

здоровьем, чем студентов, они проявляют инициативу, направленную на лечение различных болезней, своевременно проходят медицинское обследование. В данном случае курсанты могут переживать страх по той причине, что их не устраивает пища, возможно плохие условия для восстановления после физических перегрузок, боятся за свою жизнь в преддверье огневой подготовки, либо в процессе занятия приёмами рукопашного боя. Другими словами в процессе обучения в данном вузе может сформироваться привычка на личностном уровне, заставляющая контролировать своё здоровье. Однако к четвёртому курсу многие из курсантов могут приобрести *напряжённость, обусловленная тревогой и страхом за своё физическое здоровье как личностную черту.*

Сходная по величине корреляция ($r = 0,55$ при $p > p_{,01}$) между первой и восьмой шкалой методики СМЛ, как и в предыдущем, случае в отношении первой и седьмой шкал, подтверждает нашу гипотезу о связи напряжённости с другими личностными чертами курсантов. Это выражается у курсантов на личностном уровне в виде идей и трудно корригируемых концепций, связанных с состоянием физического здоровья. То есть это может изначально проявляться в ригидных стереотипах, ориентированных на физическое благополучие. В дальнейшем это позволяет объяснять отчуждённость, и отгороженность от окружающих наличием соматически обусловленных затруднений. Всё же при постоянном занятии курсантами строевой подготовкой неизбежны конфликтные ситуации и с офицерами, обусловленные игнорированием занятий на плацу.

Отрицательная корреляция между показателями первой и девятой шкалы ($r = - 0,62$) вызывает несколько сложные толкования по поводу внутриличностных переживаний, основанных на психологических оценках физического здоровья относительно отрицания тревоги и гипоманиакальных тенденций в поведении курсантов.

Тенденции отрицать тревогу могут выражаться в пренебрежении к проблемам здоровья, в игнорировании затруднений связанного с ним. Так как имеет место в этом случае отрицательное значение корреляции, то можно сказать, чем ниже показатель уровня здоровья, тем чаще люди склонны проявлять стремление к контактам с окружающими, лидерству, оптимизму, широте интересов. В некоторых случаях их поведение характеризуется излишним напряжением и активным стремлением к соматической терапии, либо они демонстрируют оптимизм и стремление подчеркнуть свою стойкость перед недугом.

Таким образом, гипотеза о том, что напряжённость как личностная черта курсантов имеет свою связь с другими личностными чертами курсантов, находит своё частичное подтверждение из тех выбранных нами черт, которые были рассмотрены в процессе исследования. Исключением можно считать в рамках неподтвержденности нашей гипотезы случай, связанный с отсутствием значимой корреляции между показателями первой и четвёртой шкалы по методике СМЛ.

Литература

1. Айзенк Г. Ю. Структура личности [Текст]: пер. с англ. - СПб.: Ювента . М.: КСП+, 1999. - 464 с.
2. Собчик Л. Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМЛ [Текст]: практическое руководство. - СПб.: Речь, 2000. - 219 с.
3. Сосновский Б. А. Лабораторный практикум по общей психологии [Текст]: лабораторный практикум. - М.: «Просвещение», 1979. - 156 с.

Поспелова Т.Б. ®

Старший преподаватель, кафедра английского языка факультета экономики НИУ ВШЭ

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА АКАДЕМИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ

Аннотация

В процессе получения образования важную роль играют не только умственные способности человека, но и его эмоциональные компетенции - способность понимать свои эмоции и чувства других людей, умение управлять эмоциями. При изучении иностранных языков студенты постоянно находятся в ситуациях общения, развивая свои коммуникативные навыки. Обладание эмоциональным интеллектом может существенно повлиять на их академические достижения.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, управление эмоциями, коммуникативные навыки, академические успехи.

Key words: emotional intelligence, emotion management, communicative skills, academic success.

Основной целью университетов является академическое развитие студентов. Высшее образование подразумевает наличие у выпускников не только академических знаний в определенной сфере, но и прикладных. Им нужно овладеть такими умениями и навыками, которые будут необходимы будущим специалистам для успешной карьеры на рабочем месте, а также в личной жизни. В современных условиях быстро происходящих изменений особенно важным является умение быстро реагировать на изменения, приспосабливаться к новым условиям окружающей среды. Не менее актуальными считаются коммуникативные навыки, умение правильно понимать людей и их поступки, оценивать ситуацию, в которую попадает человек, установление и укрепление отношений с другими людьми. Комбинация умений и навыков, необходимых студентам для успешного выживания в жизни, считается эмоциональным интеллектом.

В последнее время интерес к изучению эмоционального интеллекта и его влияние на академические успехи неуклонно растет. Среди многочисленных факторов, способствующих тому, что студенты не заканчивают начатое ими образование и испытывают трудности в обучении, можно выделить такие, как переживание отрицательных эмоций во время процесса обучения, напряженные отношения с учителями и со сверстниками, сложности с адаптацией к новым условиям. Национальный Центр Образовательной Статистики США приводит такие данные: только 73% учеников старших классов школы выпускаются в течение четырех лет; из тех, кто поступает в колледж, только 55% получают степень бакалавра, более 18% не заканчивают начатое ими высшее образование [9, 431].

Для того чтобы успешно справляться с академическими требованиями, выставляемыми перед студентами, им очень важно обладать приемами управления стрессом, для принятия правильных решений относительно стиля поведения необходимо понимать себя самого, иметь самообладание.

Эмоциональные компетенции тесно связаны с академическим и социальным развитием студентов. Студентам, которые владеют эмоциональными компетенциями, легче учиться и эффективно выстраивать межличностные отношения. Проблемы, которые возникают в процессе социального взаимодействия, быстрее решаются среди людей, умеющих контролировать собственные эмоции, анализировать чувства других людей, способных сопереживать и оказывать поддержку. Такие люди зачастую обладают более высоким уровнем самосознания и способны генерировать инновационные идеи. Более того, что студенты, обладающие более высоким коэффициентом эмоционального развития, достигают лучших результатов в обучении. Поэтому развитие эмоционального интеллекта можно по праву считать одним из ключевых факторов, способствующих успешному обучению каждого человека в частности и полноценному развитию всего общества в целом.

Так что подразумевается под эмоциональным интеллектом? Изучая эмоциональный интеллект, исследователи предлагали различные определения данному феномену. Впервые термин был применен в 1990 году. Его авторы - Сэловей П. и Мэйер Д. - рассматривают эмоциональный интеллект как способность человека контролировать свои собственные чувства и чувства других людей, распознавать их и использовать эту информацию для того, чтобы управлять своим собственным мышлением и действиями [8, 185-211]. Бечара А. и др. рассматривают эмоциональный интеллект как совокупность эмоциональных способностей, составляющих некую форму интеллекта, которая имеет отличия от когнитивного интеллекта или от IQ [2, 211].

Более того, Сэловей П. и Груэл Д. разработали модель составляющих частей эмоционального интеллекта, включающих четыре различных способности или умения: а) восприятие эмоций, б) использование эмоций, в) понимание эмоций и г) управление эмоциями [7, 281-282].

Первый компонент этой модели - умение чувствовать эмоции - предполагает способность определять и распознавать эмоции, выраженные какими-то образами, лицами, голосами, жестами. Это в свою очередь дает возможность обрабатывать полученную эмоциональную информацию.

Второй компонент - умелое использование эмоций - способствует появлению и развитию различных когнитивных способностей. К примеру, какое настроение будет предпочтительно при выполнении трудного и монотонного задания, требующего дедуктивного мышления и внимательного отношения к деталям в самые кратчайшие сроки? Если человек находится в слегка грустном настроении, он выполняет задание более тщательно и методично. Напротив, веселое настроение способствует творческим и инновационным задачам. В целом, эмоционально-компетентный человек сумеет выгодно воспользоваться своим настроением для наиболее успешного выполнения стоящей перед ним задачи.

Третий компонент эмоционального интеллекта включает в себя способность понимать язык

эмоций и различать разнообразные оттенки чувств, например, определять грань между чувством счастья и состоянием экстаза. Более того, к этому компоненту можно отнести и осознание того, как эмоции трансформируются из одного состояния в другое. Как, к примеру, состояние шока может перейти в чувство печали.

Четвертая составляющая модели эмоционального интеллекта состоит из способности управлять своими эмоциями в первую очередь, а также эмоциями других людей. Примером управления эмоциями (или неспособностью управления ими) могут послужить те ситуации в жизни человека, когда он теряет контроль над своим поведением. Говоря об управлении эмоциями других людей, можно представить человека, выступающего перед публикой и способного своей, к примеру, гневной речью вызвать такие же чувства у слушающей его аудитории. Таким образом, эмоционально-интеллектуальный человек сможет использовать эмоции для достижения поставленной цели [7, 281-282].

Эмоции и общение тесно связаны, так как во время взаимодействия люди склонны испытывать определенные чувства - позитивные или негативные - как по отношению к собеседнику, так и к окружающей их обстановке. Эти ощущения остаются в подсознании и могут повлиять на дальнейшую деятельность. Например, неудачный опыт в какой-нибудь работе и, следовательно, возникшее плохое настроение может привести к негативному состоянию в целом, вплоть до нервного срыва и депрессии. Подобным же образом у студентов вырабатывается определенное эмоциональное отношение к обучению, исходя из их опыта общения с преподавателями и сокурсниками - у них либо вырабатывается стойкое нежелание учиться, либо появляется конструктивный подход к обучению. На их эмоциональное отношение также может повлиять атмосфера на занятиях и виды деятельности, используемые в процессе обучения. Если студенты заинтересованы той или иной работой, они охотно берутся за нее, и в результате их положительный настрой сказывается и на других видах работы.

Через общение люди склонны развивать свои отношения с другими людьми и получать эмоциональную поддержку. В результате общения, во время которого осуществляется эмоциональное одобрение, достигаются желаемые цели, в том числе снижается эмоциональное напряжение, улучшается эмоциональное здоровье в целом. Человек вырабатывает стратегию эффективной борьбы со стрессом. Так происходит, например, в ситуациях межличностного общения, когда один человек находится в состоянии эмоционального расстройства и нуждается в сопереживании.

При общении люди могут контролировать свои чувства. Работа над проявлением эмоции заключается в управлении ее интенсивностью и силой и, если нужно, подавлением - то есть это контролируемый процесс, а не спонтанное действие. Например, в некоторых ситуациях человек понимает, что ему необходимо сдерживать проявление какого-либо отрицательного чувства - гнева, негодования, раздражения, тогда как в других ситуациях он вполне может дать волю переполнившим его эмоциям.

В своей работе «Модель эмоционально-социального интеллекта» Бар-Он Р. высказывает мысль, что эмоциональный интеллект связан с пониманием себя самого, а также других людей, хорошим отношением к людям, приспособлением к ближайшему окружению для того, чтобы успешно справляться с требованиями, предъявляемыми окружающей средой. Таким образом, он расширил понятие эмоционального интеллекта до понятия эмоционально-социального интеллекта (emotional- social intelligence, далее - ESI).

Бар-Он Р. утверждает, что существует пять компонентов ESI: а) способность опознавать, понимать и выражать эмоции и чувства; б) способность понимать, как чувствуют себя другие люди и относиться к этому соответственно; в) способность управлять эмоциями и контролировать их; г) способность управлять, изменять, адаптировать и решать проблемы личного и межличностного характера; д) способность производить позитивное впечатление и обладать самомотивацией. Далее в своей работе он выдвигает предположение, что люди с высоким коэффициентом эмоционального интеллекта более устойчивы к различным изменениям в окружающей их действительности, более успешны в решении различных проблем, встающих перед ними. И наоборот, людям с низким коэффициентом эмоционального интеллекта трудно добиться успеха в жизни, и они часто сталкиваются с эмоциональными проблемами. Установлено, что особенно часто трудности с собственным внутренним миром испытывают люди, у которых наблюдается недооценка реальности, низкая устойчивость к стрессу, и недостаточная гибкость и мобильность [1,13-25].

Гоулман Д. в своей работе «Эмоциональный интеллект: почему он может значить больше, чем IQ» пишет, что для успешного и счастливого будущего человека высокий коэффициент эмоционального интеллекта может быть даже важнее умственного. Эмоциональный интеллект является не менее важной составляющей в развитии личности в обществе, чем уровень умственного развития. Только при наличии достаточно высокого коэффициента умственного и эмоционального развития человек может считаться

(полноценным членом общества [3].

Во всех сферах социальной деятельности человека, в том числе и в образовании, эмоции и познавательная деятельность, другими словами, чувства и мышление, неразрывно связаны. Образование по природе своей вовлекает эмоции, и, таким образом, является процессом эмоциональным. Харгривс А. утверждает, что человек обладает умением распознавать информацию, доносимую эмоциями, и, используя эту информацию, осуществлять абстрактные умозаключения. Следовательно, понимание роли эмоции в образовательном процессе представляется исключительно важным фактором для успешного обучения [4].

Ванесса С. Петерсен, проведя обзор исследований о влиянии эмоционального интеллекта на образование взрослых людей, указывает на существование положительной взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и академическими достижениями человека.

По мере того как у студентов развиваются навыки, необходимые для общения с преподавателями, и они решают возникающие в процессе обучения проблемы, они лучше справляются со стрессом и в конечном итоге достигают более высоких результатов.

Исследования Ванессы С. Петерсен показали, что студенты, чей уровень развития эмоционального интеллекта при измерении варьировался от среднего до выше среднего, соответственно, получали более высокие оценки при изучении языков. Таким образом, уровень эмоционального интеллекта студентов был тесно связан с их академическими успехами. В свою очередь, студенты, которые добивались определенных успехов в учебе, считали, что это произошло во многом благодаря приемам управления стрессом. Те, кто никогда не опаздывал на занятия, и у кого не было дисциплинарных взысканий, считали, что их межличностные качества улучшились и настроение повысилось [6, 2].

Современные подходы к образованию подразумевают переход от традиционных занятий, где главенствующая роль принадлежит преподавателю, к занятиям, где все участвующие стороны играют одинаково важную роль в процессе обучения. Это особенно актуально, когда речь идет о преподавании языков в различных учебных заведениях, где на первый план выходят парная или групповая работа, дискуссии, ролевые игры. Интерактивные виды деятельности способствуют развитию коммуникативных навыков и гуманитарного мышления, которые необходимы при решении социальных проблем и конфликтов.

Люди с развитыми навыками общения находят решения проблемы и справляются с любого рода трудными ситуациями значительно быстрее. У таких людей возникает меньше трудностей с адаптацией к незнакомым условиям. Они легче входят в новый круг людей, быстрее находят друзей, приспосабливаются к окружающей обстановке, чем те, которым не хватает навыков общения.

Обязательными компонентами обучающего процесса может являться взаимодействие студентов и преподавателя. Одобрение со стороны преподавателя, его поддержка и сопереживание имеют для студентов большое значение. Успешному обучению способствует теплая позитивная атмосфера, царящая на занятиях. Только преподаватели, умеющие установить контакт со студентами, способны создать на занятиях такую обстановку, где студенты могут чувствовать себя наиболее естественно и комфортно. Таким образом, им не приходится тратить усилия на принудительный вызов эмоций, что зачастую требуется в процессе обучения иностранным языкам. Если у студентов возникает какого-то рода недоверие к преподавателю или сверстникам, они замыкаются в себе, с трудом идут на контакт и терпят неудачу при выполнении таких задач, как, к примеру, ролевые игры или высказывание своего мнения или отношения к какому-нибудь явлению. В доверительной дружеской обстановке студенты склонны к сотрудничеству, к открытому высказыванию своего мнения. Они не боятся использовать смелые подходы при решении проблем и задач, у них чаще возникают творческие инновационные идеи. Более того, как показывает практика, в группах снижается процент пропущенных занятий (прогулов) и не возникает проблем с некорректным поведением.

Студентам, которые обладают слабыми коммуникативными навыками, при изучении иностранных языков часто трудно преодолеть так называемый языковой барьер, то есть они испытывают затруднения, часто смущение, когда нужно высказаться на чужом языке, боясь допустить ошибку. Они теряются, находясь в ситуации общения, не справляясь со своими эмоциями, им сложно сосредоточиться, что замедляет процесс освоения иностранного языка. Студенты же, умеющие управлять своими эмоциями, быстрее начинают говорить на различные темы, легче вовлекаются в разного рода дискуссии. Умение владеть собой позволяет сделать речь связной, понятной, эмоционально окрашенной, избежать речевых ошибок и излишней жестикуляции. Так как наличие эмоционального интеллекта, как было упомянуто выше, еще предполагает и умение управлять эмоциями других людей, студенты с высоким эмоциональным интеллектом произносят речь с энтузиазмом и уверенностью, таким

образом, заставляя аудиторию/собеседника слушать со вниманием и интересом, воспринимать всю предоставляемую информацию и реагировать соответствующим образом.

Ученые (например, Бар-Он Р., Гоулман Д.) считают, что в отличие от коэффициента умственного развития, который считается постоянным и не подвергается изменениям в течение жизни, коэффициент эмоционального интеллекта может повышаться со временем, с накоплением опыта. Более того, эмоциональный интеллект можно и нужно развивать в процессе обучения и тренировки. Следовательно, процесс использования эмоционального интеллекта для того, чтобы заниматься наиболее эффективно, становится целой организованной системой, включающей и когнитивный, и эмоциональный аспекты. Развитие эмоциональных компетенций может происходить параллельно с развитием когнитивных способностей на всех стадиях обучения. В целом, Бар-Он Р. утверждает, что эмоциональный интеллект и когнитивный интеллект в одинаковой степени способствуют общему развитию человека и в дальнейшем влияют на успех человека в жизни [1; 3].

Литература

1. Bar-On, R. - The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). // *Psicothema*. - 2006. - 18.- Supl., P. 13-25.
2. Bechara A, Tranel D, Damasio AR - *The Handbook of Emotional Intelligence// Poor judgment in spite of high intellect: Neurological evidence for emotional intelligence.*- Jossey-Bass, San Francisco - 2000. - P. 192-214.
3. Goleman D. - *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ.* -1995. - New York: Bantam Books.
4. Hargreaves, A. - *The emotional practice of teaching.*// *Teaching and Teacher Education*. - 14(8). - P. 835-854.
5. National Center for Educational Statistics // *The Condition of Education* [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://nces.ed.gov/programs/coe>
6. Petersen, Vanessa C. - *The relationship between emotional intelligence and middle school students with learning disabilities.*// Fairleigh Dickinson University. - 2010. - Preview.
7. Salovey P. and Grewal D.-*The Science of Emotional Intelligence.*// *Current Directions in Psychological Science*. - Vol. 14.- No. 6. -Dec, 2005. - P. 281-285.
8. Salovey, P. *Emotional intelligence* / P. Salovey, D. Mayer, // *Imagination, Cognition and Personality*. - 1990. - V. 9. - P. 185-211.
9. Titsworth Scott, Quinlan Margaret M. & Mazer Joseph P. - *Emotion in Teaching and Learning: Development and Validation of the Classroom Emotions Scale*// *Communication Education*. - Vol. 59. - No. 4.- October 2010.-P. 431-452.

Сатыбалдина Н.К.¹, Фишер О.А. ®

1. Доцент, канд. биол. н., кафедра общей и этнической психологии
Казахский Национальный университет имени аль-Фараби

КРЕАТИВНОСТЬ ДЕТЕЙ, ОБУСЛОВЛЕННАЯ ПОРЯДКОМ ИХ РОЖДЕНИЯ В СЕМЬЕ

Аннотация

В статье представлены результаты изучения особенностей соотношения уровня креативности и порядка рождения у старших школьников. В ходе проведенного исследования выявлено, что порядок рождения влияет на уровень креативности. Самые младшие дети в семье более креативны, чем самые старшие.

Ключевые слова: порядок рождения, креативность, старшие дети, младшие дети

Keywords: birth order, creativity, the senior children, younger children

Данная статья посвящена проблеме развития креативности и влиянию на неё порядка рождения. Исследование этой темы обусловлено тем, что порядок рождения и его взаимосвязь с креативностью мало изучены. А на сегодняшний день вопрос креативности в нашем обществе очень актуален. Креативность повсюду: и в анкете по трудоустройству, и в реализации планов, и в карьерном росте, и в творческой самореализации, и в культуре цивилизации, и в неумолимом беге прогресса. Современное общество хочет видеть не только людей очень умных и начитанных, но и людей которые способны находить выход из кажущейся безвыходной ситуации, используя обстановку, предметы и обстоятельства необычным образом.