

Az érzelmi intelligencia (EQ) és az önszabályozás szerepe az online tanulásban

PÁSZTOR JUDIT

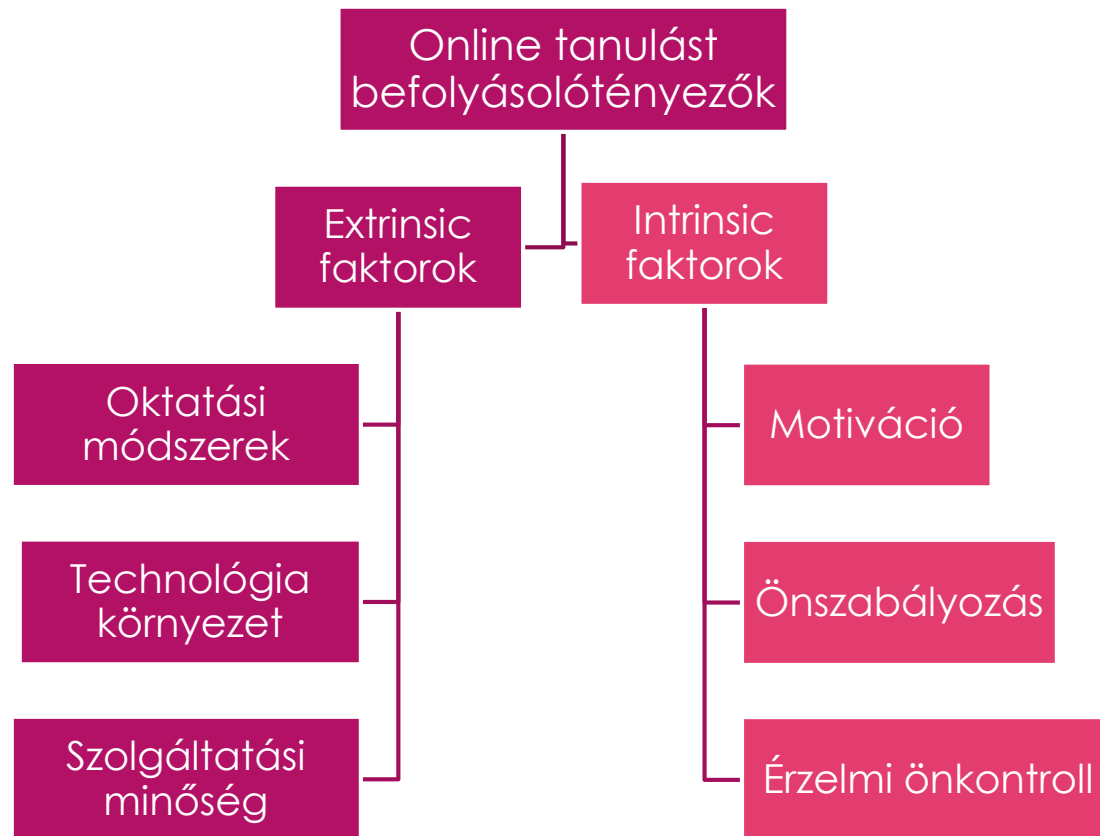
PANNON EGYETEM,
MENEDZSMENT INTÉZET
GAZDÁLKODÁS- ÉS SZERVEZÉSTUDOMÁNYOK DOKTORI ISKOLA

Probléma meghatározás

- ▶ MOOC és online kurzusok beiratkozási és teljesítési számai elmaradnak a várttól
- ▶ A COVID-19 járvány miatt hirtelen kialakított magyar online oktatási rendszer további finomításokra szorul
 - ▶ Technikai hibák (több platform párhuzamos használata)
 - ▶ Szervezési hibák (tárgyak / platformok egységes információs rendszerének hiánya)
 - ▶ Felkészültségbeli hibák (óraadás rendjének, számonkérésnek a problémái)
 - ▶ Tananyag tervezési hibák (tananyag formátuma, „adagolása” nem megfelelő)
- ▶ Egyéni különbségek is szerepet játszanak az online oktatás sikerében (motiváció, önszabályozás, érzelmi reakciók)

Különbség az elvárásokban: KÖTELEZŐ OKTATÁS és VÁLASZTOTT KÉPZÉS esetén

Online tanulást befolyásoló tényezők



Miért fontos az érzelmi önkontroll?

- ▶ Jelentős egyéni különbségek vannak az érzelmi válaszok területén.
- ▶ Nincsenek fizikailag jelen mások: osztálytársak és oktatók
→ kommunikáció átkerül a digitális térbe
→ kapaszkodók elvesznek (**nonverbális kommunikációs elemek eltűnnek**)
→ gyengébb mértékű a társas támogatás
- ▶ Külső kontroll (oktató és társas nyomás) kisebb
→ kevesebb a visszacsatolás
→ belső kontrollra nagyobb szükség van (önszabályozás szerepe).
- ▶ Fontos a negatív érzelmek (szorongás, stressz, frusztráció) megfelelő kezelése

Érzelmi intelligencia & önszabályozás

Érzelmi intelligencia (EQ)

- ▶ Saját magunk és mások érzelmeinek felismerésére és megfelelő kezelésére való képesség.
- ▶ Két fő irányvonal:
 - Vonás (személyiség) alapú EQ
 - Képesség alapú EQ
- ▶ Akadémia és társas kapcsolati sikerek prediktora.

Önszabályozás

- ▶ A viselkedés, érzelmek és gondolatok kontrollálásának képessége.
- ▶ Érzelmi-önszabályozás: a destruktív gondolatok és érzelmek kontrollja.
- ▶ Hosszú távú célitűzések melletti kitartás.

Kutatási kérdések

Milyen átlagos érzelmi intelligencia szinttel és önszabályozó képességgel rendelkeznek az egyes (tanuló / nem tanuló) csoportok?

Milyen szintű társas stressznek vannak kitéve az egyes (tanuló / nem tanuló) csoportok?

Van összefüggés az egyének érzelmi intelligencia szintje, önszabályozó képessége és társas stressz szintje között?

Módszer

QuestionPro rendszerében készített, Facebook-on terjesztett, online kérdőív
Demográfiai kérdésekből és validált kérdőívekből összeállítva:

1. Schutte-féle Önbeszámolás Érzelmi Intelligencia Skála (SSREI) $\alpha = 0.89$

- ▶ 27 kérdésből áll (5 kérdés Chronbach alfa javítása érdekében eltávolításra került)
- ▶ Válaszadás 5 fokozatú likert skálán

2. „Félelem a negatív megítélésétől” Skála (BFNES) $\alpha = 0.96$

- ▶ 12 kérdésből áll (5 kérdés Chronbach alfa javítása érdekében eltávolításra került)
- ▶ Válaszadás 5 fokozatú likert skálán

3. Önszabályozás Skála (SRQ) $\alpha = 0.84$

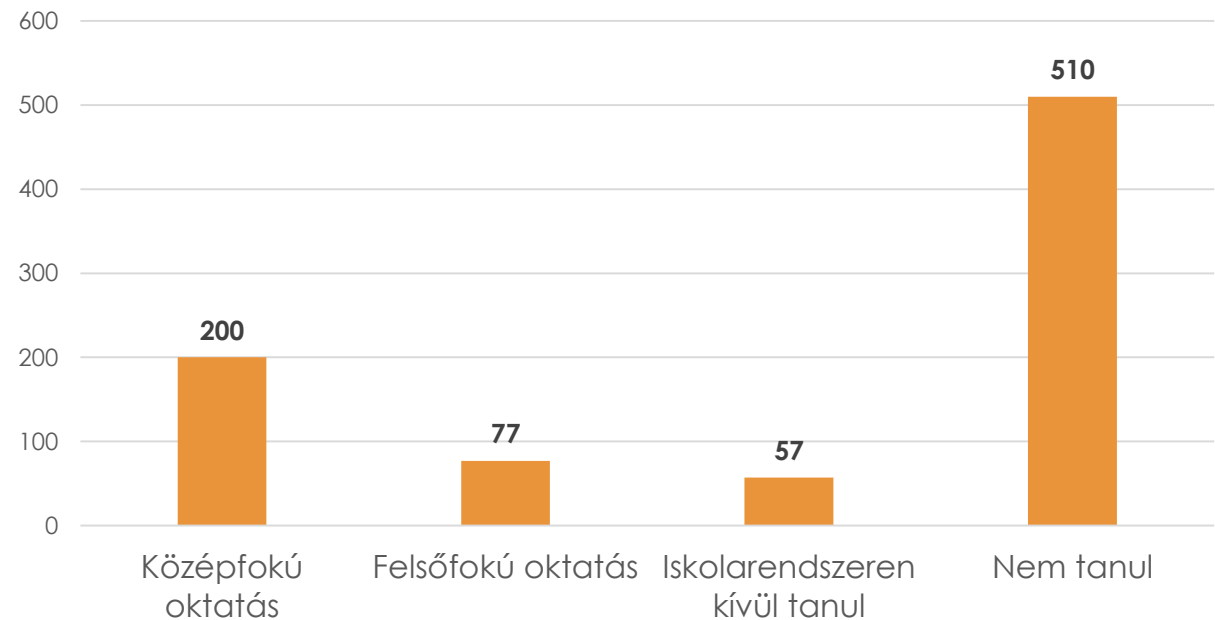
- ▶ 12 kérdésből áll (3 kérdés Chronbach alfa javítása érdekében eltávolításra került)
- ▶ Válaszadás 4 fokozatú likert skálán

Minta bemutatása

az eredmények nem reprezentatívak

- ▶ **Elemzés:** 844
- ▶ **Életkor:** 14 -78 között
átlagéletkor: 39.06 (SD = 18.78)
- ▶ **Férfiak:** 22.3%
n = 188
átlagéletkor: 31.56 (SD = 19,061)
- ▶ **Nők:** 77.7%
n = 656
átlagéletkor: 41.21 (SD = 18.160)

Résztevőszám oktatási típus szerint



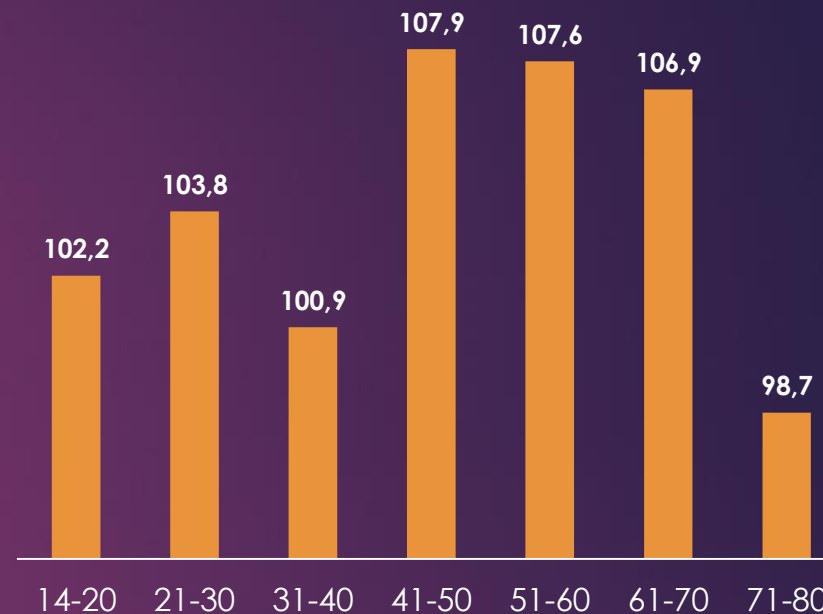
Érzelmi Intelligencia (EQ)

Az érzelmek szabályozásának képessége

Az érzelmek megértésének és érzelmi tudás alkalmazásának képessége

Az érzelmek integrálásának képessége

Az érzelmek észlelése és kifejezése



- Szignifikáns korcsoportonkénti különbségek nincsenek.
- Az EQ szintje az életkorral minimálisan nő.
- Fejleszthető.

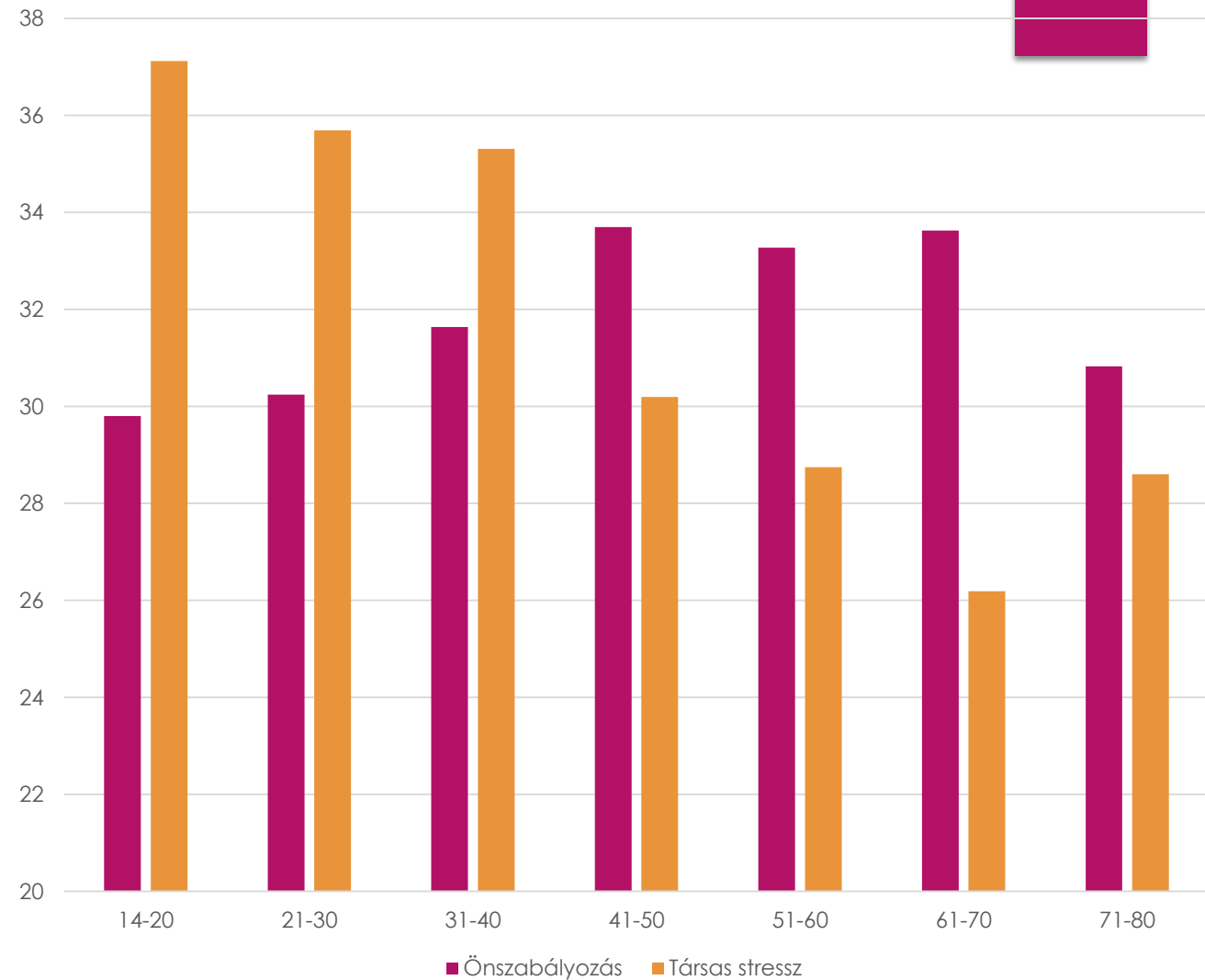
Életkori különbségek

életkor → önszabályozás
($r = 0.261$, $p = 0.00$)

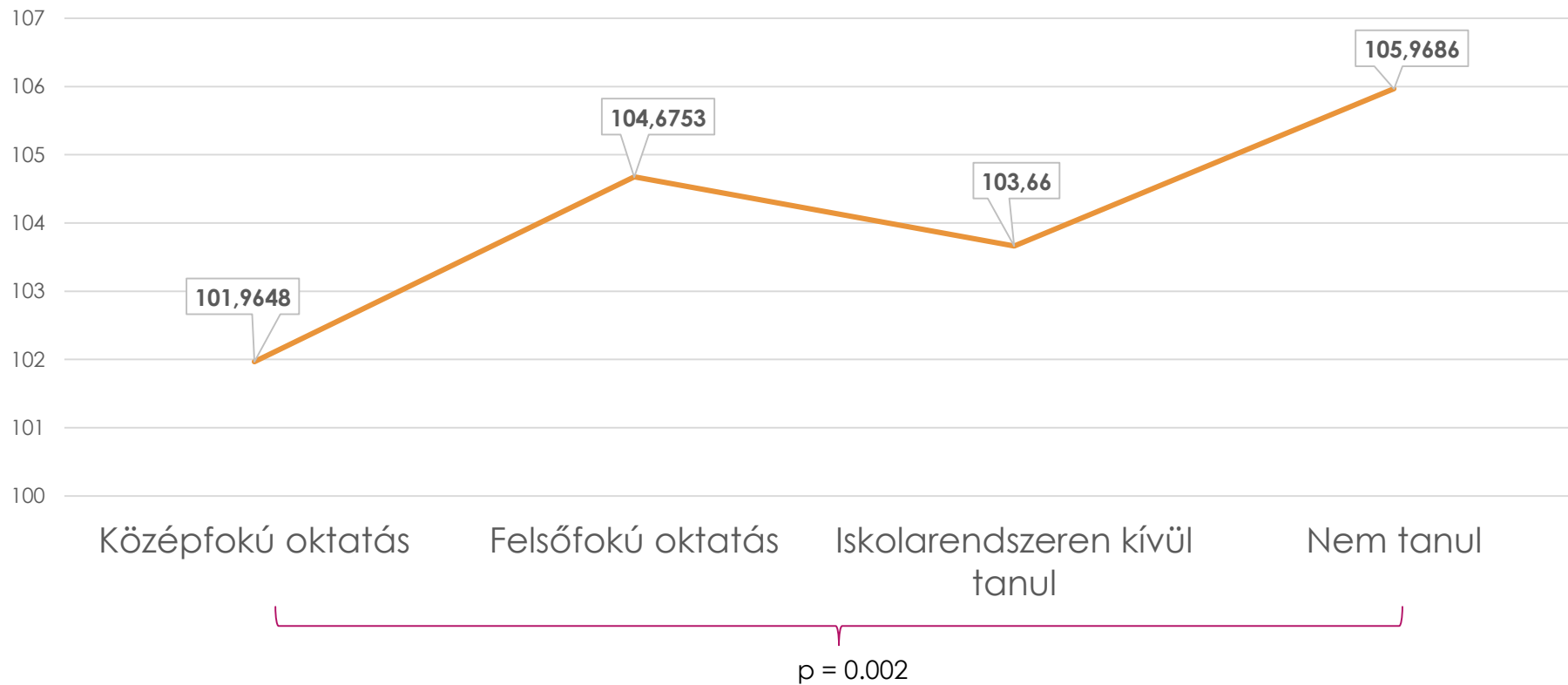
életkor → társas stressz
($r = -0.336$, $p = 0.00$)

életkor → EQ
nincsen jelentős kapcsolat

önszabályozás → társas stressz
($r = -0.440$, $p = 0.00$)



Érzelmi intelligencia (EQ)



Társas stressz

Nem tanul és iskolarendszerben tanul között szignifikáns különbség ($p = 0.00$ és 0.04)

Nem tanul és iskolarendszeren kívül tanul között nincs szignifikáns eltérés

Iskolarendszeren kívül és belül tanuló között szignifikáns különbség ($p = 0.00$ és 0.02)

Önszabályozás

Nem tanul és középfokú oktatásban tanul ($p = 0.00$)

Középfokú oktatásban tanul és iskolarendszeren kívül tanul ($p = 0.03$)

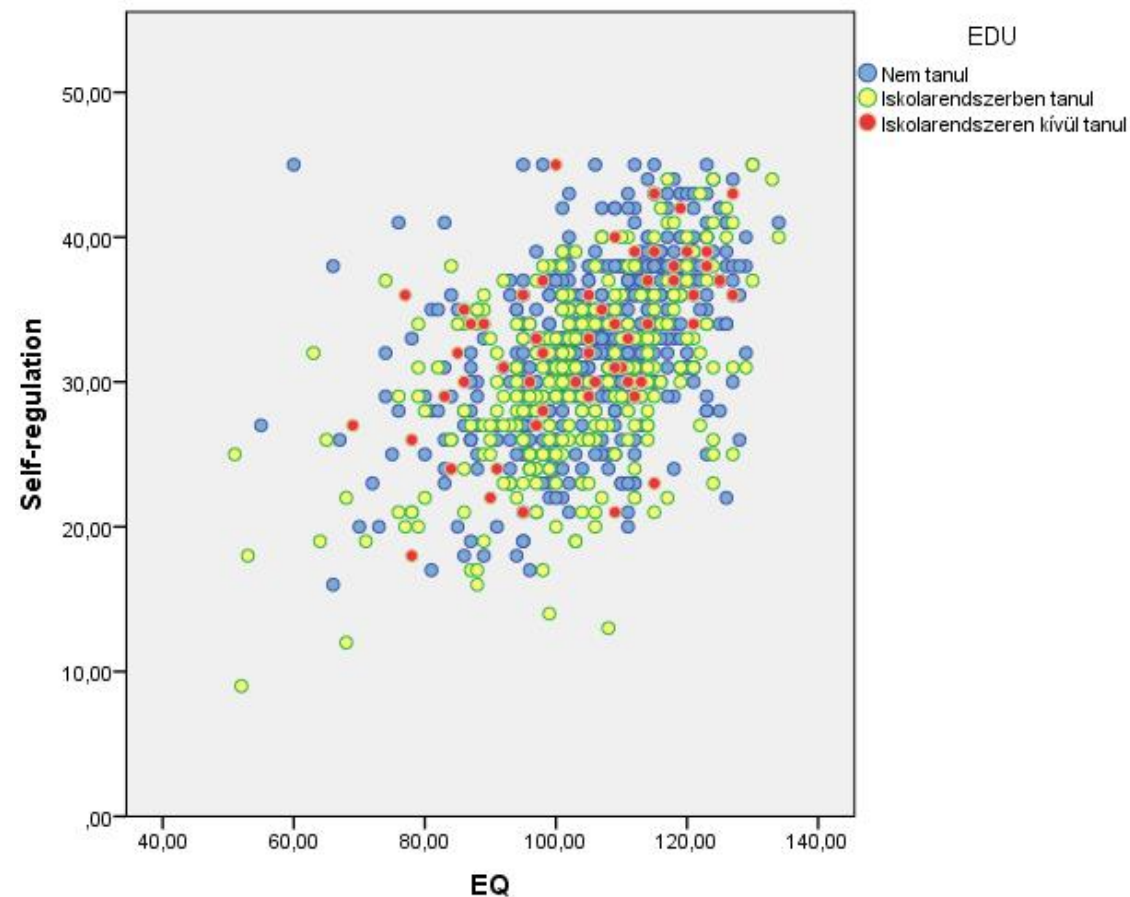


Érzelmi intelligencia és önszabályozás kapcsolata

$r = 0.476$, $p = 0.00$

Erősebb érzelmi önszabályozás előnyei:

- ▶ Magasabb EQ → saját érzések pontosabb felismerése, gördülékenyebb kommunikáció és visszacsatolás
- ▶ Erősebb önszabályozás → valószínűbb kitartás az eredeti célok érdekében
- ▶ Erősebb érzelmi önszabályozás → jobb stressz- és frusztrációtűrés

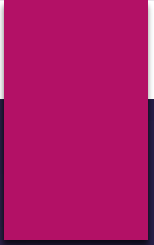


Konklúzió

- ▶ A magasabb érzelmi intelligencia (EQ) jobb ellenállóképességet biztosít a társas stressz esetében és erősen összefügg a magas önszabályozó képességgel.
- ▶ A magasabb érzelmi önszabályozó képesség jobb stressz- és frusztrációtűrést jelent, ami növeli az online képzések elvégzésének valószínűségét.

Hogyan javítható az online oktatási folyamat?

- ▶ Több személyes visszacsatolás oktató részről: bizonytalanságérzés csökken.
- ▶ Tanulók összekapcsolódásának elősegítése: társas támogatás lehetősége.
- ▶ Korosztályi különbségek figyelembevétele: idősebbek „önállóbbak”, fiatalabbaknak fontosabb az oktatási közeg (társas támogatás).
- ▶ Minél fiatalabb korosztállyal dolgozunk, annál fontosabb a tananyag alapos felépítése és „adagolása”, mivel az önszabályozó képesség alacsonyabb.



Köszönöm a figyelmet!

PASZTOR.JUDIT@GTK.UNI-PANNON.HU