.

Диагностическая методика 1. «Шкала дифференциальных эмоций» (К. Изард).

Цель: выявить уровни сформированности осознания собственных эмоций.

Материалы: бланк теста-опросника.

Ход работы. Индивидуально каждому респонденту предлагают заполнить опросник. В опроснике с целью выявления частоты переживания собственных эмоций, студентам выдается 30 слов, отражающих эмоциональные переживания: «внимательный, наслаждающийся, удивленный, унылый, взбешенный, чувствующий омерзение, презрительный, пугающий, застенчивый, сожалеющий, концентрированный, счастливый, изумленный, печальный, гневный, чувствующий отвращение, пренебрегающий, страшный, робкий, виноватый, собранный, радостный, пораженный, сломленный, безумный, чувствующий неприязнь, надменный, сеющий панику, стыдливый и раскисающийся». Данные эмоциональные переживания нужно оценить по степеням «переживание в максимальной форме», «сильное переживание», «выраженное умеренно», «выраженное незначительно» или «отсутствие переживания». С помощью этих вопросов и ответов формируются результаты, представленные на рисунке 1, отражающие уровень позитивных, негативных и тревожных эмоций у опрошенных.



Рисунок 1 – Результаты сформированности дифференциальных эмоций

Проанализируем диагностическую методику 1.

Данная диагностическая методика выявляет уровни позитивных, негативных и тревожных эмоций.

Высокий уровень позитивных эмоций зафиксирован у 80% (16) человек. Опрошенные испытывают «сильную» и «выраженную» степени переживание положительных эмоций. Студентам могут быть характерны смех, громкое высказывание своего мнения.

Средний уровень был выявлен у 20% (4) респондентов, что обуславливает их «умеренное» проявление положительных эмоций. Такие студенты могут быть тихими, спокойными и уравновешенными. Однако они могут быть подвержены небольшому подавлению собственных положительных эмоций, так как сильные чувства могут их настораживать.

В целом позитивные эмоции не вызывают у респондентов тревожных мыслей, их легко проживать в повседневных обстоятельствах жизни.

По сравнению с позитивными эмоциями – негативные эмоции студентам сложнее выражать без разрушительного влияния на собственное состояние.

Высокий уровень переживания собственных негативных эмоций зафиксирован у 5% (1) человек. Студентка Ксения Ф. хорошо справляется с данными эмоциями, так как обладает «слабой» их проявленностью – не акцентирует на них внимание.

Средний уровень определен у 7 (35%) респондентов. Будущие педагоги, обладающие данным уровнем, имеют «умеренную» форму выражения гнева и других негативных эмоций.

Низкий уровень выявлен у 12 (60%) человек. Студенты испытывают негативные эмоции «выраженно» и «сильно», подвержены частому испытанию отрицательных эмоций, которые могут возникать вследствие стрессовых ситуаций.

Тревожные эмоции также негативно влияют на внутреннее состояние респондентов.

Высоким уровнем обладают 2 (10%) студента. Испытуемые «слабо» испытывают тревожные эмоции или вообще им не подвержены (Анастасия П. и Ксения Ф.).

Средний уровень переживания тревожных эмоций зафиксирован у 4 (20%) респондентов. Студенты «умеренно» выражают данные эмоции.

Низкий уровень переживания тревожных эмоций определен у 14 (70%) человек. Опрошенные «выраженно» и «сильно» испытывают эмоции, часто могут быть подавлены и находиться в угнетенном настроении.

Диагностическая методика 2. Шкала «Регулирование собственными эмоциями» (М. Девис).

Цель: определить уровень сформированности регулирования собственными эмоциями.

Материалы: бланк теста-опросника.

Ход работы. Опросник состоит из 20 вопросов, в которых участники выявляют преобладающее настроение, их возможность контролировать собственное состояние или способность поддержать коллегу в трудной ситуации. На вопросы (например, «Я позволяю эмоциям одержать надо мной

верх») представлены такие варианты ответов, как «это никогда не верно по отношению ко мне», «это редко бывает верно по отношению ко мне», «это иногда бывает верно по отношению ко мне», «это часто бывает верно по отношению ко мне» и «это всегда верно по отношению ко мне». Тестирование позволяет определить, как будущие педагоги регулируют на собственные эмоции. На рисунке 2 представлены результаты.

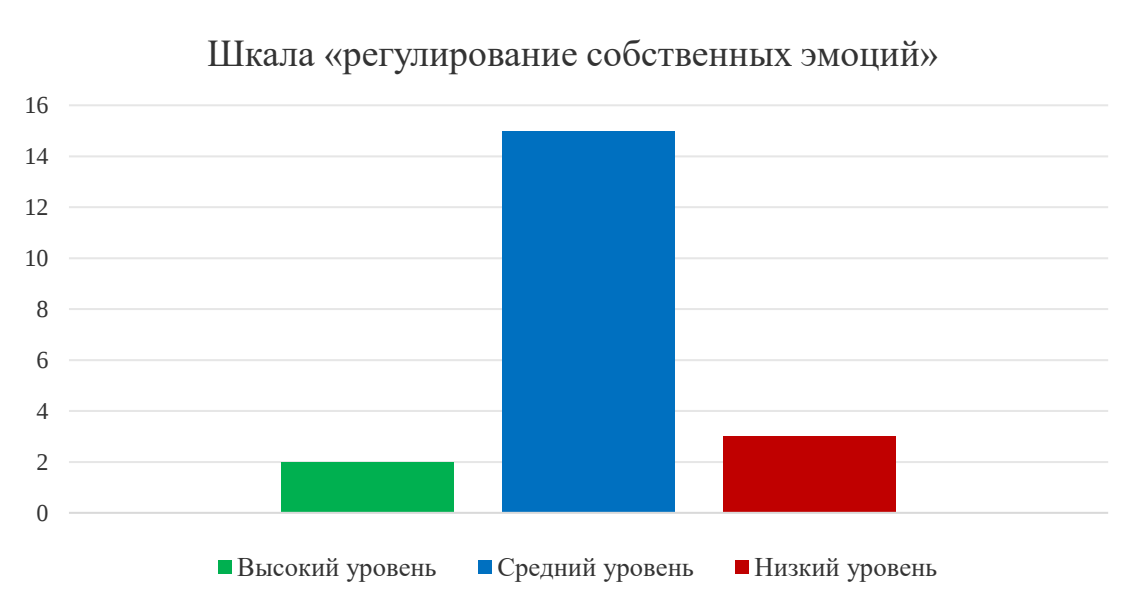


Рисунок 2 – Данные выявления сформированности умения регулировать собственные чувства

Проанализируем диагностическую методику 2.

Высокий уровень эмоционального регулирования собственных эмоций выявлен нами у 2 (10%) человек. Анна Ж. и Ксения К. «блестяще» распознают собственные эмоции, что помогает им справляться с трудностями.

Средний уровень сформированности регулирования собственных эмоций определен у 15 (75%) опрошенных. Студенты обладают «средним» и «хорошим» результатом. Респонденты достаточным образом контролируют эмоции, но, чтобы сохранять стабильность, студентам нужно развивать EQ.

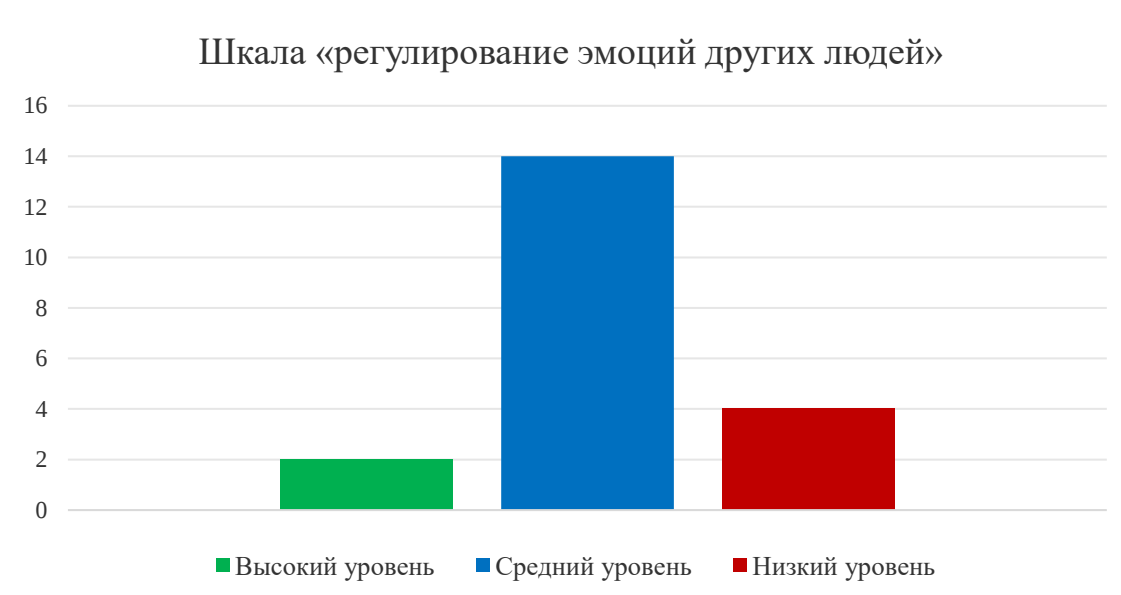
Низкий уровень сформированности регулирования собственных эмоций выявлен у 3 (15%) человек, что свидетельствует о «необходимости улучшить» показатель Арине С, Лилии Ш и Марии К.

Диагностическая методика 2. Шкала «Регулирование эмоций других людей» (М. Дэвис).

Цель: определить уровень сформированности у студентов регулирования эмоциями других людей.

Материалы: бланк теста-опросника.

Ход работы. В опроснике способность контроля над эмоциями других людей выявляется следующими вопросами: «Когда другие сердятся, я умею хорошо их успокоить», «Мне не очень хорошо удается расслаблять своих друзей, когда они в состоянии стресса», «Если коллеги устали и разочарованы, я могу их ободрить и вернуть мотивацию у работе», «Когда кому-то плохо, я не очень хорошо умею подбодрить», «Я умею эффективно использовать юмор, чтобы разрядить эмоциональные ситуации», «Когда я пытаюсь успокоить разгневанного человека, получается хуже», «Я не знаю, что сказать человеку, находящемуся в депрессии», «Мне трудно мотивировать других людей» и «Когда двое моих друзей ссорятся, мне хорошо удается разрядить обстановку». Высказывания с разных сторон на похожие ситуации позволяют выявить степень честности опрошенного. Ознакомиться с результатами методики можно на рисунке 3.



**Рисунок 3 – Результаты сформированности умения
регулировать эмоции других людей**

Высокий уровень эмоционального регулирования эмоциями других людей зафиксирован у 2 (10%) человек. Анна Ж. и Алена А. «блестяще» распознают эмоции других людей, что помогает им прогнозировать намерения других людей.

Средний уровень сформированности регулирования эмоциями других людей выявлен у 14 (70%) опрошенных. Студенты обладают «средним» и «хорошим» результатом. Респонденты достаточным образом контролируют эмоции других людей, но подвержены ошибочной интерпретации эмоций других людей.

Низкий уровень сформированности регулирования эмоциями других людей определен у 4 (20%) человек, что свидетельствует о «необходимости улучшить» показатель Анне С, Арине С. и Елене М.

Диагностическая методика 3. «Мотивация успеха и боязнь неудач» (А. Реан).

Цель: выявить уровень сформированности у студентов отношения к удаче и боязни неудач.

Материалы: бланк теста-опросника.

Ход работы. Опросник имеет наполнение 20 вопросами, отражающими оптимизм, активность, инициативность, ответственность в выполнении заданий, склонность к недооценке или переоценке своих успехов, владение тайм-менеджментом, результат деятельности в условиях ограниченного времени. Полученные уровни мотивации отражены на рисунке 4.

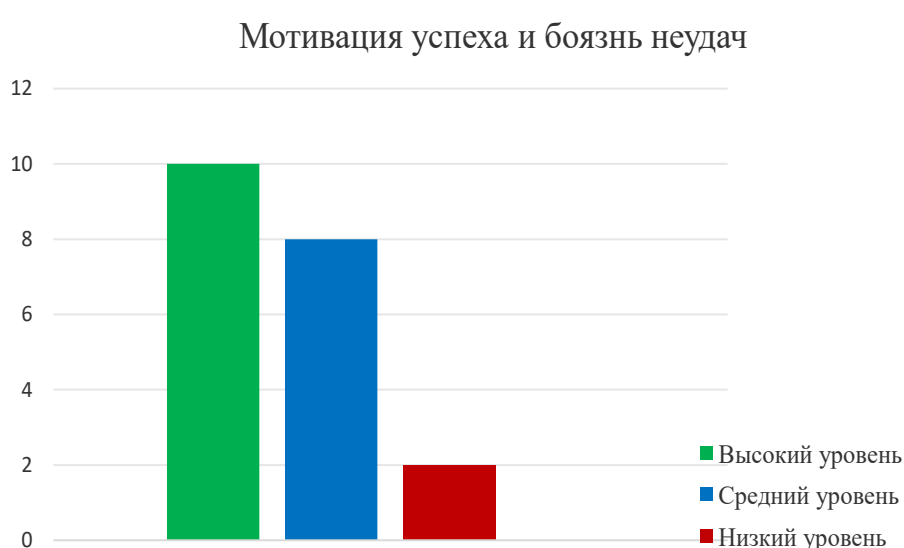


Рисунок 4 – Результаты сформированности мотивации успеха и боязнь неудач

Проанализируем диагностическую методику 3.

Высокий уровень зафиксирован у 10 (50%) опрошенных. Студенты имеют «выраженную мотивацию на успех».

Средний уровень определен у 8 (40%) человек. «Мотивационный полюс не выражен» у будущих педагогов.

Низкий уровень выявлен у 2 (10%) респондентов. Арина С и Елена М в ходе констатирующего эксперимента имели «определенную тенденцию мотивации на неудачу».

Диагностическая методика 4. Субтест «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии» (И. Юсупов).

Цель: определить уровень сформированности эмпатии испытуемых.

Материалы: бланк теста-опросника.

Ход работы. В опроснике звучат типы вопросов, оценивающих отношение к престарелым людям, к родителям, к животным, к детям, к героям произведений и к незнакомым людям. Полученные данные можно посмотреть на рисунке 5.

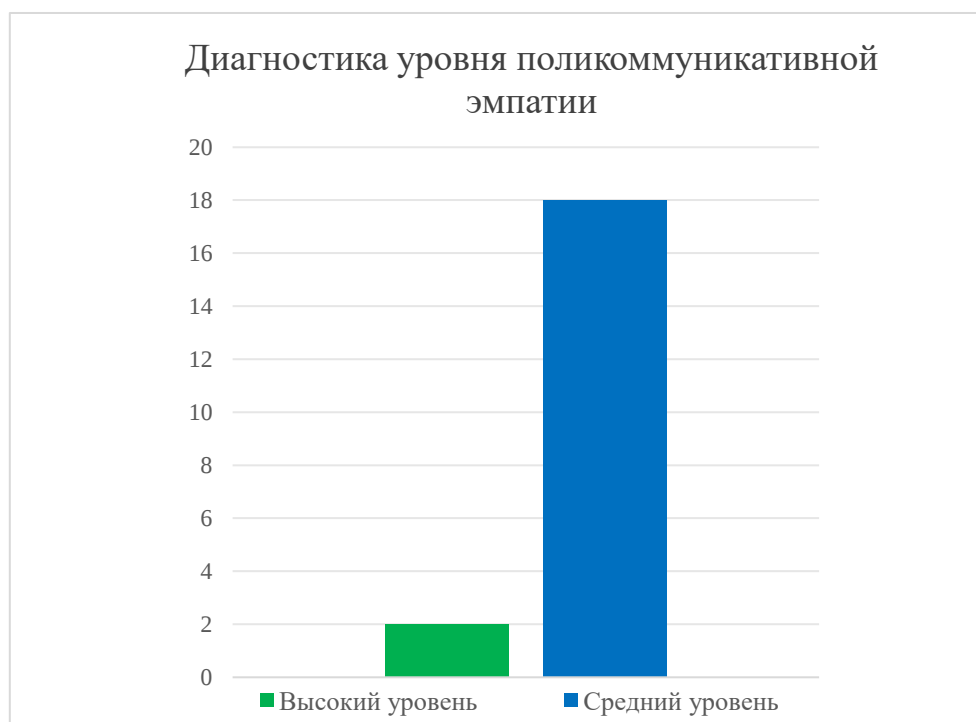


Рисунок 5 – Результаты сформированности поликоммуникативной эмпатии

Проанализируем диагностическую методику 4.

Высокий уровень эмпатии выявлен у 2 (10%) респондентов. Анна Ж. и Арина С. обладают высоким показателем эмпатии к животным и людям.

Средний уровень эмпатии зафиксирован у 18 (90%) студентов.

Результаты диагностики эмпатии будущих педагогов оптимистичные, значит студенты способны оказывать поддержку другим людям, им не безразличны чувства окружающих, что немало важно в профессии «человек-человек».

Диагностическая методика 5. «Самооценка стрессоустойчивости» (С. Коухен и Г. Виллиансон).

Цель: выявить уровень сформированности воспринимаемого стресса студентами – будущими педагогами.

Материалы: бланк теста-опросника.

Ход работы. Опросник показывает степень предрасположенности опрошенного к стрессу. Диагностическая методика состоит из 14 положительных и отрицательных высказываний по типу «Вы чувствовали уверенность в своей способности справляться с личными проблемами? / «Вы чувствовали, что вам не преодолеть всех скопившихся трудностей?», которые измеряются студентом такими вариантами ответа, как «никогда», «почти никогда», «иногда», «часто» и «очень часто». Результаты представлены на рисунке 6.

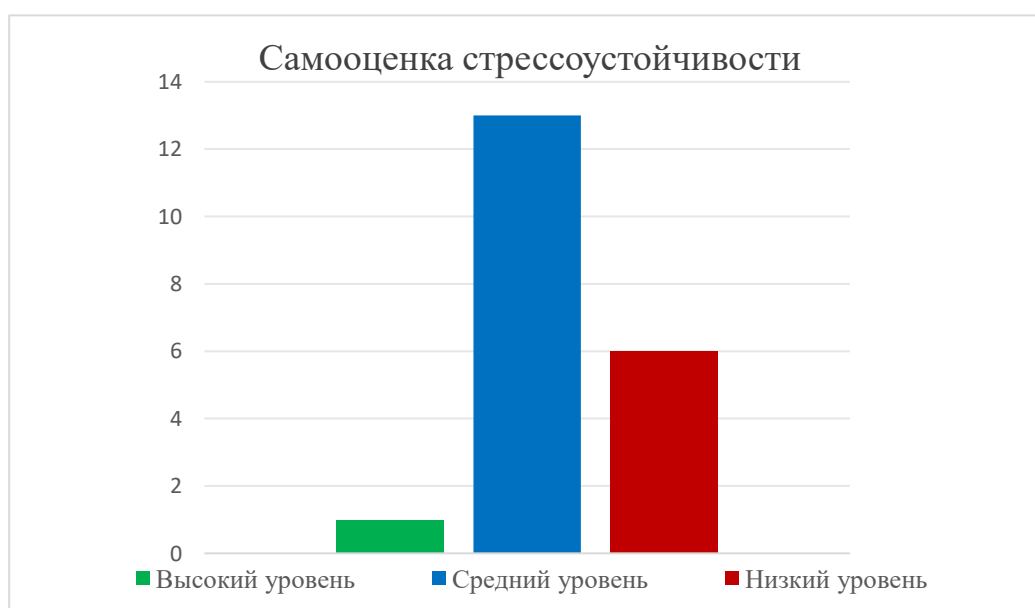


Рисунок 6 – Результаты выявления стрессоустойчивости

Проанализируем диагностическую методику 5.

Высокий уровень сформированности стрессоустойчивости выявлен у 1 (5%) респондента. Анна Ж. легко справляется с проблемами и не подвержена стрессу.

Средний уровень сформированности стрессоустойчивости зафиксирован у 13 (65%) человек. Студенты испытывают стресс в умеренной степени.

Низкий уровень сформированности стрессоустойчивости определен у 6 (30%) респондентов. Студенты подвержены напряжению и сильной степени стресса.

Результат показывает, что проблема эмоциональной неустойчивости учителей начинает проявляться в годы обучения в университете и нарастает в профессиональной деятельности на рубежах 1 года, 3 лет, 5-7 и 12-15 лет.

Диагностическая методика 6. «Многоуровневый личностный опросник Адаптивности» (А.Г. Маклаков).

Цель: определить уровень адаптивности студентов педагогических направлений к непредвиденным ситуациям.

Материалы: бланк теста-опросника.

Ход работы включает совокупность тестовых заданий «Многоуровневого личностного опросника Адаптивности» А. Маклакова включает высказывания «Бывает, я сержусь», «Мне кажется, что меня никто не понимает», «Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать», «У меня бывают часто странные и необычные переживания», «Обычно я считаю, что жизнь стоящая штука», имеет 2 варианта ответа – «да» и «нет». Субтест демонстрирует 80% отрицательный показатель, который подтверждает, что стресс и боязнь неизвестности пугают студентов. Результаты полученного исследования продемонстрированы на рисунке 7.



Рисунок 7 – Результаты выявления адаптивности

Проанализируем диагностическую методику 6.

Высокий уровень сформированности адаптивности выявлен у 1 (5%) человека. Студентка Ксения К. обладает «хорошим» результатом опросника и способна легко вливаться в неизвестную обстановку.

Средний уровень сформированности адаптивности зафиксирован у 1 (5%) студента. Алена А. в ходе констатирующего эксперимента обладала «удовлетворенным» результатов.

Низкий уровень сформированности адаптивности определен у 18 (90%) респондентов. Опрошенные имеют нервно-психическую неустойчивость. Результат указывает на подавленное эмоциональное состояние будущих педагогов, что может привести к психологическим проблемам и проблемам благополучия здоровья.

Проанализировав результаты всех диагностических методик, выявлен низкий, средний и высокий уровень развития эмоционального интеллекта у будущих педагогов. С результатами констатирующего эксперимента можно ознакомиться на рисунке 8.

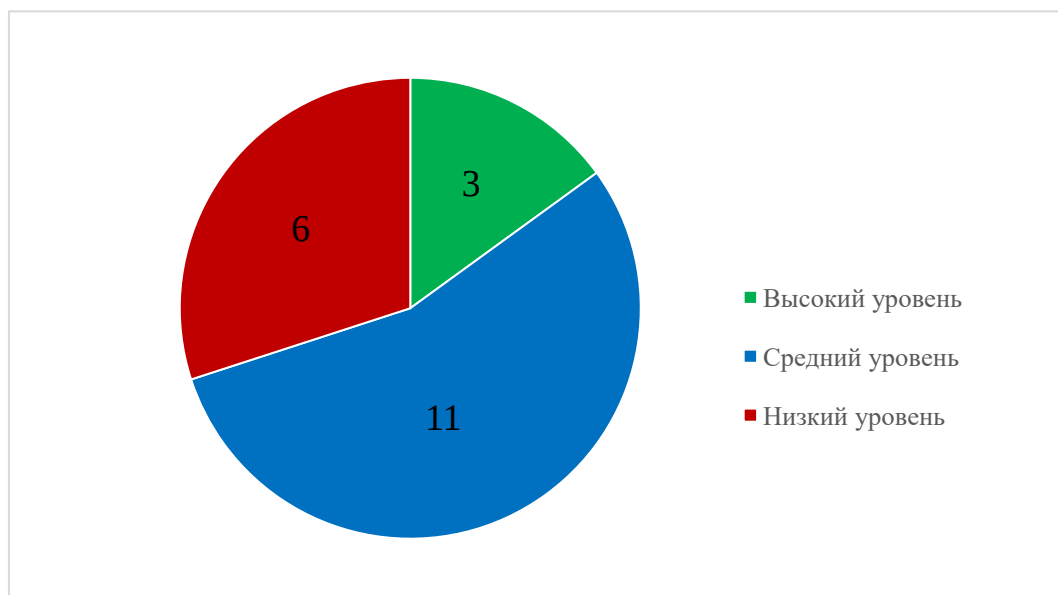


Рисунок 8 – Результаты констатирующего эксперимента

Высокий уровень сформированности эмоционального интеллекта определен у 3 (15%) человек.

Средний уровень сформированности эмоционального интеллекта зафиксирован у 11 (55%) студентов.

Низкий уровень сформированности эмоционального интеллекта выявлен у 6 (30%) человек.

В ходе формирующего и контрольного эксперимента планируется повысить значения уровня EQ студентов педагогических направлений подготовки.

Таким образом, на этапе констатирующего эксперимента подобран и проведен критериально-диагностический инструментарий. В ходе исследования было выявлено: 95% студентов подвержены к стрессам и низкой адаптации к новым обязанностям. Большинство опрошенных в выраженной степени испытывают базовые эмоции в негативных и тревожных аспектах. Более оптимистичные результаты будущие педагоги показали по субтестам «Мотивация успеха и боязнь неудач» и «Диагностика уровня поликоммуникативной эмпатии», однако навыки сформированности

осознания и регулирования собственными эмоциями и чувствами других людей следует развивать.

2.2 Содержание и организация работы по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов с использованием произведений живописи

Полученные результаты в ходе констатирующего эксперимента подтверждают необходимость внедрения в высшие учебные учреждения методик по развитию эмоционального интеллекта студентов, обучающихся на педагогических направлениях подготовки. Методом коррекционно-развивающей работы мы предлагаем применять произведения живописи.

На констатирующем этапе эксперимента мы определили экспериментальную группу, включающую 20 студентов – будущих педагогов ФГБОУ ВО «Тольяттинского государственного университета». Возраст испытуемых варьировался от 20 до 49 лет (дефектологи-бакалавриаты 2 курса обучения и магистранты 2 курса обучения направления подготовки «Практическая психология в образовании»).

Целью формирующего этапа экспериментальной работы является разработать и экспериментально проверить содержание методики развития эмоционального интеллекта будущих педагогов с помощью внедрения произведений живописи.

Исходя из выдвинутой гипотезы определены этапы работы по развитию эмоционального интеллекта студентов педагогических направлений подготовки.

В ходе эксперимента были поставлены следующие задачи:

- разработать содержание методики по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи;

- включить в практику разработанное содержание методики по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов с помощью произведений живописи.

Формирующий этап эксперимента включал в себя 2 этапа: конструктивно-проектировочный и организационно-деятельностный.

1 этап – конструктивно-проектировочный (подготовительный) – на данном этапе был осуществлен отбор содержания методики по развитию эмоционального интеллекта с помощью живописи.

На данном этапе мы поставили задачи:

- определить блоки работы со студентами – будущими педагогами с учетом выявленных в ходе констатирующего эксперимента результатов развития эмоционального интеллекта по его компонентам.
- конкретизировать формы и содержание деятельности педагога-психолога со студентами в соответствии с блоками.

Основными направлениями данного содержания стали выявленные нами задачи:

- умение называть, характеризовать, описывать и объяснять причинно-следственные связи между развитием эмоционального интеллекта и произведений живописи;
- умение прогнозировать и объяснять изменение предметов и объектов в результате воздействия на них человека или их взаимодействия с использованием научных знаний;
- умение использовать данные для формулировки выводов, умозаключений на основе данных из разных источников.

2 этап – организационно-деятельностный (основной) – данный этап направлен на реализацию запланированных видов деятельности, направленных на развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов. В рамках работы на данном этапе нами было определено 6 блоков работы со студентами в соответствии с каждым из показателей эмоционального

интеллекта. В каждом блоке реализовывались определенные задачи, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Содержание блоков программы по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи

№ блока	Блок занятий	Задачи, поставленные в блоке	Форма аттестации (контроля)
1	Распознавание эмоций	Умение осознавать собственные эмоции с помощью портретной живописи с изображением на картинах «радости», «интереса», «удивления», «страха», «печали», «вины», «стыда», «гнева», «отвращения» и «презрения»	лекция просмотр и анализ работ беседа
2	Прогнозирование намерений других людей	Владение знанием о вербальных и невербальных сигналах, их применение в контексте ситуации и с учетом социальных норм	лекция практическая работа беседа
3	Эмпатия (мотивация и желания других людей)	Умение распознавать мотивы других людей с помощью просмотра пейзажной живописи	лекция творческая работа беседа
4	Собственные эмоции	Умение распознавать собственные эмоции	лекция творческая работа
5	Управление собственными эмоциями	Способность регулировать собственные эмоции с помощью применения художественных материалов для создания собственного произведения живописи	лекция творческая работа
6	Управление эмоциями других людей	Владение умением регулировать эмоции других людей с помощью воздействия рассказом с применением картин	просмотр и анализ работ творческая работа беседа

Констатирующий эксперимент показал, что большинство студентов (55%) обладало средним уровнем эмоционального интеллекта, 30% испытуемых имело низкий уровень, и только 15% студентов с высоким

уровнем EQ. Эти данные свидетельствуют о необходимости проведения работы по развитию эмоционального интеллекта у будущих педагогов.

Мы предположили, что развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи будет результативным, если:

- отобраны произведения живописи, способствующие развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов;
- определена методика развития эмоционального интеллекта будущих педагогов, включающая системное использование произведений живописи: от анализа портретов до моделирования ситуаций с помощью «оживления картин».

В формирующем эксперименте были определены направления работы (осознание собственных чувств, регулирование эмоциями, определение намерений других людей, эмпатия, стрессоустойчивость и адаптивность), которые соответствовали показателям сформированности эмоционального интеллекта. Рассмотрим каждое направление.

Первый этап исследования был посвящен работе с портретной живописью. Автором был сформирован тематический каталог, включающий произведения, отражающие 10 базовых эмоциональных состояний. Каталог представлен в приложении А. Каждая картина сопровождалась подробным описанием, раскрывающим ее эмоциональный контекст. В работу по развитию эмоционального интеллекта включили следующие произведения: О. Ренуар «Портрет актрисы Жанны Самари», Д. Левицкий «Портрет Екатерины Нелидовой», Ж. Грез «Юная девушка у окна», Э. Мунк «Крик», В. Боровиковский «Портрет Марии Лопухиной», З. Серебрякова «Автопортрет в костюме Пьеро», Ф. Лейтон «Биондина», И. Крамской «Неутешное горе», А. Бронзино «Нигрето», Ж. Анж «Гнев», М. Рербю – полотно без названия, А. Брауэр «Горький напиток», И. Крамской «Неизвестная», И. Репин «Портрет композитора Мусоргского», Караваджо «Медуза», Г. Курбе «Отчаяние», М. Врубель «Шестикрылый Серафим»,

П. Пикассо «Портрет Амбруаза Воллара», И. Репин «Ленский в роли Петруччио», И. Репин «Иван Грозный и сын его Иван 16 ноября 1581 года».

В ходе занятий студенты анализировали отобранные произведения, фокусируясь на распознавании и осмыслении собственных эмоциональных реакций. Интересно, что интерпретации одних и тех же картин варьировались у разных участников, что способствовало обсуждению широкого спектра жизненных ситуаций и персонального опыта. Например, выражение эмоции «радость» посредством ярко выраженной улыбки вызвало затруднения в восприятии у студенток Анны С. и Юлии Б., поскольку такая форма проявления эмоций оказалась им непривычной. Это связано с личным опытом и индивидуальными особенностями студенток относительно выражения чувств. Интенсивная демонстрация позитивных эмоций была воспринята как чрезмерная, что создавало трудности в адекватном понимании эмоционального состояния, представленного на картине.

Алена С. была потрясена подборкой картин к эмоции «страх», так как представленные образы оказались настолько выразительными и впечатляющими, что вызвали у нее сильный эмоциональный отклик. Портретные произведения к данной эмоции были наполнены мрачными тонами, в них затрагивались сюжеты, вызывающие тревогу и напряжение. Такое воздействие подтвердило высокий уровень мастерства художников, сумевших передать глубину человеческих переживаний.

Особую роль в процессе просмотра произведений живописи сыграли художественные средства выразительности – цветовая палитра, композиционные решения и пластика форм. Эти элементы не только облегчали восприятие произведений, но и помогали участникам «примерить» на себя различные эмоциональные состояния, глубже осознавая их природу и проявления.

Второй этап исследования был посвящен освоению техник эмоциональной саморегуляции через художественную практику. В качестве основного инструмента участники использовали создание визуальных

коллажей и мудбордов, позволяющих идентифицировать и анализировать преобладающие эмоциональные состояния. Ксения Ф. творчески преподнесла практическую работу, представленную на рисунке 9. Преобладающей эмоцией студентки является «грусть», которая и отражена на мудборде посредством приглушенной цветовой гаммы и меланхоличных образов. Таким подходом студентка с помощью визуальных средств отразила собственное внутреннее переживание.



Рисунок 9 – Практическое задание студента. Мудборд

Особое внимание уделялось подбору художественных материалов в соответствии с их экспрессивными возможностями: акварельные техники применялись для работы с уравновешенными состояниями, гуашь и масляные краски использовались при выражении интенсивных эмоций.

В результате каждый участник создал персональный арт-объект, выполняющий двойную функцию: являясь материальным отражением внутреннего состояния, выступая в качестве инструмента эмоциональной регуляции. Работа Марии К. представлена на рисунке 10. С помощью масляных красок создан солнечный пейзаж на фоне зеленой лужайки и гор. Студенка Мария К изобразила место, которое ее наполняет ресурсом. С помощью перекрестных штрихов участница эксперимента выразила

тревожные и негативные эмоции, отпустила накопленные отрицательные чувства, и к концу занятия была вдохновлена новыми идеями. Также студентка упомянула на последующих занятиях, что идею удалось осуществить, так как данная практика способствовала наполнению положительными эмоциями.



Рисунок 10 – Практическое задание студента. Создание собственного живописного произведения

Таким образом созданные работы, содержащие образы позитивных жизненных моментов, демонстрировали высокую эффективность в качестве «эмоционального якоря», помогая участникам восстановить психологическое равновесие в стрессовых ситуациях.

Третий этап исследования был посвящен развитию навыков распознавания намерений и эмоциональных состояний других людей. Участники анализировали специально подобранные цветные иллюстрации, изображающие различные невербальные проявления: мимику, жесты, позы. Данная подборка невербальных сигналов представлена на рисунке 11.



Рисунок 11 – Подборка невербальных сигналов

Изображения были подобраны таким образом, чтобы подчеркнуть характерные особенности каждого выражения лица и тела, позволяющие лучше понять эмоции и намерения персонажей. Иллюстрации включали разнообразные сценарии взаимодействия между людьми, такие как дружеские встречи, деловые переговоры, конфликтные ситуации.

На занятиях лекционной части выдавалась каталогизированная подборка с готовыми решениями, затем участники учились распознавать невербальные сигналы, передаваемые через лица и движения изображенных самостоятельно. Например, Анна Ж. справилась с практическим заданием безупречно, а Арина С. и Елена М. допустили в задании 3 из 4 ошибки в интерпретации невербальных сигналов. В целом данный метод позволил будущим педагогам совершенствовать социальную перцепцию и понимание невербальных сигналов.

Четвертый этап предполагал работу с эмоциональной саморегуляцией через восприятие пейзажной живописи. Был разработан тематический

каталог, структурированный по эмоциональным состояниям: меланхоличные пейзажи для работы с грустью, светлые и динамичные композиции для активизации радостных переживаний, умиротворенные природные сцены для достижения состояния покоя. В каталог включены такие пейзажные произведения: Д. Левин «Весна в деревне. Мамонтово», К. Моне «Сорока», М. Хед «Солнечный свет и тень: болота Ньюбери», Э. Греко «Вид Толедо», У. Тернер «Невольничье судно», В. Поленов «Горелый лес», А. Куинджи «Ладожское озеро», И. Шишкин «Дубовая роща», И. Грабарь «Февральская лазурь», И. Шишкин «На севере диком...», И. Левитан «Тихая обитель», А. Саврасов «Грачи прилетели», К. Хокусай «Большая волна в Канагаве».

О пейзаже Мартина Джонсона Хеда «Солнечный свет и тень: болота Ньюбери» Ксения Ф. восторженно отзывается: «очень интересные вызывает эмоции картина, даже полярные: тревогу и одновременно интерес, восторг, удивление и при этом какую-то таинственность, мистичность».

Александра С. впечатлилось картиной Игоря Грабаря «Февральская лазурь» и отметила, что через полотно ощущается морозное, приятное утро, когда колет, щеки, а под голубым небом хочется побродить. Картина вызывает приятные чувства, эмоцию радости.

Впоследствии просмотра и обсуждения пейзажной живописи участники эксперимента создали короткие видео с использованием пейзажной живописи, передающие эмоциональными состояниями покоя и гармонии, а также способствующие прожить грусть.

Такой подход позволяет выбрать тот образ, который подходит под настроение человека и потребностям в настоящий момент. Создание подборок с пейзажной живописью с различными эмоциональными состояниями позволяет человеку не только насладиться красотой произведений, но и осознанно управлять своим внутренним состоянием.

На пятом этапе участники осваивали техники эмоционального воздействия через визуальные нарративы. Практическая работа заключалась в создании связных историй на основе подборки живописных произведений:

картин Л. Найта «Бемонтель», Д. Бросио «В ожидании» и Ф. Решетникова «Переекзаменовка». Группа студентов, по очереди придумывая сюжет истории, сочинили собственный рассказ, который был посвящен сдаче государственного экзамена:

«Однажды в глубинке Франции передо мной возник из ниоткуда удивительный пейзаж. Воздух пропах умиротворением, свободой, благодатью. Все цвело и будоражило сердце. Мое сидение на душистой траве так бы и продолжалось, однако... Внезапно ветер начал усиливаться. В скором времени вдалеке показалась воронка урагана. Однако главная героиня не спешила бежать. Такие бури были не первыми в ее родных краях, и судя по признакам, воронка рассосется через пару минут. Гораздо большей опасностью для главной героини на тот момент казался невыученный государственный экзамен и еще написанный только кусочек диплома. Сроки уже поджимали, поэтому ни буря, ни друзья, которые высыпали гулять на улицу, после шторма, не могли отвлечь страдающую девушку. Времени прокрастинировать у нее уже не было. К счастью, после каждой бури (сдачи экзаменов) появляется долгожданная радуга».

Метод визуальных нарратив развивал способность целенаправленно вызывать эмоциональные реакции, навыки построения визуальных коммуникаций, умение подбирать художественные образы для решения конкретных педагогических задач.

Таким образом, проведение формирующего эксперимента позволило нам реализовать в развитии эмоционального интеллекта будущих педагогов произведений живописи. На контрольном этапе эксперимента будет осуществлен анализ результатов повторного проведение диагностических методик, в ходе которого будет доказана возможность развития эмоционального интеллекта будущих педагогов с помощью произведений живописи.

2.3 Оценка изменений в развитии эмоционального интеллекта будущих педагогов

Целью контрольного эксперимента стало выявление изменений в уровнях сформированности эмоционального интеллекта будущих педагогов после формирующего эксперимента. Контрольный эксперимент проводился с помощью диагностических методик, что и на констатирующем этапе: эмоциональная осведомленность собственных эмоций измерялась «Шкалой дифференциальных эмоций» К. Изарда, управление своими и чужими эмоциями выявлялись с помощью опросника М. Девиса «Регулирование и управление эмоциями» (шкалы «Регулирование собственными эмоциями» / «Регулирование эмоциями других людей»), показатель «мотивация» определялся по методике А.А. Реана «Мотивация успеха и боязнь неудач», уровень эмпатии – «Диагностикой уровня поликоммуникативной эмпатии» И.М. Юсупова, управление стрессом (терпимость, контроль импульсивности) – тестом «Самооценка стрессоустойчивости» С. Коухена и Г. Виллиансона, адаптивность (тестирование реальности, приспособляемость, принятие решений) – «Многоуровневым личностным опросником адаптивности» А.Г. Маклакова.

Проведем количественный и качественный анализ результатов контрольного и констатирующего этапов эксперимента. В приложении В отражены сравнительные данные по уровням развития эмоционального интеллекта испытуемых для каждой методики.

Диагностическая методика 1. «Шкала дифференциальных эмоций» (К. Изард) направлена на определение распознавания собственных чувств у будущих педагогов. Результаты констатирующего и контрольного этапа представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Количественные результаты сформированности осознания собственных эмоций

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Позитивные эмоции			
Констатирующий этап	80%	20%	-
Контрольный этап	80%	20%	-
Негативные эмоции			
Констатирующий этап	5%	35%	60%
Контрольный этап	20%	30%	50%
Тревожные эмоции			
Констатирующий этап	10%	20%	70%
Контрольный этап	25%	25%	50%

Представим результаты контрольного этапа по диагностической методике 1.

Проявление позитивных эмоций осталось без изменений: 80% (16) будущих педагогов испытывают радость «выраженно» (на высоком уровне) и 20% (4 человека) – «умеренно» (на среднем уровне).

Заметны значительные изменения в проявлении негативных эмоций у будущих педагогов: 10% испытуемых стали выражать собственные негативные эмоции не «выраженно», а «умеренно» (с низкого на средний уровень), а со среднего 15% перешли на высокий уровень. То есть студенты стали отслеживать собственные негативные эмоции и справляться с сильными негативными эмоциями.

Высокий уровень зафиксирован у 20% (4) испытуемых, что на 15% больше по сравнению с констатирующим экспериментом. Необходимо отметить, показатель у Марии К. повысился с низкого уровня ощущения негативных чувств до высокого уровня. Созданный студенткой коллаж своих эмоций демонстрирует, что Мария К. осознает собственные базовые эмоциональные состояния: радость и печаль, и принимает их как данность, что помогает спокойнее реагировать на проблемные ситуации. С работой студентки можно ознакомиться в приложении Г на рисунке Г.1.

Средний уровень зафиксирован у 30% (6) будущих педагогов, что на 5% меньше, чем результат в констатирующем эксперименте. Небольшое

снижение свидетельствует о положительной динамике, так как Людмила Р. стала ощущать негативные эмоции в легкой степени (высокий уровень).

Низкий уровень проявления негативных эмоций определен у 50% (10) человек, по сравнению с констатирующим экспериментом уменьшился на 10%: 2 человека стали устойчивы к проблемным ситуациям, меньше «выходить из себя». Например, Алина С. и Елена М. перешли из «выраженного» проживания негативных эмоций (низкий уровень) в «умеренное» (средний уровень).

По итогу апробации методики, контрольный этап эксперимента показал, что студенты стали реже испытывать сильную тревогу, поскольку возникновение таких случаев сократилось на 20.

Высокий уровень ощущения тревожных эмоций определен у 25% (5) будущих педагогов. Положительная динамика выявлена у 15% респондентов.

Средний уровень выявлен нами у 25% (5) будущих педагогов, что на 5% выше, чем на констатирующем этапе. Например, Елена М. в ходе констатирующего эксперимента имела «выраженные» тревожные эмоции (низкий уровень), а в контрольном «умеренные» (средний уровень).

Низкий уровень проживания негативных эмоций зафиксирован у 50% (10) респондентов, что свидетельствует о уменьшении на 20% у студентов тревожных эмоций в сравнении с данными констатирующего эксперимента.

Диагностическая методика 2. Регулирование и управление своими эмоциями определяет шкала «Регулирование собственными эмоциями» (М. Девис). Результаты констатирующего и контрольного этапа представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Количественные результаты сформированности умения регулировать собственные эмоции

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Констатирующий этап	10%	75%	15%
Контрольный этап	25%	60%	15%

Представим сравнительные результаты контрольного этапа по диагностической методике 2.

Количественные результаты по методике выявления регулирования собственными эмоциями свидетельствуют о положительной динамике.

Высокий уровень сформированности эмоционального регулирования зафиксирован у 25% (5) будущих педагогов, что превышает исходные данные на 15% (3 человека). Например, Людмила Р. с помощью создания собственного художественного произведения, научилась контролировать негативные эмоции, выражая их на холст. Студентка смело работает с черной гуашью по бокам листа, оставляя место ярким оттенкам в середине работы, как месту для положительных ощущений. Художественное произведение Людмилы Р. представлено в приложении Г на рисунке Г.2.

Средний уровень выявлен у 60% (12) испытуемых, что на 15% ниже по сравнению с результатами констатирующего этапа эксперимента.

Низкий уровень эмоционального регулирования остался стабильным и не претерпел изменений – 15% (3 человека).

Выявление умения регулировать и управлять эмоциями других людей осуществлялось с помощью шкалы «Регулирование эмоциями других людей» (М. Девис). Сравнительные количественные результаты констатирующего и контрольного этапа представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Количественные результаты сформированности умения регулировать эмоциями других людей

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Констатирующий этап	10%	70%	20%
Контрольный этап	15%	65%	20%

Сравним результаты констатирующего и контрольного этапов по диагностической методике 3.

Исходя из полученных данных, можно заметить положительную динамику сформированности умения регулировать эмоциями других людей.

Высокий уровень сформированности владения навыком регулирования эмоциями других людей зафиксирован у 15% (3) студентов. Результат стал на 5% лучше, чем на первоначальном этапе.

Средний уровень сформированности владения навыком регулирования эмоциями других людей был определен у 65% (13) респондентов, что на 5% меньше, чем на констатирующем этапе.

Низкий уровень остался на прежнем уровне и не претерпел изменений – и составил 20% (4 человека).

Диагностическая методика 3. «Мотивация успеха и боязнь неудач» (А.А. Реан). Сравнительные количественные результаты контрольного этапа представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Количественные результаты сформированности мотивации успеха и боязни неудачи

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Констатирующий этап	50%	40%	10%
Контрольный этап	70%	30%	-

Проведем анализ полученных результатов контрольного этапа по диагностической методике 3.

Количество студентов, склонных к инициативности и способности к распознаванию намерений других людей на высоком уровне возросло на 20%, а количество респондентов со средним и низким уровнями сократилось и составило 30% по среднему уровню и отсутствием по низкому уровню. Это объясняется тем, что большинство испытуемых перешло на высокий уровень.

Высокий уровень зафиксирован у 70% (14) будущих педагогов, что на 20% выше первоначального результата.

Средний уровень определен у 30% (6) студентов, что на 10% ниже, чем на констатирующем этапе.

Низкий уровень в ходе контрольного эксперимента не выявлен.

Диагностическая методика 4. Уровень эмпатии будущих педагогов измеряется «Диагностикой уровня поликоммуникативной эмпатии» (И.М. Юсупов). Сравнительные количественные результаты контрольного этапа представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Количественные результаты сформированности эмпатии

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Констатирующий этап	10%	90%	-
Контрольный этап	20%	65%	15%

Проанализируем результаты контрольного этапа по диагностической методике 4.

На контрольном этапе понизились показатели сформированности эмпатии. Данный факт обуславливается тем, что в весенний период накапливается эмоциональная напряженность в связи с учебными нагрузками, респираторными заболеваниями и аллергией, жизненными проблемами, поэтому степень эмпатийности будущих педагогов падает.

Высоким уровнем эмпатии стали обладать 20% (4) студентов, что на 10% больше, чем в констатирующем результате.

Средний уровень определен у 65% (13) человек, что на 25% меньше первоначального результата.

В низкий уровень зафиксирован у 15% (3) студентов, что 15% больше, чем в констатирующем этапе. На Анастасию П., Анну С. и Елену М. повлияло весеннее время года, накопившиеся учебные долги и тяжелые жизненные ситуации.

Диагностическая методика 5. Контроль импульсивности выявляется тестом «Самооценка стрессоустойчивости» (С. Коухен и Г. Виллиансон). Сравнительные количественные результаты контрольного этапа представлены в таблице 8.

Таблица 8 – Количественные результаты сформированности стрессоустойчивости

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Констатирующий этап	30%	65%	5%
Контрольный этап	35%	40%	25%

Сравним результаты констатирующего и контрольного этапов по диагностической методике 5.

Стрессоустойчивость в сравнении констатирующего и контрольного экспериментов имеется незначительная положительная динамика (на 5% студентов стало больше с высоким уровнем). Однако на 25% испытуемых стало меньше владеть средним уровнем стрессоустойчивости и на 20% больше студентов замечено с низким показателем. Динамика варьируется, на которую также может отрицательно влиять весенний период года.

В высоком уровне сформированности стрессоустойчивости прибавилось 5% студентов. Данный уровень определен у 35% (7) испытуемых.

На среднем уровне зафиксировано на 25% меньше студентов, чем в констатирующем этапе – 40 % (8 человек).

Низкий уровень выявлен у 25% (5) будущих педагогов, что на 20% больше первоначального результата. Это показывает заниженную стрессоустойчивость студентов под конец учебного года.

Диагностическая методика 6. Приспособляемость студентов к новым профессиональным обязанностям определяется «Многоуровневым личностным опросником адаптивности» (А.Г. Маклаков). Сравнительные количественные результаты контрольного этапа представлены в таблице 9.

Таблица 9 – Количественные результаты сформированности адаптивности

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Констатирующий этап	5%	5%	90%
Контрольный этап	25%	15%	60%

Представим анализ результатов контрольного этапа по диагностической методике 6.

Наиболее благоприятные результаты получены в показателе сформированности «адаптивности». Занятия, основанные на просмотре произведений живописи, сравнении сценариев картин с собственным мировоззрением и жизненным опытом, осуществляет переход студентов с низкого на средний уровень адаптивности и с низкого сразу на высокий.

Высокий уровень выявлен нами у 25% (5) студентов, что на 20% больше начального результата. На данный уровень перешли студенты как со среднего, так и с низкого показателя.

Средний уровень определен нами у 15% (5) будущих педагогов – это на 10% больше констатирующего эксперимента.

Низкий уровень зафиксирован у 60% (12) испытуемых, что на 30% ниже первоначального результата. Снижение дизадаптивности выявлено у 6 человек, а значит будущие педагоги после формирующего эксперимента, основанного на просмотре произведений живописи, стали легче приспосабливаться к изменяющимся обстоятельствам.

Сравнительные количественные результаты 6 диагностических методик контрольного эксперимента студентов экспериментальной группы представлены в таблице 10.

Таблица 10 – Количественные результаты сформированности эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи

Этап исследования	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Констатирующий этап	15%	55%	30%
Контрольный этап	35%	40%	25%

Проанализируем общие результаты констатирующего и контрольного этапов эксперимента.

К высокому уровню развития эмоционального интеллекта (EQ) будущих педагогов посредством произведений живописи мы отнесли 7 студентов, что составило 35%. По сравнению с констатирующим экспериментом, в контрольном исследовании обнаружен прирост на 20% (4 человека) сформированности высокого EQ будущих педагогов.

Средний уровень развития эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи составил 8 (40%) студентов. В первоначальных результатах средний уровень был выявлен нами у 11 респондентов (55%). Снижение уровня на 15% свидетельствует о положительных изменениях: будущие педагоги повысили среднее значение сформированности эмоционального интеллекта до высокого уровня.

На низком уровне развития эмоционального интеллекта будущих педагогов в контрольном эксперименте зафиксировано 5 (25%) испытуемых, что на 5% ниже констатирующего эксперимента. 1 респондент перешел с низкого уровня сразу на высокий, что показывает максимальную включенность и готовность к развитию собственного EQ студента в формирующем эксперименте.

Таким образом, сравнительные результаты контрольного эксперимента позволили нам сделать вывод о положительном воздействии произведений живописи в развитии эмоционального интеллекта будущих педагогов, и подтверждают правильность выдвинутой нами гипотезы.

Полученные результаты позволяют рекомендовать данную методику к внедрению в систему подготовки педагогических кадров в качестве дополнительной образовательной программы «Педагогика чувств». Особую практическую ценность программа представляет для интеграции в учебные курсы психолого-педагогического цикла, использования в работе психологических служб вузов, применения в программах повышения квалификации действующих педагогов.

Перспективным направлением дальнейших исследований может стать адаптация методики для различных образовательных уровней и

специализаций, а также разработка цифровых версий программы с использованием технологий виртуальной реальности.

Выводы по второй главе

Вторая глава магистерской диссертации посвящена описанию организации и проведению экспериментальной работы по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

С целью реализации констатирующего эксперимента были выделены показатели, способствующие развитию эмоционального интеллекта студентов педагогических направлений подготовки. Каждый показатель оценивается по трем уровням развития эмоционального интеллекта будущих педагогов: высокий, средний и низкий. Базируясь на выделенные показатели, нами были выбраны диагностические методики М. Девиса, К. Изарда, С. Коухена и Г. Виллиансона, А.А. Реана. А.Г. Маклакова, которые позволили изучить уровень развития эмоционального интеллекта будущих педагогов.

По результатам исследования было выявлено, что студенты подвержены сильным стрессовым состояниям, обладают слабой адаптивностью к сменяющимся обязанностям. 55% (11) студентов, принявших участие в констатирующем этапе эксперимента, показали средний уровень развития эмоционального интеллекта. Низкий уровень был определен у 30% (6) человек. Высокий уровень развития эмоционального интеллекта зафиксирован у 15% (3) будущих педагога.

Данные, полученные в ходе констатирующего этапа эксперимента, убедили нас о необходимости организации и проведении специализированной работы по коррекции развития эмоционального интеллекта у студентов.

Целью формирующего этапа эксперимента являлось создание комплекса мероприятий по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов с помощью произведений живописи, в дальнейшем экспериментальной проверкой выдвинутой нами гипотезой.

Анализ результатов констатирующего и контрольного этапов эксперимента свидетельствует о положительной динамике уровня развития эмоционального интеллекта у студентов педагогических направлений подготовки. Высокий уровень развития эмоционального интеллекта будущих педагогов повысился на 20% (4 человека), средний уровень уменьшился на 15% (3 человека), а низкий уровень уменьшился на 5% (1 студента).

Полученные данные свидетельствуют об эффективности применения произведений живописи в развитии эмоционального интеллекта будущих педагогов и подтверждают выдвинутую гипотезу. Результаты показывают, что систематическое взаимодействие студентов педагогических направлений подготовки с живописью способствует формированию глубоких эмоциональных реакций.

Заключение

Проблема развития эмоционального интеллекта будущих педагогов рассматривалась как совокупность умений распознавать собственные эмоции и эмоции других людей, управлять собственными эмоциями и эмоциями других людей, эмпатией, пониманием намерений других людей, стрессоустойчивостью и адаптивностью.

Первая глава раскрывает теоретические аспекты проблемы. Рассмотрены понятия «эмоции», «эмоциональный интеллект» и «живопись».

В первом параграфе первой главы изучены копинг-стратегии по развитию эмоционального интеллекта студентов педагогических направлений подготовки.

Во втором параграфе первой главы рассмотрены произведения живописи как метод коррекционной работы по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов.

Вторая глава направлена на организацию и проведение экспериментальной работы по развитию эмоционального интеллекта будущих педагогов посредством произведений живописи.

Первый параграф второй главы описывает процедуру констатирующего эксперимента. На данном этапе исследования определены показатели развития эмоционального интеллекта будущих педагогов: сформированность осознания собственных эмоций, регулирования собственными эмоциями и эмоциями других людей, сформированность мотивации на удачу и боязни неудач, эмпатии, стрессоустойчивости и адаптивности. Результаты констатирующего этапа эксперимента свидетельствовали о заниженном развитии эмоционального интеллекта у студентов педагогических направлений подготовки: низкий уровень был определен нами у 30% (6) респондентов, средний уровень выявлен у 55% (11) человек, высокий уровень – у 15% (3) будущих педагогов.

В ходе полученных результатов констатирующего эксперимента определены произведения живописи, способствующие развитию эмоционального интеллекта, и включены в процесс подготовки будущих педагогов.

Второй параграф второй главы направлен на описание формирующего этапа эксперимента, в котором проводилась коррекционная работа с применением произведений живописи для развития эмоционального интеллекта студентов.

Третий параграф второй главы направлен на анализ данных контрольного среза. Результаты контрольного этапа эксперимента позволяют сделать вывод, что будущие педагоги повысили навык осознания собственных эмоций, стали лучше регулировать собственными эмоциями и эмоциональными реакциями других людей, обладать навыком распознавания намерений других людей, повысили уровень стрессоустойчивости и адаптивности: высокий уровень повысился на 20% (4 студента), средний уровень уменьшился на 15% (3 респондента), а низкий уровень уменьшился на 5% (1 человек). В целом студенты стали эмоционально устойчивы.

Методика развития эмоционального интеллекта будущих педагогов, включающая системное использование произведений живописи, обеспечивает положительную динамику.

Таким образом, цель была выдвинута, проблема решена, полученные теоретические и экспериментальные данные подтверждают выдвинутую гипотезу.

Список используемой литературы

1. Абакумова И. В., Аверкиева Т. З., Кинцурашвили Д. З. Современные направления исследования эмоционального интеллекта // Инновационная наука: Психология. Педагогика. Дефектология. 2022. № 4. С. 14-24.
2. Абубякорова И. В. Развитие эмоционального интеллекта младших школьников средствами изобразительного искусства: диссертация. Тольятти : Тольяттинский государственный университет. 2023. 89 с.
3. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюк : ПГУ. 2011. 388 с.
4. Асмаковец Е. С. Психологические факторы и условия развития эмоциональной гибкости учителя. М. : Ифра М. 2000. 21 с.
5. Буянова Т. А. Формирование эмоционально-выразительного образа в рисунках детей старшего дошкольного возраста: автореферат дис. кандидата педагогических наук: 13.00.07. Моск. пед. гос. ун-т. М. 2004. 20 с.
6. Березина Ю. Ю. Формирование образа я дошкольников средствами портретной живописи: теория и методика // Вестник Костромского государственного университета. 2016. №1 (22). С. 44-47.
7. Бочкарева Е. Н. Взаимосвязь профессионального выгорания и эмоционального интеллекта сотрудников контактного центра. Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет. 2016. Т. 13. № 3. С. 576–587.
8. Васильева Н. Г. Взаимосвязь особенностей эмоционального интеллекта и синдрома выгорания у врачей: диссертация ... кандидата Психологических наук: 19.00.04. СПб. 2016. 203 с.
9. Васильева Л. В. Особенности эмоционального интеллекта студентов вузов // Вестник Воронежского государственного университета. Сер.: Проблемы высшего образования. 2020. № 2. С. 29-33.

10. Гасанов Д. Р. Развитие эмоционального интеллекта специалистов сферы «человек-человек» 37.04.01 Психология. 2019. 67 с.
11. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. М. : Альпина Бизнес Букс, 2005. 304 с.
12. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2021. 545 с.
13. Ибрагимова Е. Р. Влияние искусства (в частности, живописи) на психоэмоциональное состояние человека // Молодой ученый. 2021. № 6 (348). С. 299-301.
14. Карпова С. И. Развитие у детей старшего дошкольного возраста художественных способностей создавать образ человека в рисовании портрета // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2019. №178 (24). С. 100-109.
15. Киселева Л. А., Помазуева Т. Н. Мир эмоций человека и регуляция деятельности: учебно-методическое пособие. Екатеринбург : Уральский государственный лесотехнический университет. 2007. 68 с.
16. Копытин А. И. Программа развития эмоциональной сферы пациентов с психическими и поведенческими расстройствами с использованием арттерапевтических технологий «Эмоциональный арт-конструктор» // Исцеляющее искусство. 2019. №1. С. 44-59.
17. Корчинова О. В. Детское прикладное творчество. Ростов-на-Дону : Феникс. 2006. 315 с.
18. Кузьмина Н. В. Очерки психологии труда учителя: Психол. структура деятельности учителя и формирование его личности. Ленинград : Изд-во Ленингр. Унта. 1967. 183 с.
19. Кэррол Э., Изард К. Э. Психология эмоций / Перев. с англ. СПб. : Издательство «Питер», 1999. 464 с.
20. Лебединский М. С. Портреты Ренуара. М. : Изобразительное искусство, 1998. 176 с.

21. Лукичева М. А. Развитие социального интеллекта у студентов-будущих педагогов: автореферат дис. кандидата психологических наук: 19.00.07. Кур. гос. ун-т. Курск. 2004. 19 с.
22. Люсин Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные. Социальный и эмоциональный интеллект: от моделей к измерениям. М. : Институт психологии РАН, 2009. С. 264-278.
23. Маленова А. Ю. Профессиональные стрессфакторы и способы их преодоления педагогами в разных образовательных учреждениях. Омск : Изд-во Ом. гос. ун-та. 2018. С. 435–437.
24. Манойлова М. А. Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и студентов педагогических учебных заведений. СПб. Ленинградский государственный университет имени А. С. Пушкина. 2004. 18 с.
25. Манойлова М. А. Эмоциональный интеллект будущего педагога: акмеологическая диагностика и методы развития: учеб. пособие. М. : «POLEOGRAFF PRESS», 2008. 128 с.
26. Матросова Ю. С. Развитие профессиональной компетентности будущего учителя средствами художественной литературы // Известия Российского государственного педагогического университета имени А. И. Герцена. СПб. 2012. № 153 (1). С. 111-117.
27. Микляева Г. Ф. Развитие эмоционального интеллекта у дошкольников посредством ознакомления с портретной живописью в условиях введения ФГОС ДО // Долинск : Образовательные проекты Совенок для дошкольников. 2017. № 53. 14 с.
28. Моница Г. Б. Развитие эмоционального интеллекта // Ученые записки СПб академии управления и экономики. 2009. выпуск 2 (24). С. 144-155.
29. Неверова А. А. Проблема художественного восприятия в психолого-педагогической литературе. Психологические науки: теория и

практика: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Москва, ноябрь 2015 г.). Москва: Буки-Веди. 2015. С. 44-48.

30. Недбаева М. В. Эмоциональный интеллект как профессионально важное качество педагога: диссертация. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет имени В.М. Шукшина» (АГГПУ им. В.М. Шукшина) 2023. 75 с.

31. Неменский Б. Мудрость красоты. М. : Просвещение, 1987. 192 с.

32. Никулина И. В. Эмоциональный интеллект: инструменты развития: учебное пособие. Самара: Самарский университет. 2022. 82 с.

33. Пospelов Г. Г. Портреты смолянок Д. Г. Левицкого // Искусство. № 3. 1957.

34. Прохоров С. А. Теория и история искусства – важнейшие компоненты художественного образования // Горно-алтайск : Мир науки, культуры, образования. № 3 (34). 2012. С. 341-343.

35. Ревина Н. П., Суровацкая В. П., Завацкая В. В. Образ детей в произведениях живописи. Методическое пособие. Армавир : «Редакция газеты «Армавирский собеседник». 2020. 122 с.

36. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 №544н Об учреждении профессионального стандарта «Педагог». КонсультантПлюс. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_155553/ (дата обращения: 09.10.2023).

37. Родионова Е. В., Конюхова Т. В., Лукьянова Н. А., Конюхова Е. Т. Эмоциональный интеллект студентов цифрового поколения: опыт инженерного вуза // Образование и саморазвитие. 2022. № 4. С. 126-138.

38. Романова Е. С. 99 популярных профессий: психологический анализ и профессиограммы. 2-е изд. СПб, 2003. С. 384-388.

39. Савенков А. И. Интеллект, ведущий к профессиональному успеху, как фактор развития профессиональной одаренности будущего специалиста // Одаренный ребенок. 2007. № 6. С. 22-36.
40. Скворцова Е. Ю. Развитие эмоционального интеллекта дошкольников средствами изобразительного искусства. Томск : Томский государственный университет. 2020. С. 1-3.
41. Смирнова Т. Н. Применение теории эмоционального интеллекта в педагогике. *Cognitive Neuroscience*. // материалы международного форума. Екатеринбург : Издательство Уральского университета. 2022. С. 88-92.
42. Соболева Н. В. Организационно-педагогические условия развития адаптивных копинг-стратегий у педагогов дошкольной образовательной организации: диссертация. Тольятти : Тольяттинский государственный университет. 2017. 129 с.
43. Степанова Н. В. Психоэмоциональное состояние и копинг-стратегии разведенных людей: диссертация. СПб. Санкт-Петербургский институт психологии и акмеологии. 2014. URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015009980> (дата обращения: 12.11.2023).
44. Степанова Т. М. Живопись для дизайнера. Теория и новые методики: учебное пособие: Екатеринбург: Издательство Уральского университета. 2024. 95 с.
45. Стейн С. Преимущества EQ. Эмоциональный интеллект и ваши успехи. Днепропетровск : Изд-во Баланс Бизнес Букс. 2007. 339 с.
46. Фефелова М. С. Развитие эмоционального интеллекта студентов-психологов с помощью социально-психологического тренинга. Бийск. Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет. 2021. 89 с.
47. Флоренский П. А. Иконостас. Избранные труды по искусству. СПб. ТОО Мифрил: Русская книга, 1993. 168 с.

48. Шаховский В. И. Категоризация эмоций в лексико-семантической системе языка. Воронеж : Изд-во Воронежского ун-та. 1987. 190 с.
49. Шацкая В. Н. Общие вопросы эстетического воспитания в школе. М. : Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1955. 184 с.
50. Шнайдер М. И. Основные направления исследования эмоционального интеллекта // Научно-практический журнал «Гуманизация образования». 2016. №4. С. 58-64.
51. Bar-On R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual. Toronto: Multi-Health Systems. 1997. P. 173.
52. Bellavista P. Developing Emotional Intelligence with a Game: The League of Emotions Learners Approach / Paolo Bellavista. // International journal of psychology and educational studies. 2020. URL: <https://www.mdpi.com/2073-431X/10/8/97/html>. (дата обращения:23.02.2024).
53. Bradberri T., Grivz, D. Emotional intelligence 2.0 TalentSmart. 2009. 282 p.
54. Gardner H. Multiple Intelligences: The Theory in Practice, Basic Books. 1993. 320 p.
55. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Pub. Co. 1984. 135 p.
56. Manon van de Water. Drama in education: why drama is necessary. Manon van de Water. SHS Web of Conferences 98, 02009 (2021) Education and City 2020. 2021. URL: <https://doi.org/10.1051/shsconf/20219802009>. (дата обращения:18.12.2024).
57. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Models of emotional intelligence. Handbook of Human Intelligence (2nd ed.). Ed. R. J. Sternberg. New York: Cambridge. 2000. P. 396–420.
58. Steiner C. M. Emotional Literacy; Intelligence with a Heart. Learn how to ashive better personal and professional relationalships. USA. 2005. 303 p.

Приложение А **Каталог произведений живописи**

Таблица А.1 – Каталог портретной живописи

Эмоция	Портретная живопись	Автор	Год	Название
радость		Огюст Ренуар	1877	«Портрет актрисы Жанны Самари»
		Дмитрий Левицкий	1773	Серия работ «Смолянки» (картина «Портрет Екатерины Нелидовой»)
удивление		Жан-Батист Грез	1725-1805	«Юная девушка у окна»
		Эдвард Мунк	1893-1910	«Крик»

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А.1

Эмоция	Портретная живопись	Автор	Год	Название
интерес		Владимир Боровиковский	1797	«Портрет Марии Лопухиной» («Русская «Мона Лиза»»)
		Зинаида Серебрякова	1911	«Автопортрет в костюме Пьеро»
печаль		Фредерик Лейтон	1879	«Биондина» (Блондинка)
		Иван Крамской	1884	«Неутешное горе»
гнев		Аньоло Бронзино	1503-1572	«Нигрето»

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А.1

Эмоция	Портретная живопись	Автор	Год	Название
гнев		Жак де л`Анж	1630	Серия «Семь смертных грехов» (картина «Гнев»)
отвращение		Мартинус Рербю	1803-1848	Без названия
		Адриан Брауэр	1630-1640	«Горький напиток»
презрение		Иван Крамской	1883	«Неизвестная»

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А.1

Эмоция	Портретная живопись	Автор	Год	Название
презрение		Илья Репин	1881	«Портрет композитора Мусоргского»
страх		Караваджо	1597	«Медуза»
		Гюстав Курбе	1843-1845	«Отчаяние» (автопортрет)
стыд		Михаил Врубель	1904	«Шестикрылый Серафим» (Азраил)
		Пабло Пикассо	1910	«Портрет Амбруаза Воллара»

Продолжение Приложения А

Продолжение таблицы А.1

Эмоция	Портретная живопись	Автор	Год	Название
вина		Илья Репин	1883	«Ленский в роли Петруччио»
		Илья Репин	1883-1885	«Иван Грозный и сын его Иван 16 ноября 1581 года»

Приложение Б

Список студентов, принимающих участие в эксперименте

Таблица Б.1 – Списочный состав студентов, принимающих участие в эксперименте

Имя Ф.	Возраст
Александра С.	49 лет
Алена А.	24 года
Алена С.	24 года
Алина С.	31 год
Анастасия П.	41 год
Анна Е.	21 год
Анна Ж.	38 лет
Анна Л.	20 лет
Анна С.	24 года
Анна Я.	38 лет
Арина С.	22 года
Дмитрий Е.	24 года
Елена М.	25 лет
Ксения К.	48 лет
Ксения Ф.	24 года
Лилия Ш.	21 год
Людмила Р.	23 года
Мария К.	39 лет
Татьяна М.	40 лет
Юлия Б.	22 года

Приложение В

Сравнение результатов эксперимента

Таблица В.1 – Данные протоколов

Имя Ф.	Уровень																		Итого		
	Диагностическая методика																				
	1						2				3		4		5		6				
	Конст. exper.			Контр. exper.			Кон ст. exper.	Кон тр. exper.	Кон ст. exper.	Кон тр. exper.	Кон ст. exper.	Кон тр. exper.	Кон ст. exper.	Кон тр. exper.	Кон ст. exper.	Кон тр. exper.	Кон ст. exper.	Кон тр. exper.	Кон ст. exper.	Кон тр. exper.	
Александра С.	ВУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	ВУ
Алена А.	ВУ	НУ	НУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ
Алена С.	ВУ	НУ	НУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ
Алина С.	НУ	НУ	НУ	СУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ
Анастасия П.	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	СУ	НУ	СУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ
Анна Е.	ВУ	НУ	СУ	ВУ	НУ	СУ	СУ	СУ	НУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ	СУ
Анна Ж.	ВУ	НУ	НУ	ВУ	НУ	НУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	НУ	НУ	ВУ	ВУ	ВУ
Анна Л.	ВУ	НУ	НУ	ВУ	СУ	НУ	СУ	СУ	НУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	СУ	НУ	НУ
Анна С.	ВУ	НУ	НУ	СУ	НУ	НУ	СУ	СУ	НУ	СУ	СУ	СУ	НУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ
Анна Я.	ВУ	СУ	НУ	ВУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ
Арина С.	НУ	НУ	НУ	ВУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	ВУ	ВУ	ВУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ
Дмитрий Е.	ВУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	СР	СУ	СУ	НУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	НУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ
Елена М.	НУ	НУ	НУ	ВУ	СР	СР	СУ	СУ	НУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	НУ	НУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	СУ
Ксения К.	НУ	СУ	НУ	ВУ	НУ	НУ	ВУ	ВУ	НУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ
Ксения Ф.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	СУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ
Лилия Ш.	ВУ	НУ	СУ	СУ	НУ	СУ	СУ	НУ	СУ	ВУ	СУ	ВУ	СУ	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ
Людмила Р.	ВУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	НУ	ВУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	НУ	ВУ	СУ	ВУ	ВУ
Мария К.	ВУ	НУ	НУ	ВУ	ВУ	ВУ	НУ	НУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	НУ	НУ	НУ	ВУ	ВУ
Татьяна М.	ВУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	НУ	СУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	СУ	СУ	НУ	СУ	НУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ
Юлия Б.	ВУ	НУ	НУ	ВУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ	ВУ	ВУ	СУ	СУ	СУ	СУ	НУ	НУ	СУ	СУ	СУ	СУ

Продолжение Приложения В

Условные обозначения:

НУ – низкий уровень

СУ – средний уровень

ВУ – высокий уровень

Конст. эксперимент – констатирующий эксперимент

Контр. эксперимент – контрольный эксперимент

Приложение Г

Творческие работы студентов



Рисунок Г.1 – Практическое задание студента. Мудборд



Рисунок Г.2 – Практическое задание студента. Создание собственного живописного произведения