

Influența inteligenței emoționale asupra performanței academice **The influence of emotional intelligence on the academic performance**

Maria Pleșca, *conf. univ. dr.*,
UPS „Ion Creangă”

Rezumat

Tema acestei cercetări o reprezintă studiul asupra importanței inteligenței emoționale în performanța academică a studenților. Cercetarea pornește de la afirmațiile referitoare la faptul că anumite persoane au rezultate deosebite în practică și reușesc mai bine în viață decât altele, care au un IQ (cognitiv) mai mare. Dacă un student are suficiente cunoștințe și raționează inteligent, dar nu-și cunoaște emoțiile și sentimentele, astfel nereușind să le gestioneze, să-și promoveze ideile, întâmpină dificultăți în încercarea de a-și construi relațiile cu ceilalți și de a avea performanțe academice. Experimental, a fost dovedit că studenții cu un nivel înalt al inteligenței emoționale au o performanță academică semnificativ mai mare decât cei cu un nivel scăzut al inteligenței emoționale. Dezvoltarea inteligenței emoționale în școală, universitate permite punerea în valoare a aptitudinilor intelectuale, a creativității, asigurând mai târziu reușite în plan profesional.

Cuvinte-cheie: *intelență emoțională, emoție, performanță academică, student.*

Summary

The theme of this research is the study of the importance of emotional intelligence in the academic performance of students. The research is based on affirmation that certain people have good results in practice and succeed better in life than others, they have an IQ (cognitive) higher. If a student has sufficient knowledge and reasoning intelligent, but does not know their emotions and feelings, thus failing to manage, to promote their ideas, have difficulties in trying to build relationships with others and to have successful academic performance. It was experimentally proven that students with a high level of emotional intelligence have a significantly higher academic performance than those with low emotional intelligence. The developing of emotional intelligence in schools, universities allow the value of intellectual skills, creativity, later allow a professionally success.

Keywords: *emotional intelligence, emotion, academic performance, student.*

Starea actuală a societății contemporane îi determină pe fiecare dintre membrii ei să reflecteze adânc asupra schimbărilor ce se produc în comunitate, în viața lor profesională și personală. Atât viteza cu care intervin aceste schimbări, cât și dramatismul lor, incertitudinea și caracterul lor contradictoriu fac ca personalitatea să-și revizuiască manifestările comportamentale, conturându-și alte priorități valorice. Astfel, pentru a rezista și a face față tuturor provocărilor, cele mai semnificative și relevante priorități, în acest sens, devin cele orientate spre stabilitatea trăirilor afective, echilibrul emoțional, priceperea de a relaționa, a coopera, a înțelege și gestiona corect

emoțiile proprii și ale celor din jur. Conștientizând aceste lucruri, tot mai des relevăm importanța emoțiilor și a stărilor afective în sprijinirea controlului asupra situațiilor social dificile, inducând la un comportament corect, adecvat, garantând un nivel normal de socializare și integrare morală, stimulând motivația comunicării interpersonale active.

Tema acestei cercetări o reprezintă studiul asupra importanței inteligenței emoționale în performanța academică a studenților. Cercetarea pornește de la afirmațiile referitoare la faptul că anumite persoane au rezultate deosebite în practică și reușesc mai bine în viață decât altele, care au un IQ (cognitiv) mai mare. Dacă un student are suficiente cunoștințe și raționează inteligent, dar nu-și cunoaște emoțiile și sentimentele, astfel nereușind să le gestioneze, să-și promoveze ideile, întâmpină dificultăți în încercarea de a-și construi relațiile cu ceilalți și de a avea performanțe academice.

Există un dezacord legat de caracteristica înnăscută sau dobândită a inteligenței emoționale, dar se consideră totuși că, spre deosebire de gradul de inteligență cognitivă (care, odată inițiat, rămâne constant de-a lungul vieții), inteligența emoțională, componentele ei pot fi în cea mai mare parte învățate. Astfel, gradul de inteligență emoțională poate fi crescut prin educație și exerciții (deși unele componente ale inteligenței emoționale sunt tratate ca trăsături de personalitate, acestea fiind mai greu de modificat).

Complexitatea mereu crescândă a societății contemporane face ca inteligența probată în contextul educațional să fie insuficientă pentru mulți dintre noi în contextul rezolvării problemelor cotidiene. Sunt bine cunoscute cazurile a numeroși studenți geniali a căror performanță, pe durata școlarizării, depășește sensibil reușitele colegilor lor, dar care nu reușesc mai apoi să-și valorifice potențialul, eșuând în plan profesional din cauza lipsei deprinderilor practice și a celor sociale. Se atestă și reversul acestei situații: unele persoane, deși modest dotate intelectual, dovedesc o bună adaptare socială la o mare varietate de contexte, fiind considerate oameni de succes. Nu trebuie omis faptul că în cele două medii, educațional și social, problemele cu care ne confruntăm sunt calitativ diferite. Mediul educațional impune pentru rezolvare, prioritar, problemele bine definite, adică problemele pentru care, de regulă, există un singur răspuns corect. Prin contrast, problemele vieții cotidiene sunt slab definite, ceea ce permite abordarea lor din mai multe perspective, căci, pentru ele, nu există niciodată o soluție perfectă. Din dorința de a depăși acest aparent paradox, cercetătorii au introdus o serie de termeni noi, printre care și *inteligență emoțională*.

P. Salovey și J.D. Mayer (1990; 1993) consideră că inteligența emoțională implică abilitatea de a percepe cât mai corect emoțiile și de a le exprima, abilitatea de a genera sentimente atunci când ele facilitează gândirea și abilitatea de a cunoaște, de a percepe emoțiile și de a le regulariza, pentru

a promova dezvoltarea emoțională și intelectuală semnificativă [9]. În 1992, R. Bar-On a stabilit componentele inteligenței emoționale, pe care le grupează în felul următor:

a) aspectul intrapersonal: conștientizarea propriilor emoții – abilitatea de a recunoaște propriile sentimente; optimism (asertivitate) – abilitatea de a apăra ceea ce este bine și disponibilitatea de exprimare a gândurilor, credințelor, sentimentelor, dar nu într-o manieră distructivă; respect – considerație pentru propria persoană (abilitatea de a respecta și accepta ce este bun); autorealizare – abilitatea de a realiza propriile capacități potențiale, capacitatea de a începe să te implici în atingerea unor scopuri, care au o anumită semnificație pentru tine; independență – abilitatea de a te direcționa și controla singur în propriile gânduri și acțiuni, capacitatea de a fi liber de dependențele emoționale;

b) aspectul interpersonal: empatie – abilitatea de a fi conștient, de a înțelege și aprecia sentimentele celorlalți; relații interpersonale – abilitatea de a stabili și menține relații interpersonale reciproc pozitive; responsabilitate socială – abilitatea de a-ți demonstra propria cooperativitate, în calitate de membru contribuabil și constructiv în grupul social căruia îi aparții sau pe care l-ai format;

c) adaptabilitate: rezolvarea problemelor – abilitatea de a fi conștient de probleme și de a le defini, pentru a implementa potențialele soluții; testarea realității – abilitatea de a stabili, a evalua corespondențele între ceea ce înseamnă o experiență și care sunt obiectivele existente; flexibilitate – abilitatea de a-ți ajusta gândurile, emoțiile și comportamentul pentru a schimba situația și condițiile;

d) controlul stresului: toleranța la stres – abilitatea de a te împotrivi evenimentelor stresante fără a te poticni, precum și abilitatea de a face față acestora în mod activ și pozitiv; controlul impulsurilor, abilitatea de a rezista sau amâna impulsivitatea și de a îndepărta tentația care te determină să acționezi în grabă;

e) dispoziția generală: fericire – abilitatea de a te simți satisfăcut de propria viață, de a te simți bine singur și împreună cu alții; optimism – abilitatea de a vedea partea frumoasă a vieții [3].

Conform viziunii lui Daniel Goleman, constructele care compun această formă a inteligenței sunt: conștiința de sine – încredere în sine; autocontrolul – dorința de adevăr, conștiinciozitatea, adaptabilitatea, inovarea; motivația – dorința de a cuceri, dăruirea, inițiativa, optimismul; empatia – a-i înțelege pe alții, diversitatea, capacitatea politică; aptitudinile sociale – influența, comunicarea, managementul conflictului, conducerea, stabilirea de relații, colaborarea, cooperarea, capacitatea de lucru în echipă [6].

D. Goleman consideră că, pentru a reuși în viață, fiecare dintre noi ar trebui să învețe și să exerseze principalele dimensiuni ale inteligenței emoționale: conștiința propriilor emoții, controlul emoțiilor, motivarea personală (exploatarea, utilizarea emoțiilor în mod productiv); empatia – citirea emoțiilor; dirijarea (conducerea) relațiilor interpersonale [6].

Evaluarea pedagogică este relevantă prin performanța academică, ce reprezintă totalitatea modificărilor personalității studentului, însușite prin învățare. În conceptul de „performanță academică” se regăsesc atât schimbările de natură culturală (acumularea cunoștințelor), cât și cele de dezvoltare a personalității.

Obiectivul urmărit în cercetare este reprezentat de studiul asocierii inteligenței emoționale cu performanța academică a studenților.

Ipoteza cercetării: studenții cu nivelul înalt al inteligenței emoționale au o performanță academică semnificativ mai mare decât cei cu nivelul scăzut al inteligenței emoționale.

În scopul verificării acestei ipoteze, am aplicat Chestionarul de inteligență emoțională Goleman, adaptat de M. Rocco. Datele performanței academice sunt reprezentate de media generală a notelor la discipline pe semestre.

Pentru proba de inteligență emoțională, subiecții puteau obține scoruri cuprinse în intervalul 0-210 puncte. Pentru studenții care au fost incluși în lotul nostru, la această probă a fost înregistrat un scor minim de 40 de puncte (50 de cazuri) și un scor maxim de 210 puncte (1 caz). Media scorurilor, la acest chestionar, este 99,34 puncte, cu o abatere standard de 38,948 și cu o eroare standard a mediei 2,944. Distribuția rezultatelor la această probă este indicată în tabelul 1.

Tabelul 1. Frecvențele la proba de inteligență emoțională

Nivel	Frecvență	%
excepțional	1	1%
peste medie	25	21%
mediu	44	37%
sub medie	50	41%
total	120	100

Aceasta înseamnă că 50 dintre studenți au un nivel scăzut al inteligenței emoționale, caracterizându-se prin: un slab control al emoțiilor (toleranță scăzută la frustrare, tendințe autodestructive, incapacitate de a-și stăpâni mânia etc.); un nivel empatic scăzut (capacitate slabă de a discrimina stările afective ale altora, de a învăța să-i asculte pe ceilalți, de a fi în stare să privească din perspectiva celuilalt); o dirijare și conducere precară ale relațiilor interpersonale (inabilitatea de a rezolva conflictele, lipsa asertivității, a abilității de a comunica, de a negocia neînțelegerile etc.), o slabă conștientizare a propriilor emoții (greutate în a recunoaște sau a denumi diferite stări afective, nu pot să realizeze diferența între cuvintele care exprimă stări afective și cuvintele care exprimă gânduri sau acțiuni, nu au abilitatea de a accede sau genera sentimente, atunci când ele facilitează

gândirea, nu au abilitatea de a cunoaște și înțelege emoțiile și de a le uniformiza, pentru a facilita dezvoltarea emoțională și intelectuală, nu înțeleg cauzele emoțiilor, nu fac diferența între sentimente, senzații și acțiuni).

Media datelor pentru nivelul de inteligență emoțională a grupului de studenți cu inteligență emoțională scăzută este mai mică decât cea a grupului cu inteligență emoțională ridicată, diferența fiind de 21,5, media datelor pentru coeficientul de inteligență și cea a performanței academice (în funcție de inteligența emoțională) sunt sensibil apropiate. Proporția dintre subiecții cu nivel de performanță academică scăzut și nivel de inteligență emoțională scăzut este de 46%, față de 34% performanță academică scăzută și nivel de inteligență emoțională crescut. Această proporție este inversă în cazul grupului cu performanță școlară înaltă. Frecvența cea mai mare, în eșantionul studiat, o prezintă subiecții cu nivel de inteligență emoțională scăzut și performanță academică scăzută, care constituie aproape jumătate din lot.

Corelația dintre inteligența emoțională și performanța academică este semnificativ pozitivă (nivelul înalt al inteligenței emoționale se asociază cu performanța școlară înaltă). Asocierea este semnificativă $r = 0,934$; $p = 0,0001$. Diferența mediilor performanței academice în funcție de nivelul inteligenței emoționale este semnificativă la $p < 0,05$.

În cazul nivelului de inteligență emoțională scăzut, atestăm mai multe cazuri cu nivel de performanță academică scăzut, față de cazul nivelului de inteligență emoțională înalt, unde sunt mai puține cazuri cu nivel de performanță academică scăzut.

În concluzie, menționăm că studenții cu un nivel înalt al inteligenței emoționale au o performanță academică semnificativ mai mare decât cei cu un nivel scăzut. Dezvoltarea inteligenței emoționale în școală, universitate permite punerea în valoare a aptitudinilor intelectuale, a creativității, asigurând mai târziu reușite în plan profesional.

Prin capacitatea personală de identificare și gestionare eficientă a propriilor emoții în raport cu scopurile (spre care sunt direcționate), studenții (care au acumulat cunoștințe) pot atinge rezultate favorabile, crescându-și performanța academică.

Aplicarea anumitor metode pentru dezvoltarea inteligenței emoționale, schimbările conjuncturale și relaționale (în mediile școlare, familiare, de grup) pot concura, împreună cu alți factori necesari, la creșterea performanței academice a studenților.

Bibliografie

1. Andre, C., *Cum sa ne exprimăm emoțiile și sentimentele*, Trei, București, 2008.
2. Baylon, C., Mignot, X., *Comunicarea*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2000.
3. Bar-On, R., Parker James, D.A., *Manual de inteligență emoțională*, Curtea Veche, colecția Biblioterapia, 2012.
4. Capotescu, R., *Stresul ocupațional. Teorii, modele, aplicații*, Lumen, Iași, 2006.
5. Dumitru, I., *Personalitate – atitudini și valori*, Editura de Vest, Timișoara, 2004.
6. Goleman, D., *Inteligența emoțională*, Curtea Veche, București, 2001.
7. Lazarus, R., *Emoție și adaptare*, Trei, București, 2011.
8. Luca, M., *Personalitate și succes profesional*, Universitatea Transilvania, Brașov, 2003.
9. Salovey, P., Mayer, J.D., *Emotional Intelligence in Imagination, Cognition and Personality*, nr. 9, 1990.
10. Zlate, M., *Tratat de psihologie organizațional-managerială*, Polirom, Iași, 2004.