

$p \leq 0,05$). Следовательно, лица, прилагающие проблемно – фокусированные усилия по изменению ситуации, имеют высокий уровень стрессоустойчивости.

Таким образом, сотрудники пожарной части с высоким уровнем стрессоустойчивости для борьбы со стрессом предпочитают использовать такие копинг – стратегии как «конфронтация», «принятие ответственности» и «планирование решения проблемы», а лица с низким уровнем стрессоустойчивости используют стратегию «дистанцирование».

Литература

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М., 2006.
2. Самонов А.П. Психологическая подготовка пожарных. – М.: Стройиздат, 1982.

М.Н. Титова, Д.Е. Щипанова
Екатеринбург, Российский государственный
профессионально-педагогический
университет

ДИАГНОСТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ТРЕВОГИ СТУДЕНТОВ

В отечественной литературе изучением проблемы взаимосвязи эмоционального интеллекта и тревоги занимались такие авторы, как В.К. Вилюнас (1973), Б.И. Додонов (1987), П.В. Симонов (1996), Л.И. Куликов (1997), Е.П. Ильин (2001) и др [1, 4, 6].

В зарубежной психологии данная проблема рассматривалась в работах З. Фрейда, П. Фресса (1975), К. Изарда (2000), Д. Гоулмана

(1990) [2, 3, 5]. Однако сегодня актуальность проблемы в большой степени обусловлена недостаточной разработанностью концепции эмоционального интеллекта в России. В настоящее время в отечественной психологической науке практически не проводится эмпирических исследований эмоционального интеллекта. Несмотря на наличие в зарубежных источниках разнообразных методик, направленных на определение уровня интеллекта, отсутствует их перевод на русский язык и адаптация на российской выборке.

В настоящее время данная проблема относится к числу недостаточно исследованных и требует как теоретического, так и практического изучения всех ее аспектов.

Предмет обследования: эмоциональный интеллект и тревога.

Объект обследования: студенты от 1-4 курса РГППУ очного отделения (50 человек, из них 25 юношей и 25 девушек).

Цель обследования: изучение особенностей эмоционального интеллекта и тревоги студентов 1-4 курсов РГППУ.

Теоретические основания: теория личностной тревоги Дж. Тейлор, теория эмоционального интеллекта Н.Холл.

Методический инструментарий: для изучения эмоционального интеллекта и тревоги студентов был использован метод тестирования, а именно: методика «Личностная шкала проявления тревоги» Дж. Тейлор (адаптация В.Г. Норакидзе), методика «Определения уровня эмоционального интеллекта» Н. Холла.

Выборка: 50 человек (от 18 до 21 года; средний возраст- 19,5 лет) из них 25 девушек и 25 юношей; все обследуемые являются студентами 1-4 х. курсов Российского государственного профессионально-педагогического университета и проживают в общежитии.

Обе методики проводились в форме группового тестирования. В каждую группу входило по 13-15 человек.

Результаты описательной статистики были подсчитаны в программе Microsoft Office Excel. По результатам мы можем сделать следующие выводы:

Эмоциональная осведомленность (осознание своих эмоций таких как: страх, гнев, радость, печаль и др.) у группы диагностируемых находится в пределах нормы, т.е и юноши и девушки на среднем уровне осознают свои эмоции, таким образом они способны в полной мере понять собственную мотивацию и потребности, а также эффективно общаться с другими людьми. ($X_{\text{ср}}=8,84$; тестовая норма: 8-13), у девушек ($X_{\text{ср}}=8,32$) и у юношей ($X_{\text{ср}}=9,25$). Также можно отметить, что эмоциональная осведомленность в большей степени проявляется у юношей.

У обследуемых на низком уровне выражено управление своими эмоциями (эмоциональная отходчивость), а именно: ($X_{\text{ср}}=0,78$; тестовая норма: 8-13), у девушек ($X_{\text{ср}}=1,24$), у юношей ($X_{\text{ср}}=0,458$) Однако, можно сказать, что юноши намного отходчивее девушек в эмоциональном плане.

Самомотивация (произвольное управление своими эмоциями) также выражена на низком уровне ($X_{\text{ср}}=6$; тестовая норма: 8-13) у девушек ($X_{\text{ср}}=5,32$) и у юношей ($X_{\text{ср}}=6,375$). Следует отметить, что юноши больше способны к произвольному управлению своих эмоций.

Выраженность эмпатии (сочувствия, сопереживания) у данной выборки попадает в пределы нормы ($X_{\text{ср}}=8,12$; тестовая норма: 8-13), у девушек ($X_{\text{ср}}=9,32$) у юношей ($X_{\text{ср}}=6,75$). Однако, можно заметить, что у девушек склонность к сочувствию и сопереживанию выше, чем у

юношей. Это можно объяснить тем, что женщины лучше выражают эмоции и более восприимчивы к чувствам окружающих, чем мужчины. Они более чувствительны.

У диагностируемых на низком уровне выражено распознавание эмоций других людей (умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей), а именно: ($X_{\text{ср}}=6,82$), у девушек ($X_{\text{ср}}=6,64$), у юношей ($X_{\text{ср}}=6,792$).

Общий уровень эмоционального интеллекта (способность эффективно разбираться в эмоциональной сфере человеческой жизни: понимать эмоции и эмоциональную подоплеку отношений, использовать свои эмоции для решения задач, связанных с отношениями и мотивацией) также выражен на низком уровне ($X_{\text{ср}}=29$; тестовая норма: 40-69), в том числе у девушек ($X_{\text{ср}}=28,36$), у юношей ($X_{\text{ср}}=28,708$). Как у юношей, так и у девушек низкий уровень.

По результатам изучения особенностей проявления тревоги можно сделать следующие выводы.

Выраженность тревоги (отрицательно окрашенной эмоции, выражающей ощущение неопределённости, ожидание негативных событий, трудноопределимых предчувствий) попадает в пределы нормы ($X_{\text{ср}}=21,84$), у девушек ($X_{\text{ср}}=24,04$), у юношей ($X_{\text{ср}}=19,667$).

По результатам сравнительного анализа нами было обнаружено одно значимое различие по уровню тревоги между юношами и девушками. Как оказалось, юноши более тревожны чем девушки.

Мы предполагаем, что это может объясняться тем, что 36% мужской выборки составляют студенты первого курса. В женской же выборке не было ни одной студентки первого курса.

В результате корреляционного анализа на выборке студентов 1-4х курсов РГППУ нами были обнаружены следующие взаимосвязи: отрицательная средне значимая взаимосвязь между самомотивацией и тревогой ($r=-0,346$, $p\leq 0,05$), отрицательная средне значимая взаимосвязь между эмоциональным интеллект и тревогой ($r=-0,334$, $p\leq 0,05$) и отрицательная высоко значимая взаимосвязь между тревогой и управлением своими эмоциями ($r=-0,501$, $p\leq 0,01$).

То есть, чем больше человек мотивирует себя на определенную цель, действие, результат и т.п, тем меньше он испытывает: отрицательно окрашенные эмоции (тревогу).

2) Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта умеют понимать свои эмоции и чувства других людей. Такие люди способны управлять своей эмоциональной сферой, и поэтому в обществе их поведение более адаптивно, они легче добиваются своих целей во взаимодействии с окружающими, соответственно уровень тревоги у таких людей будет ниже.

3) Управление своими эмоциями – это процесс перехода из одного эмоционального состояния в другое. Чтобы выйти из-под влияния негативных переживаний, нам необходимо освободиться от них. Если мы освободимся от негативных эмоций, то у нас будет меньше переживаний. Следовательно, чем больше мы умеем управлять своими эмоциями, тем меньше у нас тревога.

Рассмотренная нами тема и проведенное обследование касаются эмоционального интеллекта и тревоги. Результаты нашей работы могут стать основой для дальнейшего исследования и разработки практических рекомендаций.

Литература

- Вилюнас В.К. Психология переживаний. - М.: ВЛАДОС, 1990.
- Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. - М.: АСТ, 2009.
- Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. - М.: Альпина Бизнес Бук, 2005.
- Додонов Б.И. О так называемой информационной теории эмоций / Психологический журнал. - 1983. - № 2. - С.104-116.
- Изард К. Психология эмоций. - СПб.: ПИТЕР, 2000.
- Ильин Е.П. Эмоции и чувства. - СПб.: ПИТЕР, 2001.

Ю.Ю. Худякова, И.Н. Чиркова
Ижевск Удмуртский государственный
университет

ОСОБЕННОСТИ АГРЕССИВНОСТИ И ПРИВЯЗАННОСТИ У ПОДРОСТКА, СТРАДАЮЩЕГО ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ (ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ОДНОГО СЛУЧАЯ)

В подростковом возрасте гастроэнтерологические заболевания достаточно распространены, поскольку именно в данный возрастной период актуализируется конфликт между еще несформированным Эго ребенка и жестоким материнским Супер-Эго. Вытеснение конфликта способствует возникновению психосоматического заболевания. Подросток должен пройти фазу сепарации от матери и обрести собственную идентичность. Согласно теории привязанности Джона Боулби нечувствительность матери к проявлениям ребенка ведет к