

*Ачкас Е. С.*

## **РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК СПОСОБ ПРОФИЛАКТИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ**

*Научный руководитель: канд. биол. наук, доц. Замбржицкий О. Н.*

*Кафедра общей гигиены*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Эмоциональный интеллект – это совокупность способностей, позволяющая управлять эмоциями, распознавать эмоции, мотивы и желания других людей для эффективного взаимодействия. Высокое развитие навыка благоприятно влияет на социально-психологическую адаптацию индивидуума, что способствует результативной профессиональной деятельности и формированию взаимоотношений с социумом. В настоящий момент понятие эмоционального интеллекта является новым и малоизученным. Существуют различные подходы в понимании сути, и нет разработанной единой теории. Изучение эмоционального интеллекта студентов-медиков необходимо, поскольку они постоянно взаимодействуют с большим количеством людей.

**Цель:** оценить состояние эмоционального интеллекта у студентов-медиков.

**Материалы и методы.** Информация об эмоциональном интеллекте студентов 2-3 курсов БГМУ в 2019-2020 гг. была получена на основе исследования 76 анкет студентов (48 девушек, 28 юношей) с использованием методики Н. Холла. Респондентам были предложены 30 утверждений, характеризующие пять параметров: самосознание, самоконтроль, самомотивация, эмпатия и управление отношениями. Средний возраст испытуемых  $18,7 \pm 0,05$  лет. На основании ответов, оценивающих степень согласия с утверждениями, был рассчитан уровень эмоционального интеллекта и его составляющих.

**Результаты и их обсуждение.** Оценка эмоционального интеллекта состоит из анализа 5 шкал. Результаты опроса показали, что большая часть студентов имеет средний уровень развития эмоционального интеллекта и его составляющих. Эмоциональная осведомленность на высоком уровне у 34,2% (26 студентов); на среднем уровне у 55,2% (42 студента); на низком - 10,6% (8 студентов). Управление своими эмоциями на высоком уровне у 31,6% (24 студента); средний - 38,1% (29 студентов); на низком – 30,3% (23 студента). Самомотивация на высоком уровне 31,5% (24 студента); на среднем уровне – 52,6% (40 студентов); низкий уровень у 15,9% (12 студентов). Эмпатия на высоком уровне у 18,5% (14 студентов); на среднем – 55,2% (42 студента); низкий уровень наблюдается у 26,3% (20 студентов). Распознавание эмоций других людей на высоком – 15,9% (12 студентов); у 59,2% (45 студентов) на среднем; 24,9% (19 студентов) - на низком уровне.

**Выводы.** Исходя из полученных результатов, стоит отметить, что наиболее проблемным параметром является «управление своими эмоциями». Учитывая важность развития эмоционального интеллекта в личном и профессиональном развитии, несомненно, существует необходимость в дальнейшем исследовании и разработке способов повышения эмоционального интеллекта.