

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
ЭЛЕКТРОННЫЙ ЖУРНАЛ

«ПОЗНАНИЕ»



Свидетельство о регистрации СМИ Эл № ФС77- 65177
выдано Федеральной службой России по надзору
в сфере связи, информационных технологий и
массовых коммуникаций 28.03.2016 года.



Федеральная служба
по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций
(Роскомнадзор)

СВИДЕТЕЛЬСТВО О РЕГИСТРАЦИИ СРЕДСТВА МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

Эл № *ФС77-65177*

от 28 марта 2016 г.

Название: *Всероссийский педагогический журнал «ПОЗНАНИЕ»*

Адрес редакции: *398043, Липецкая обл., г. Липецк, ул. Валентины Терешковой,
д. 38, корт. В*

Доменное имя сайта
в информационно-телекоммуникационной
сети Интернет (для сетевого издания): *zhurnalpoznanie.ru*

Примерная тематика и (или) специализация: *Для детей,
образовательная, реклама в соответствии с законодательством
Российской Федерации о рекламе*

Форма периодического распространения
(вид - для периодического печатного издания): *сетевое издание*

Язык(и): *русский*

Территория распространения: *зарубежные страны, Российская
Федерация*

Учредитель (соучредители) (адрес): *Богданов Владислав Валентинович
(398059, Липецкая обл., г. Липецк)*

Заместитель руководителя

[Подпись]
А.А. Панков

Начальник Управления
разрешительной работы,
контроля и надзора в сфере
массовых коммуникаций

[Подпись]
В.А. Субботин

078147

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ТРЕНЕРОВ И БУДУЩИХ ТРЕНЕРОВ ПО ФУТБОЛУ

*Понарина Л.А., Фадеева И.А. студенты 8212 гр.
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма
Научный руководитель – к.псих.н., доцент Усманова З.Т.*

Актуальность. Проблема влияния эмоционального интеллекта на эффективность профессиональной деятельности в тренерской деятельности является одной из самых актуальных и значимых в спортивной психологии. Однако исследований по данной теме не так много.

М.К. Гасанпур (2014), Е. И. Берилова (2015) считают, что изучение эмоционального интеллекта в спорте тесно связано со спецификой спорта, насыщенного стрессом от соревновательных ситуаций. С одной стороны, это предполагает развитие у спортсменов высокого уровня самоконтроля эмоций, а с другой - наличие у тренера умения управлять эмоциональными состояниями спортсменов [1, 2].

Причинами эмоциональной напряжённости выступают излишняя мотивация, чувство ответственности и выраженное ощущение высокой тревожности [7].

Е.И. Бериловой, В.Р. Малкиным и Л.Н. Роголевой были получены противоречивые сведения о влиянии занятий спортом на развитие эмоционального интеллекта [1,5]. Кандидат психологических наук, доцент Е.И. Берилова в своей статье «Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости у спортсменов разного пола» (2015) утверждает, что спорт оказывает существенное влияние на развитие эмоционального интеллекта [1].

В.Р. Малкин рассматривал эмоциональный интеллект как совокупность эмоциональных и когнитивных навыков, обеспечивающих социально-психологическую адаптацию личности [5].

В.Р. Малкин и Л.Н. Роголева в работе «Изучение влияния спорта на эмоциональный интеллект студентов-спортсменов» (2017) установили, что развитие эмоционального интеллекта не связано напрямую со спортивными занятиями, поэтому спорт еще не является гарантией тренировки эмоционального интеллекта [5]. Различие в подходах к изучению эмоционального интеллекта, и недостаточная проработка этой проблемы в спорте определило выбор цели нашего исследования.

Цель исследования – выявить эмоциональный интеллект тренеров по футболу и студентов, обучающихся в Поволжском государственном университете физической культуры, спорта и туризма по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность Спортивная тренировка в избранном виде спорта - футбол.

По сведениям Т.С. Киселевой (2015) и Т. В. Петровская (2015), важность понимания и управления своими эмоциями и эмоциями других людей особенно актуальна для спортсменов. Спортсмен постоянно находится в состоянии стресса во время состязаний, и поэтому способность контролировать свои эмоции является залогом к успеху соревновательной деятельности [3,6].

Анализируя результаты исследования работ М.К. Гасанпур (2014 г.) «Сравнение эмоционального интеллекта у студентов-спортсменов и не спортсменов с точки зрения его роли в управлении индивидуальными и социальными эмоциями» мы пришли к выводу, что уровень эмоционального интеллекта выше у спортсменов по сравнению с людьми, которые не занимаются спортом [2].

Одна из первых публикаций по этому вопросу была работа П. Саловея и Д. Майера в 2000 г., где они рассматривали эмоциональный интеллект как группу умственных способностей, которые способствуют осознанию и пониманию собственных эмоций и эмоций других людей. По их мнению, эмоциональный интеллект состоит из четырех компонентов:

- осознанная регуляция эмоций;
- различение и выражение эмоций;
- понимание (осмысление) эмоций;
- ассимиляция эмоций в мышлении [].

В 2004 г. отечественным психологом Д. В. Люсиным была предложена концепция эмоционального интеллекта [4].

Автор определяет эмоциональный интеллект (ЭИ) как:

- умение распознавать эмоцию, то есть устанавливать само наличие эмоционального переживания в себе или в другом человеке;
- способность идентифицировать эмоцию, т. е. определять, какую эмоцию испытывает он или другой человек, и находить для нее словесное выражение;
- умение понимать причины, вызвавшие данную эмоцию, и последствия, которые приведут к умению контролировать интенсивность эмоций, в первую очередь, подавлять чрезмерно сильные эмоции;
- умение контролировать внешнее проявление эмоций;
- умение при необходимости добровольно вызвать ту или иную эмоцию.

В структуре ЭИ мы замечаем: межличностный ЭИ - понимание эмоций других людей, и их управление, внутриличностный ЭИ - понимание и управление собственными эмоциями, способность понимать свои эмоции и эмоции других людей, способность контролировать свои эмоции и эмоции других [4].

Результаты исследования и их обсуждение.

Для изучения уровня эмоционального интеллекта (ЭИ) у студентов и тренеров нами был использован опросник «Эмоциональный интеллект», разработанный Д. В. Люсиным [4]. Тест состоит из 46 вопросов .

Эмпирическую базу исследования составили 25 студентов Поволжской ГУФКСИТ направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность Спортивная тренировка в избранном виде спорта – футбол (n=25) и 25 тренеров (n=25), работающих в МБДОУ «Детский сад № 99 комбинированного вида Ново-Савиновского района г. Казани», Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов №184 им. М.И. Махмутова», Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Лицей № 177».

В ходе изучения уровня развития эмоционального интеллекта тренеров было выявлено, что 35% имеют средний уровень ЭИ, 35% – очень высокий уровень, 30% – высокий уровень, низкий уровень не выявлен.

Большинство тренеров (65%) имеют высокий уровень эмоционального интеллекта. Это означает, что у них нет серьезных трудностей в распознавании эмоций как окружающих, так и своих собственных. Тренеры с высоким уровнем эмоционального интеллекта не только способны управлять своими эмоциями, но также сосредоточены на развитии самоконтроля у своих учеников, особенно в ситуациях соревновательного стресса.

Тренеры со средним уровнем ЭИ достаточно эффективно взаимодействуют со спортсменами в нормальных условиях, но в условиях неблагоприятного эмоционального состояния эффективность их взаимодействия с окружающими снижается. Поэтому данной категории тренеров рекомендуется работать над контролем собственных эмоций, чтобы найти причину своих эмоциональных состояний, что поможет повысить эффективность профессиональной деятельности.

У будущих тренеров выявлены следующие уровни: средний – 33%, очень высокий – 30%, высокий уровень – 10%, низкий и очень низкий уровни эмоционального интеллекта – 15% и 12% соответственно.

При сравнении показателей эмоционального интеллекта тренеров и будущих футбольных тренеров выявлено, что общий уровень эмоционального интеллекта тренеров находится на более высоком уровне.

Это особенно заметно во внутриличностном эмоциональном интеллекте и в способности понимать эмоции других людей. Этот факт можно объяснить не только возрастными особенностями, но и спецификой деятельности тренера, которая предполагает управление спортсменами и необходимость работать в условиях психического напряжения.

Полученные данные на наш взгляд дают основание для проведения дальнейших исследований влияния спорта на развитие эмоционального интеллекта тренеров и будущих тренеров по футболу.

Выводы.

Тренеры по футболу обладают более высоким уровнем эмоционального интеллекта по сравнению с будущими тренерами. При этом 35% тренеров и 33% будущих тренеров обладают средним уровнем эмоционального интеллекта. Выявленные факты позволяют говорить о необходимости организации психолого-педагогической работы с будущими тренерами, поскольку эмоциональная устойчивость является одним из компонентов успешной деятельности тренера и спортсмена [7].

Полученные данные служат основой для дальнейших исследований по изучению эмоционального интеллекта тренеров. Поэтому необходимо проводить мероприятия по развитию эмоционального интеллекта в связи с высокой важностью этой личностной характеристики в профессиональной деятельности.

Список литературы

1. Берилова, Е.И. Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости у спортсменов разного пола // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 2. – С. 144–145.
2. Гасанпур, М.К. Сравнение эмоционального интеллекта у студентов-спортсменов и не спортсменов с точки зрения его роли в управлении индивидуальными и социальными эмоциями // Вектор науки ТГУ. серия: педагогика, психология. – 2014. – №1(16). – С. – 46–48.
3. Киселева, Т.С., Сергиенко Е.А. Эмоциональный интеллект как жизненный ресурс человека // Инновации и инвестиции. – 2015. – № 4. – С. 45–49.
4. Люсин, Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Изд-во «ИП РАН», 2004. – С. 29–39.
5. Малкин, В.Р., Роголёва Л.Н., Бридрихина Я.А. Изучение влияния спорта на эмоциональный интеллект студентов-спортсменов // Международный студенческий научный вестник.-2017. - №4. - С.1195-1197.
6. Петровская, Т. В. Эмоциональный интеллект и соревновательная тревожность спортсменов // Наука в олимпийском спорте. – 2015. – № 4. – С. 60–63.
7. Усманова, З.Т. Психологическое сопровождение юных хоккеистов на начальном этапе спортивной карьеры / З.Т. Усманова. – Казань: Центр инновационных технологий, 2019. – 132 с.
8. Mayer, j. D., Salovey, P., & Caruso. Emotional intelligence as zeitgeist, as personality, and as a mental ability // The handbook of emotional intelligence: theory, development, assessment, and application at home, school and in the work place. – 2000. – P. 92–117.