



# ТЕОРИЯ, МЕТОДИКА І ОРГАНІЗАЦІЯ САЦІЯЛЬНА-КУЛЬТУРНА ДІЯЛЬНІСТЬ

УДК [159.923.37-053.81]:784.96

В. А. Лукашевич

## Модель развития эмоционального интеллекта студенческой молодежи средствами любительской вокально-хоровой деятельности

Актуальным направлением в воспитании молодого поколения является становление эмоционального интеллекта, связанного с развитием внутренних возможностей адаптации личности к стрессовой ситуации, формированием умений взаимодействовать в процессе исполнительской интерпретации произведения. Предложенная автором модель эмоционального интеллекта включает концептуальный, содержательный, технологический и рефлексивно-диагностический компоненты и направлена на развитие творческих способностей, улучшение психологического климата в любительском коллективе. Подчеркивается, что любительская вокально-хоровая деятельность позитивно влияет на психологическое состояние человека. Она обладает потенциалом для реализации педагогической и воспитательной деятельности, развития нравственных и эстетических качеств личности, формирования эмоционального интеллекта.

**Ключевые слова:** вокально-хоровая деятельность, эмоциональный интеллект, студенческая молодежь, эмоциональная сфера, любительская деятельность, личность, хоровое исполнительство.

V. Lukashevich

## Methods of developing the emotional intelligence of students by means of amateur vocal and choral activities

A relevant direction in the education of the younger generation is the formation of emotional intelligence associated with the development of internal capabilities of personality adaptation to a stressful situation, the formation of skills to interact in the process of performing interpretation of a piece. The model of emotional intelligence proposed by the author includes conceptual, content, technological and reflexive-diagnostic components and is aimed at developing creative abilities, improving the psychological climate in an amateur group. It is emphasized that amateur vocal and choral activity has a positive effect on the psychological state of a person. It has the potential for the implementation of pedagogical and educational activities, the development of moral and aesthetic qualities of the individual, the formation of emotional intelligence.

**Keywords:** *vocal and choral activity; emotional intelligence; student youth; emotional sphere; amateur activity.*

В настоящее время интерес к эмоциональному интеллекту обусловлен гуманитарными ценностями общества, потребностями людей в изучении своего внутреннего мира, а в науке – стремительным развитием психологии и педагогики, а также смежных наук. Следует также отметить, что цифровизация, социальные сети, видеоигры и другие аспекты современной цивилизации не способствуют формированию эмоционального интеллекта, более того, сказываются на нем негативно.

*Цель статьи* – изучение вопросов развития эмоционального интеллекта у молодых исполнителей средствами вокально-хоровой деятельности.

Впервые термин «эмоциональный интеллект» в научный обиход ввели Джон Мейер и Питер Сэловей (1990). Они определяли эмоциональный интеллект как «способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимания эмоций и эмоциональных знаний; а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности» [8, с. 15]. И. Н. Андреева трактует данное понятие как «совокупность ментальных способностей к идентификации, пониманию и управлению эмоциями» [1, с. 17].

Дж. Мейер и П. Сэловей выделяют четыре составляющих эмоционального интеллекта:

- 1) восприятие эмоций – способность человека распознавать эмоции свои и другого человека (по мимике, жестам, позе, поведению, голосу);
- 2) понимание эмоций – умение определять причины появления той или иной эмоции у себя и других, устанавливать связь между эмоциями и мыслями;
- 3) управление эмоциями – умение подавлять эмоции, пробуждать и направлять свои и чужие чувства для достижения целей;
- 4) использование эмоций для стимуляции мышления – пробуждение в себе креативности, активизация работы мозга с помощью собственных эмоций [8, с. 15].

Соглашаясь с мнением авторитетных авторов относительно трех первых составляющих, способствующих стимуляции мышления, попробуем дополнить четвертый компонент эмоционального интеллекта: правильное использование эмоций помогает эффективно решать практические задачи.

Эмоциональный интеллект важен как для внутреннего распознавания эмоций самого себя, так и для коммуникации с другими людьми.

Социально-культурная деятельность включает различные направления, каждое из которых обладает определенным потенциалом для раз-

вития эмоционального интеллекта. Это могут быть формы коллективной творческой любительской деятельности: студенческие хоры, танцевальные группы, театральные кружки и т. д. Более того, искусство на протяжении всей истории развития общества рассматривается как фундаментальная основа для выражения эмоционального и психологического состояния людей, через которую они демонстрируют свою потребность в сохранении национальной культуры и ее традиций на языке музыки, танца, рисования, пения.

Люди выражают эмоции вербально и невербально. Как писала Л. В. Шамина: «Через слово, его четкую интонацию люди передали свои переживания, радость и размышления о жизни, раскрыли свое духовное богатство и глубину характера» [11, с. 64].

Постепенно осваивая искусство речи и речевую интонацию, люди использовали человеческий голос – наиболее доступный, естественный, но и наиболее тонкий и сложный музыкальный «инструмент» – не только с целью передачи смысла, но и для эмоционального воздействия, общения к состраданию [6, с. 5]. Например, древние эпосы читали нараспев, может быть, даже пели, используя ритмизованные структуры, формулы, одинаковые зачины, направленные на удержание внимания слушателей. Мелодия слова воспринималась не только по содержанию, но и по тому, как оно выражено, какие чувства вкладывали рассказчики, передавая смысл. Следует отметить, что речевые интонации служили сочетанием слов и пения, что создало предпосылки для возникновения вокальной музыки.

Вместе с тем восприятие разных жанров песен, сказов во многом зависело от особенностей их исполнения, что, в свою очередь, определяло отношение слушателей к смыслу исполняемого текста и непосредственно к самому исполнителю. Исполнитель, воспринимая природу музыкального произведения в единстве со словом, более глубоко и осознанно подходит к пониманию образа. В пении развиваются эстетические и нравственные идеи, активизируются умственные способности. Можно заключить, что пение способствовало формированию эмоционального интеллекта задолго до того, как возникло само понятие.

Согласно Н. А. Ветлугиной и А. В. Кенеман, пение, воздействуя на слушателя путем слияния музыки и слов, «позволяет не только выразить свои чувства, но и вызвать у других эмоциональный отклик, сострадание, понимание» [2, с. 75].

Наибольшую радость вызывает общение в процессе группового пения. По мнению К. Д. Ушинского, в песне, «особенно хоровой, есть вообще не только нечто оживляющее и освежающее человека, но что-то организующее труд, располагающее дружных певцов к дружному делу» [9, с. 134].

Пение является формой эмоционального самовыражения певца, способом отражения желания продемонстрировать свои вокальные данные. Происхождение пения связано со стремлением человека высказать настроение в звуках голоса. Это вокальное искусство требует огромной самоотдачи от исполнителя, чтобы средствами певческого голоса он мог передавать идейно-образное содержание музыкального произведения.

Согласно классификации В. Н. Холоповой, в условиях общения с музыкальным искусством возникают эмоции как *чувство жизни; фактор саморегуляции личности; восхищения мастерством искусства; субъективные эмоции музыканта-практика (композитора, исполнителя); изображаемые в музыке эмоции* (т. е. воплощаемого в музыке образа); *специфические природные эмоции музыки* (т. е. природного музыкального материала) [10, с. 100].

Принимая во внимание большой потенциал любительской вокально-хоровой деятельности для развития эмоционального интеллекта (развитие интерпретации эмоций героев песен, оценка собственных эмоций во время пения, резонанс с эмоциями участников вокального коллектива и т. д.), мы разработали модель его формирования для любительского студенческого вокально-хорового коллектива.

Необходимо отметить, что хоровое пение имеет свою специфику: оно направлено на духовное единство певцов (их согласие и гармонию чувств), приобщение к духовному миру, образование и воспитание личности через приобщение к высокому искусству. Хоровое пение является одной из основ музыкального образования.

Любительские хоры определяются как особая форма творчества, человеческая деятельность, сочетающая в себе массовое культурное движение и обязательно искусство. Указанные характеристики – социальная и эстетическая – составляют его суть и тесно взаимосвязаны между собой. Любительские занятия искусством, в том числе хоровым пением, помогают развиваться молодежи, создавать дружеские отношения, формировать культурные связи, что положительно сказывается на эмоциональном состоянии участников.

Предлагаемая модель включает четыре компонента: концептуальный, содержательный, технологический и рефлексивно-диагностический. Концептуально модель представляет методологические подходы и принципы, включающие все многообразие средств вокально-хоровой деятельности, которые могут способствовать развитию эмоционального интеллекта у молодых исполнителей, с учетом соответствующего репертуара и организации любительской деятельности руководителем коллектива. Содержание модели обусловлено ее целью – развитие эмоционального интеллекта у молодых участников любительского вокально-хорового коллектива.

Основываясь на структуре эмоционального интеллекта Дж. Мейера и П. Сэловея, можно предложить следующую модель ее развития средствами любительской вокально-хоровой деятельности (рис.).



Рис. Модель развития эмоционального интеллекта студенческой молодежи средствами любительской вокально-хоровой деятельности

*Концептуальный блок* модели развития эмоционального интеллекта (табл. 1) обусловлен научно-теоретической основой развития эмоционального интеллекта.

Т а б л и ц а 1

**Концептуальный блок модели развития эмоционального интеллекта студенческой молодежи средствами любительской вокально-хоровой деятельности**

Элементы блока	Содержание
Основная идея	Развитие эмоционального интеллекта в рамках творческого процесса занятий вокально-хоровой деятельностью
Подходы	Системный, социокультурный, личностно ориентированный, средовой
Принципы	Социально-культурная деятельность (добровольность и общедоступность социально-культурной деятельности, развитие инициативы, преемственность и последовательность в освоении культурного наследия и др.); дифференциация и индивидуализация
Компоненты эмоционального интеллекта	Восприятие эмоций, понимание эмоций, управление эмоциями, использование эмоций для стимуляции мышления и эффективного решения практических задач

*Содержательный блок* модели развития эмоционального интеллекта (табл. 2) включает 4 этапа формирования эмоционального интеллекта студенческой молодежи средствами любительской вокально-хоровой деятельности.

**Содержательный блок модели развития  
эмоционального интеллекта студенческой молодежи  
средствами любительской вокально-хоровой деятельности**

Этап	Компонент эмоционального интеллекта	Подходы	Содержание занятий
1. Начальный	Восприятие эмоций	Системный, социокультурный, лично ориентированный	Занятия на интерпретацию эмоций других участников коллектива, героев песен
2. Этап развития понимания эмоций	Понимание эмоций	Лично ориентированный, лично-деятельностный	Методика разбора песен, групповая рефлексия, обогащение вербального словаря
3. Этап управления эмоциями	Управление эмоциями	Лично ориентированный, лично-деятельностный	Работа с песнями различного эмоционального содержания
4. Деятельностный этап	Использование эмоций для стимуляции мышления и эффективного решения практических задач	Социокультурный, системный	Непосредственный творческий процесс (исполнение песен), оценка испытываемых эмоций во время пения

На *начальном этапе* развивается компонент «восприятия эмоций». При условии, что коллектив только сформировался, важно создать благоприятный психологический климат. Это один из факторов образования коллектива и условие развития эмоционального интеллекта. Слаженные совместные действия в исполнении музыкального произведения являются важнейшим условием создания художественного образа.

Групповые формы работы способствуют развитию такого компонента эмоционального интеллекта, как восприятие эмоций – участники коллектива должны понимать эмоции друг друга, считывать их и интерпретировать.

На *этапе развития понимания эмоций* используется методика разбора песен. Она включает анализ следующих вопросов: о чем песня?, какие эмоции испытывают герои песни?, что чувствует вокалист, когда поет ее, читает текст песни, слушает музыку? Каждый участник коллектива должен описать свои эмоции. Рефлексия имеет групповой формат, когда участники коллектива совместно обсуждают и делятся своими впечатлениями.

В рамках данного этапа происходит обогащение вербального словаря, например, при выявлении участниками коллектива сущностных признаков модальностей эмоций:

– радостно: празднично, звонко, звучно, блестяще, бодро, игриво, бойко, ловко, ослепительно, лучисто, лучезарно, невесомо;

Теорія, методика і організація сацьяльна-культурнай дзейнасці

– торжественно: величественно, триумфально, победно, призывно, величаво, пышно, помпезно, грандиозно, значительно, роскошно, эффектно, открыто, озарённо, жизнерадостно;

– энергично: мужественно, решительно, смело, сильно, крепко, гордо, уверенно, с достоинством, настойчиво, неодолимо, неукротимо, неумолимо, отважно, маршеобразно, напористо, независимо, непокорно, самозабвенно.

В плане развития эмоционального интеллекта вербальный словарь помогает расширять представления об эмоциональных переживаниях, отражает оттенки эмоций различных модальностей. В свою очередь обогащение вербального словаря одновременно проясняет и расширяет границы переживаемых чувств. При этом сначала должны анализироваться ощущения, которые происходят внутри человека (телесные ощущения, возникающие мысли, воспоминания и т. д.), и только затем осознаваться связанные с ним эмоции.

С этой целью предлагаются следующие музыкальные и ритмические упражнения:

- 1) прохлопать в ладоши метроритм собственной текущей жизни;
- 2) представить образ собственного «Я» и прохлопать его метроритм;
- 3) на ударных и шумовых музыкальных инструментах – бубнах, барабанах, трещотках, маракасах и др. импровизировать ритмический рисунок, а затем и мелодию основных эмоциональных состояний: печали, радости, спокойствия и гнева;
- 4) то же задание выполнить в отношении выражения архетипов коллективного бессознательного – героя, матери, мудреца, ребенка;
- 5) импровизировать ритмический рисунок, а затем и мелодию основных природных стихий – земли, огня, воды, воздуха;
- 6) импровизировать произнесение своего имени с различными интонациями – радости, уныния, восторга, гнева и т. д.;
- 7) сочинять и воспроизводить в различных эмоциональных состояниях мелодии [7].

Более сложным является *этап развития компонента «управление эмоциями»*. Здесь могут быть подобраны упражнения и занятия, способствующие развитию умений управления своими эмоциями. Например, контролировать эмоциональное состояние можно при смене репертуара: после исполнения песен с грустным содержанием переходить на веселые произведения. Это научит исполнителей не задерживаться надолго в одном эмоциональном (особенно негативном) состоянии.

В данном случае можно предложить как групповые, так и индивидуальные формы работы, в ходе которых важно развивать осознанность. Для этого необходимо проводить занятия на развитие осознанности (упражнения на осознанное видение, осознанное слушание и т. д.).

*Деятельностный этап* развития компонента «использование эмоций для стимуляции мышления» предполагает личностную самоорганиза-

цию участников. Управление эмоциями в соответствии с музыкальным материалом необходимо для развития соответствующего компонента эмоционального интеллекта. В данном случае могут проявляться следующие эмоции: печали (характерна для меланхолика, моделируется минорным ладом и медленным темпом); гнева (характерна для холерика, воссоздается быстрым темпом и минорным ладом); радости (характерна для сангвиника, соотносится с быстрым темпом и мажорным ладом). Состояние покоя (эмоция спокойствия) достигается за счет медленного темпа и мажорного лада.

В *содержательный блок* также входят средства развития эмоционального интеллекта: занятия по вокалу, разбор песен, упражнения с элементами танцевдвигательной терапии, групповая рефлексия, упражнения на мимику и др.

*Технологический блок* модели развития эмоционального интеллекта (табл. 3) включает непосредственно создание необходимых условий для проведения занятий, использование методической литературы, проведение психологического тестирования, подбор репертуара. С целью развития эмоционального интеллекта используются разнообразные методы, формы и средства. Средствами являются подобранные руководителем песенный репертуар (для занятий по вокалу), музыкальные произведения, которые будут использованы во время проведения специальных упражнений для развития эмоциональных состояний.

Т а б л и ц а 3

**Технологический блок модели развития  
эмоционального интеллекта студенческой молодежи  
средствами любительской вокально-хоровой деятельности**

Элемент блока	Содержание
Этапы	1. Начальный 2. Этап развития понимания эмоций 3. Этап управления эмоциями 4. Деятельностный этап
Методы	Телесный метод (танцевдвигательный), групповая рефлексия, психологический (упражнения на понимание эмоций), педагогический. Методы психологической диагностики уровня развития эмоционального интеллекта
Формы	Формы СКД: массовые (форумы, фестивали, конкурсы, концерты, праздники, вечера-встречи); групповые (дискуссии, круглые столы, встречи с интересными людьми, мастер-классы, занятия, репетиции, выступления); индивидуальные (беседы, индивидуальные занятия)
Средства	Песенный репертуар, музыка

Чтобы достичь творческого роста, способствующего развитию эмоционального интеллекта, необходимо грамотно планировать занятия, работу над произведениями, музыкальной фразой, последовательно

и планомерно усложнять материал и т. д. Чрезвычайно важен подбор репертуара, который выполняют высококвалифицированные специалисты.

Одним из эффективных средств развития эмоционального интеллекта участников любительских коллективов является народная песня. Она обладает мощным нравственно-эстетическим потенциалом, способствующим приобщению к национальной культуре или других народов, развитию чувства патриотизма по отношению к своей стране, городу, Родине и т. д. Народная песня требует использования множества техник исполнения, музыкального и театрального артистизма, чтобы раскрыть образ песни.

Мы поддерживаем мнение В. А. Матука, что в каждом любительском хоровом коллективе должны присутствовать фольклорные произведения – народные песни, которые обогатят любой репертуар, расширят творческие способности исполнителей, благотворно скажутся на формировании эмоционального интеллекта [5, с. 64].

*Рефлексивно-диагностический блок* модели развития эмоционального интеллекта представлен в таблице 4.

Диагностика эмоционального интеллекта (существует множество методов) является важным аспектом модели по его развитию. Первичная диагностика (констатирующий этап) позволяет установить уровень эмоционального интеллекта у участников хорового коллектива. Анализ полученных результатов дает представления о том, кто испытывает наибольшие трудности, и какая общая психологическая атмосфера присутствует в коллективе.

В ходе формирующего этапа проводятся разнообразные занятия и упражнения, направленные на повышение эмоционального интеллекта, встроенные в основную деятельность обучения вокалу.

Т а б л и ц а 4

**Рефлексивно-диагностический блок модели  
развития эмоционального интеллекта студенческой молодежи  
средствами любительской вокально-хоровой деятельности**

Элемент блока	Содержание
Методы диагностики эмоционального интеллекта	Методика оценки эмоционального интеллекта Н. Холла; тест эмпатийного потенциала личности И. М. Юсупова; методика «Торонтская шкала алекситимии» (TAS); тест для определения индекса групповой сплоченности К. Э. Сижора
Этапы диагностики	– организационный (подготовка к диагностическим мероприятиям, сбор эмпирических данных); – констатирующий (анализ, интерпретация полученных результатов и оценка уровня эмоционального интеллекта); – формирующий (осуществление мероприятий по развитию интеллекта); – контрольный (анализ результатов диагностики после проведения мероприятий)

После реализации эксперимента проводится повторная диагностика и сравниваются результаты с первичной диагностикой. На основании этого формулируются выводы о том, как повлияли занятия на повышение уровня эмоционального интеллекта. В дальнейшем программа занятий может быть скорректирована руководителем в ходе эксперимента (отмечаются более или менее эффективные упражнения для его коллектива).

Таким образом, любительская хоровая деятельность является мощным социообразующим инструментом, она содействует не только развитию вокального мастерства, но и воспитанию гармонично развитой личности, формированию ее эмоционального интеллекта.

Разумное сочетание в репертуаре любительского хора различных произведений, включая народные песни, может оказать положительное влияние на личность в музыкально-познавательном смысле и активно способствует нравственно-эстетическому совершенствованию участников хоровой любительской деятельности и их слушателей.

1. *Андреева, И. Н.* Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие / И. Н. Андреева. – Новополоцк : Полоц. гос. ун-т, 2020. – 356 с.

2. *Ветлугина, Н. А.* Теория и методика музыкального воспитания в детском саду : учеб. пособие / Н. А. Ветлугина, А. В. Кенеман. – М. : Просвещение, 1983. – 255 с.

3. *Ефремов, А. Л.* Формирование личности в условиях любительского коллектива / А. Л. Ефремов. – СПб. : Питер, 2004. – 107 с.

4. *Кирпичева, В. В.* Эмоциональный интеллект: модели эмоционального интеллекта, эффективные способы развития эмоционального интеллекта / В. В. Кирпичева // Психологические и педагогические основы интеллектуального развития : сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф., Саратов, 1 марта 2023 г. – УФА, 2023. – С. 53–61.

5. *Матук, В. А.* Организационно-педагогические основы функционирования самодеятельных эстрадно-инструментальных коллективов / В. А. Матук. – Минск : Бестпринт, 2009. – 129 с.

6. *Романовский, Н. В.* Хоровой словарь / Н. В. Романовский. – 3-е изд., доп. – Л. : Музыка, 1980. – 142 с.

7. *Сахарова, Е. П.* Значение хорового пения для развития эмоционального интеллекта / Е. П. Сахарова. – URL: <https://infourok.ru/znachenie-horovogo-peniya-dlya-razvitiya-emocionalnogo-intellekta-2687349.html> (дата обращения: 01.04.2024).

8. *Сергиенко, Е. А.* Тест Дж. Мэйера, П. Сэловея и Д. Карузо «Эмоциональный Интеллект» (MSCEIT v. 2.0.) : руководство / Е. А. Сергиенко, И. И. Ветрова. – М. : Институт психологии РАН, 2010. – 176 с.

9. *Ушинский, К. Д.* О народности в общественном воспитании // Избранные педагогические сочинения : в 2 т. / К. Д. Ушинский. – М., 1953. – Т. 1. – С. 131–136.

10. *Холопова, В. Н.* Музыка как вид искусства : учеб. пособие / В. Н. Холопова ; Моск. гос. консерватория им. П. И. Чайковского. – Изд. 4-е, испр. – СПб. : Лань : Планета музыки, 2014. – 319 с.

11. *Шамина, Л. В.* Работа с самодеятельным хоровым коллективом / Л. В. Шамина. – 3-е изд. – М. : Музыка, 1985. – 176 с.

Дата паступлення артыкула ў рэдакцыю: 10.09.2024.