

**ФИНАНСОВЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ**

ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное образовательное бюджетное  
учреждение высшего образования  
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»  
(Финансовый университет)  
Факультет логистики  
Кафедра «Логистики и маркетинга»

**ДОМАШНЕЕ ТВОРЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**  
НА ТЕМУ «Особенности эмоционального интеллекта в разных возрастах»

Направление подготовки 38.04.02 «Менеджмент»  
Профиль «Маркетинг»

Выполнил: студент учебной группы  
МК3-2  
Зобнина Анна Владимировна  
Руководитель: к.э.н., профессор  
Карпова Светлана Викторовна

## Актуальность исследования по теме: «Особенности эмоционального интеллекта в разных возрастах»

Эмоциональный интеллект и его составляющие отражают уровень развития личности, то насколько она способна контролировать, идентифицировать и учитывать как свои эмоциональные состояния, так и другого человека, то есть эмоциональный интеллект показывает зрелость личности.

Поэтому важно отслеживать развитие эмоционального интеллекта, анализировать его в разных возрастах, выявлять особенности и недостатки на жизненных этапах с помощью различных методик.

Высокие показатели эмоционального интеллекта позволят достичь хороших результатов не только в профессиональной деятельности, но и в межличностных отношениях, что является актуальной ценностью для современного общества.

## Цели, задачи, объект и предмет исследования и практическая значимость ДТЗ:

**Цель работы** - изучение особенностей проявления различных составляющих эмоционального интеллекта у людей разного возраста

### **Задачи работы:**

- ✓ Изучить понятие эмоциональный интеллект и его структуру;
- ✓ Рассмотреть возрастные особенности эмоционального интеллекта;
- ✓ Провести исследование эмоционального интеллекта и его составляющих у людей различных возрастов;
- ✓ Сформировать рекомендации по развитию эмоционального интеллекта.

**Объект исследования** – эмоциональный интеллект у людей разных возрастов.

**Предмет исследования** - различия уровня эмоционального интеллекта и его составляющих у людей разного возраста.

**Практическая значимость исследования** заключается в выведении конкретных рекомендаций, которые могут быть использованы для развития собственного эмоционального интеллекта.

## Методика исследования эмоционального интеллекта:

**Гипотеза** – взрослые люди имеют более высокий уровень эмоционального интеллекта и его компонентов в отличие от молодых людей.

В исследовании приняли участие 40 человек разделенные на две возрастные группы:

1. Молодые люди, студенты (20 человек), в возрасте от 18 до 22 лет;
2. Их родители (20 человек), в возрасте от 45 до 55 лет.

Чтобы определить уровень развития эмоционального интеллекта и его составляющих была применена методика «Диагностика эмоционального интеллекта» Н. Холла, состоящая из 30 утверждений и содержащая 5 шкал:

- ✓ Эмоциональная осведомленность
- ✓ Управление своими эмоциями
- ✓ Эмпатия
- ✓ Самомотивация
- ✓ Управление эмоциями других людей

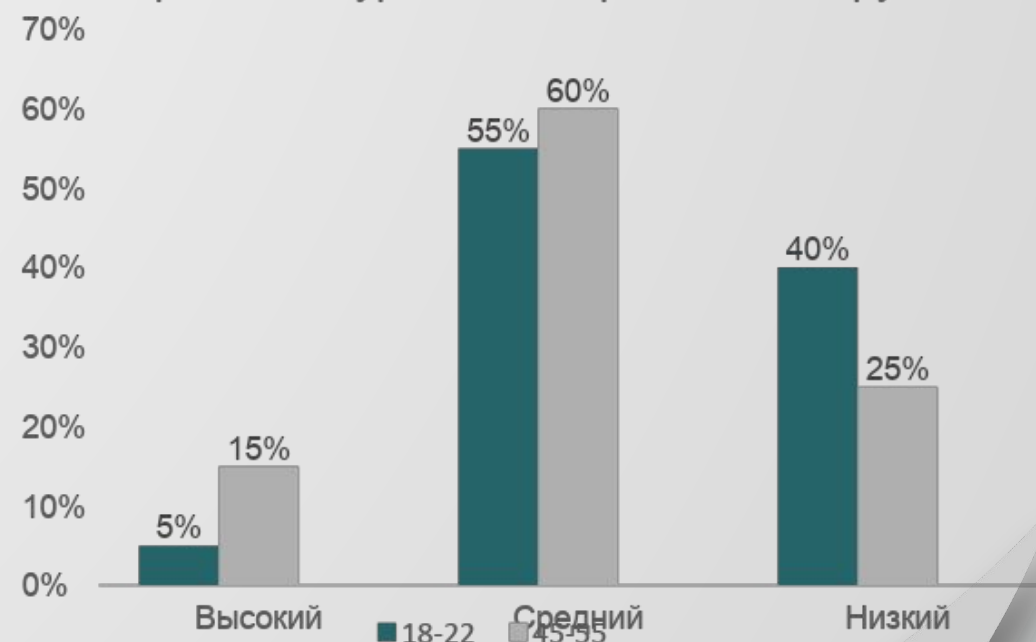
## Результаты исследования:

Согласно результатам тестирования, все показатели эмоционального интеллекта, выявленные при помощи методики Н. Холла, выше у группы людей старшего возраста 45-55 лет, чем у людей 18-22 лет, то есть выдвинутая ранее гипотеза оказалась подтверждена.

Шкалы	Среднее значение	
	18-22 лет	45-55 лет
Эмоциональная осведомленность	10,1	13,4
Управление своими эмоциями	4,1	6,2
Самомотивация	9,1	9,5
Эмпатия	8,4	10,7
Управление эмоциями других людей	8,2	9,3
Интегративный уровень	39,9	45,9

При исследовании также были получены следующие результаты: в группе людей 18-22 лет высокий уровень ЭИ только у 5% (1 человек), средний – у 55% (11 человек), низкий у 40% (8 человек). В группе взрослых 45-55 лет высокий уровень ЭИ у 15% (3 человека), средний – 60% (12 человек), низкий – 25% (5 человек).

### Сравнение уровня ЭИ среди обеих групп



## Выводы по исследованию:

- ✓ С возрастом люди в большей степени осознают и понимают собственные чувства и эмоции, а также свое внутреннее состояние. Поскольку они имеют большой опыт в эмоциональной сфере, то и с течением времени все лучше понимают, как эмоции влияют на их жизнь и отражаются на ней.
- ✓ Взрослые люди также лучше справляются с контролем и управлением своих эмоций. Во-первых, это можно объяснить с биологической стороны, из-за влияния гормонов в молодом возрасте сложно управлять эмоциональной составляющей. Во-вторых, это связано с жизненным опытом и с профессиональной деятельностью, благодаря которой взрослым людям проще справляться с негативными эмоциями, не поддаваться нахлынувшим чувствам и быть спокойными и уверенными в стрессовых ситуациях.
- ✓ Уровень более низкий уровень самомотивации у молодых людей связан с особенностью молодого поколения, которое в последнее время любит драматизировать и подвергаться депрессивным мыслям, что негативно влияет на их способность мотивировать себя с помощью эмоций.
- ✓ Чем старше человек становится, тем сильнее он способен понимать эмоциональное состояние других людей, сопереживать им и в большей степени готов оказывать моральную поддержку. Взрослые люди чаще могут подобрать правильные слова, помочь советом или проявить сочувствие. Из-за негативного влияния информационных технологий, в частности интернета и социальных сетей, молодые люди чаще проявляют эгоизм и безразличие к состоянию других людей. Также высокий уровень эмпатии у взрослых людей можно объяснить опытом супружеских, семейных отношений, воспитанием детей и постоянном взаимодействием с ними, благодаря чему и происходит формирование навыков эмпатии.
- ✓ С возрастом люди в большей степени могут распознавать эмоции других людей, а также воздействовать на их состояния. Это связано с большим жизненным опытом, с взаимодействием и коммуникацией с множеством различных людей, которые также оказывают влияние на способности, отвечающие за понимание состояния человека по мимике, жестам, позе и оттенкам речи. А благодаря этому взрослым людям проще выстраивать хорошие взаимоотношения, эффективно работать в команде и управлять конфликтами.
- ✓ Суммируя все показатели шкал, интегральный уровень интеллекта у обеих групп находится на среднем уровне, но из-за превосходства по некоторым параметрам, среднее значение уровня ЭИ на 6 пунктов выше у группы в возрасте 45-55 лет, чем у 18-22 лет.

## Рекомендации:

1

- Больше уделять внимание тому, что происходит рядом, необходимо больше стараться понимать собственное отношение и чувства к происходящим явлениям вокруг.

2

- Наблюдать взаимосвязь своих эмоций и поведения.

3

- Записывать все свои эмоции и ощущения.

4

- Развивать навыки эмпатии, учиться слушать и слышать своего собеседника, размышлять над его словами, а также следить за его тоном голоса, выражением лица и языком тела.

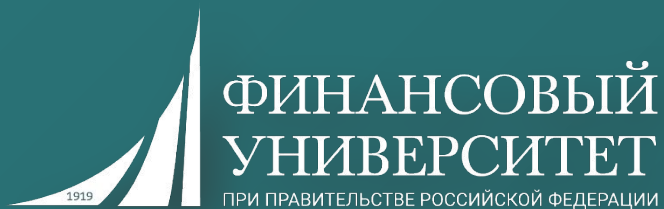
5

- По-возможности посещать различные тренинги, занятия, курсы или мастер-классы и читать специализированную литературу.

## Выводы по всей работе:

- ✓ Таким образом, в данной работе для достижения цели изучены теоретические аспекты эмоционального интеллекта, в частности его понятие, под которым понимается совокупность способностей в распознавании эмоций, в понимании их причин как у себя, так и у других людей, в проявлении эмпатии, в управлении своим эмоциональным состоянием и собственной мотивацией.
- ✓ Были рассмотрены основные компоненты (структура) эмоционального интеллекта, к которым относятся: самопознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия и социальные навыки.
- ✓ Вместе с тем, были проанализованы и рассмотрены источники, в которых описаны особенности возрастные эмоционального интеллекта.
- ✓ Также в работе было проведено собственное исследование, результаты которого позволяют сделать вывод, что ранее выдвинутая гипотеза исследования подтверждена. В ходе исследования было выявлено, что по всем компонентам эмоционального интеллекта уровень развития взрослых людей выше, чем у молодых людей. Это говорит о том, что с возрастом, с накоплением жизненного опыта эмоциональный интеллект развивается, люди лучше понимают как свои, так и эмоции других людей, управляют ими и способны в большей степени переживать и сочувствовать.
- ✓ Кроме того, было выявлено, что большая часть респондентов имеет средний и низкий уровень эмоционального интеллекта, поэтому в работе представлены рекомендации, способствующие развитию эмоционального интеллекта.





**Тема домашнего творческого задания:  
«Особенности эмоционального интеллекта в разных возрастах»**

**Студентка учебной группы МКЗ-2  
Департамент логистики и маркетинга  
Зобнина Анна Владимировна**

**Контактная информация:  
E-mail: [a\\_zobnina98@mail.ru](mailto:a_zobnina98@mail.ru)  
Тел.: 8-915-489-19-63**

Москва, 2020