

3. Леонгард, К. Акцентуированные личности / К. Леонгард // Возбудимые личности. – 2017. – Текст: электронный. - URL: <https://www.psychiatry.ru/lib> (дата обращения: 17.05.2023). – Режим доступа: авторизованный.
4. Механизмы формирования характера / – 2017. – Текст: электронный. - URL: <https://psy.bobrodobro.ru/17394> (дата обращения: 26.05.2023). – Режим доступа: авторизованный.
5. Мусатова, О. А. Характер как свойство личности /
1) О. А. Мусатова // Психологическое портретирование. – 2017. – С. 94. – Текст: электронный. - URL: https://psyera.ru/harakter-kak-svoystvo-lichnosti_12878.htm (дата обращения: 07.05.2023). – Режим доступа: авторизованный.
6. Норина, В. Н. Развитие мышления и интеллекта / В. Н. Норина // Мышление человека и интеллекта. – 07.10.2022. – Текст: электронный. - URL: https://spravochnick.ru/psihologiya/razvitie_myshleniya_i_intellekta/ (дата обращения: 28.05.2023). – Режим доступа: авторизованный.
7. Островский, Э. В., Чернышова, Л. И. Психология и педагогика : учебное пособие / Э. В. Островский, Л. И. Чернышова ; под редакцией профессора Э. В. Островского. - 2-е издание, исправлено и дополнено – Москва : Вузовский учебник : Инфра-М, 2017. – 367 с. - ISBN 978-5-9558-0538-2. – Текст : непосредственный.
8. Петровский, А. В. Психология : учебник для студентов высших учебных заведений / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. - 9-е издание, стер. – Москва : Академия, 2009. – 500 с. - ISBN 978-5-7695-6204-4. – Текст : непосредственный.
9. Петровский, А. В. Теоретическая психология : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности «Психология» / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва : Academia, 2001. – 495 с. - ISBN 5-7695-0799-3. – Текст : непосредственный.
- 2) 10. Степанов, С. С. Популярная психологическая энциклопедия / С. С. Степанов ; Эксмо, (ГУП ИПК Ульян. Дом печати). – Москва : 2003. – 640 с. - ISBN 5-699-03543-5 (в пер.). – Текст : непосредственный.
10. Типологии характера / Типология характера по Э. Фромму. – 2016. – Текст: электронный. - URL:
3) https://studme.org/203063/psihologiya/tipologii_haraktera (дата обращения: 27.04.2023). – Режим доступа: авторизованный.
- 4) 12. Холманских, В. Г. Акцентуации по Леонгарду / О. Демьянова, В. Г. Холманских. – 2015. – Текст: электронный. - URL: https://experimental-psychic.ru/akcentuacii_po_leongardu/ (дата обращения: 17.05.2023). – Режим доступа: авторизованный.

Еранов И.М.¹, Илюшин О.В.^{1,2}

Эмоциональный интеллект и влияние на него командных видов спорта

¹*Казанский государственный энергетический университет*

²*Казанский (Приволжский) федеральный университет*

(Россия, Казань)

doi: 10.18411/trnio-07-2023-76

Аннотация

Эмоциональный интеллект является важным аспектом успеха и благополучия в личной и профессиональной жизни. Командные виды спорта могут существенно влиять на развитие и улучшение эмоционального интеллекта у участников. В данной статье рассматривается влияние командных видов спорта на ключевые компоненты эмоционального интеллекта, такие как эмпатия, самопознание, управление эмоциями, социальная компетентность и лидерские навыки. Взаимодействие с командными видами спорта способствует развитию этих навыков через сотрудничество и работу в команде, управление эмоциями в ситуациях соревнования и давления, развитие эмпатии и понимания чужой позиции, формирование социального сознания и установление отношений, а также развитие навыков лидерства и коммуникации. Понимание взаимосвязи между командными видами спорта и эмоциональным интеллектом может помочь тренерам, спортсменам и другим заинтересованным сторонам в разработке программ и стратегий, которые способствуют эффективному развитию эмоционального интеллекта через командный спорт.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, командные виды спорта, эмпатия, самопознание, управление эмоциями, социальная компетентность, лидерские навыки.

Abstract

Emotional intelligence is an important aspect of personal and professional success and well-being. Team sports can significantly influence the development and enhancement of emotional intelligence among participants. This article examines the impact of team sports on key components of emotional intelligence, such as empathy, self-awareness, emotional regulation, social competence, and leadership skills. Interacting with team sports fosters the development of these skills through collaboration and teamwork, managing emotions in competitive and high-pressure situations, cultivating empathy and understanding others' perspectives, fostering social awareness and relationship building, as well as nurturing leadership and communication skills. Understanding the interplay between team sports and emotional intelligence can assist coaches, athletes, and other stakeholders in designing programs and strategies that facilitate effective emotional intelligence development through team sports.

Keywords: emotional intelligence, team sports, empathy, self-awareness, emotional regulation, social competence, leadership skills.

В современном быстротечном и взаимосвязанном мире эмоциональный интеллект (ЭИ) стал важным набором навыков для личного и профессионального успеха. Под эмоциональным интеллектом понимается способность воспринимать, понимать и эффективно управлять эмоциями в себе и в других людях. Он включает в себя самосознание, эмпатию, регулирование эмоций, социальные навыки и лидерские качества. По мере того как исследователи всё глубже погружаются в факторы, способствующие развитию эмоционального интеллекта, внимание к влиянию командных видов спорта на этот важный аспект человеческого поведения растет. Командные виды спорта предоставляют уникальную среду, где люди могут вступить в сотрудничество, соревноваться с другими и испытывать разнообразные эмоции. Будь то игра в баскетбол, футбол или волейбол, командные виды спорта предлагают возможность для совместной работы к достижению общей цели, навигации межличностной динамики и столкновения с победами и трудностями. Эта динамичная обстановка предоставляет участникам возможность развивать и улучшать свой эмоциональный интеллект через различные механизмы. Понимание того, как командные виды спорта влияют на эмоциональный интеллект, может иметь значительные последствия для тренеров, спортсменов, педагогов и людей, стремящихся к личному развитию. Распознавая потенциальные пользы участия в командных видах спорта, мы можем использовать этот знак в разработке эффективных тренировочных программ, способствовать позитивной динамике в команде и поощрять всестороннее развитие эмоционального интеллекта у людей. В следующих разделах мы более подробно рассмотрим ключевые компоненты эмоционального интеллекта и исследуем, как командные виды спорта влияют на каждый из этих аспектов. Мы рассмотрим роль эмпатии, самосознания, регулирования эмоций, социальной компетентности и лидерских навыков в контексте командных видов спорта, подчеркивая конкретные механизмы, через которые эти навыки развиваются и улучшаются. В конечном итоге, это исследование подчеркнет ценный вклад командных видов спорта в развитие эмоционального интеллекта и предоставит идеи для максимизации его преимуществ. Через всесторонний анализ исследований и доказательств, касающихся эмоционального интеллекта и командных видов спорта, мы стремимся предоставить увлекательный обзор этой темы и способствовать более глубокому пониманию взаимосвязи между этими двумя сферами. Тем самым мы надеемся вдохновить дальнейшие исследования, практические применения и инициативы, которые использовали бы командные виды спорта как мощную платформу для развития эмоционального интеллекта.

Эмоциональный интеллект - это способность воспринимать, понимать и управлять своими эмоциями и эмоциями других людей. Он охватывает набор навыков и компетенций, связанных с эмоциональной осведомленностью, саморегуляцией, эмпатией, социальными навыками и эмоциональным влиянием. Самосознание является ключевым аспектом эмоционального интеллекта. Оно включает осознание своих эмоций, их причин и последствий, а также умение распознавать свои сильные и слабые стороны. Саморегуляция, в свою очередь,

относится к способности контролировать и управлять своими эмоциями и импульсами, чтобы достичь желаемых результатов. Эмпатия является способностью понимать и разделять эмоции других людей. Она позволяет нам воспринимать истинные чувства других людей, проявлять сострадание и реагировать соответствующим образом. Социальные навыки включают в себя умение устанавливать и поддерживать положительные взаимоотношения, эффективно коммуницировать и решать конфликты. Лидерские навыки относятся к способности влиять на других людей и эффективно руководить группой.

В современном мире эмоциональный интеллект становится все более важным и ценным. В мире, где социальные и эмоциональные взаимодействия играют важную роль, эмоциональный интеллект помогает нам успешно справляться с вызовами и достигать успеха во многих аспектах жизни. В рабочей среде эмоциональный интеллект является ключевым фактором успешного лидерства и эффективного сотрудничества. Руководители с развитым эмоциональным интеллектом обладают способностью вдохновлять, мотивировать и эффективно управлять своей командой. Они обладают лучшими навыками в области коммуникации, умеют устанавливать здоровые отношения и решать конфликты конструктивно. Кроме того, эмоциональный интеллект помогает людям адаптироваться к изменениям, управлять стрессом и принимать взвешенные решения в сложных ситуациях. В личных отношениях эмоциональный интеллект способствует развитию глубоких и значимых связей с другими людьми. Он позволяет нам лучше понимать эмоциональные потребности и переживания партнера, друзей и семьи, а также эффективно выражать свои собственные чувства. Эмоционально интеллигентные люди обычно обладают способностью к эмпатии и сочувствию, что помогает им устанавливать более глубокие и близкие отношения.

Эмоциональный интеллект играет важную роль во многих командных видах спорта, где взаимодействие с другими участниками и управление эмоциями являются неотъемлемой частью успешной игры. Некоторые из этих видов спорта включают:

1. Футбол.
В футболе эмоциональный интеллект имеет особое значение. Игрокам необходимо эффективно сотрудничать, чувствовать эмоциональное состояние своих партнеров и принимать решения в стрессовых ситуациях. Командная координация, эмпатия и способность контролировать эмоции играют решающую роль в достижении успеха.
2. Баскетбол.
В баскетболе командная игра и взаимодействие с партнерами неотъемлемы. Игроки должны быть эмоционально связанными, понимать стили игры друг друга и принимать решения на основе эмоциональных сигналов во время матча. Эмоциональный интеллект позволяет игрокам эффективно коммуницировать, адаптироваться к меняющимся ситуациям и поддерживать мотивацию в команде.
3. Волейбол.
В волейболе командная синхронизация и взаимодействие играют важную роль. Спортсмены должны быстро принимать решения, эффективно коммуницировать и поддерживать эмоциональное равновесие в ситуациях с высоким напряжением. Умение контролировать эмоции и эффективно взаимодействовать с партнерами являются ключевыми факторами успеха в этом виде спорта.
4. Хоккей.
В хоккее командная работа, коммуникация и эмоциональное понимание игроков имеют большое значение. Эмоциональный интеллект помогает игрокам чувствовать эмоциональное состояние партнеров, предугадывать их действия и принимать согласованные решения во время игры.
5. Регби.
Регби требует интенсивной командной игры и сильной эмоциональной связи между игроками. Умение контролировать эмоции, понимать чувства и намерения партнеров, а также эффективно сотрудничать в условиях высокого

физического напряжения являются важными аспектами успеха в этом виде спорта.

1. Гоулман, Д. // Эмоциональный интеллект., 1995. С. 12-102.
2. Люсин Д. В., Овсянникова В. В. // Связь эмоционального интеллекта и личностных черт с настроением , 2015. С. 154-164.
3. Белоконь О.В. // Эмоциональный интеллект и феномен лидерства: эксперимент «Строим вместе», 2008. С. 137–144.

Королев И.А., Дворцова Е.В.

Взаимосвязь эмоционального интеллекта и самооценки с успешностью учебно-профессиональной деятельности психологов служебной деятельности на стадии адепта

*Кузбасский гуманитарно-педагогический институт Кемеровского государственного университета
(Россия, Новокузнецк)*

doi: 10.18411/trnio-07-2023-77

Аннотация

В статье представлен корреляционный анализ взаимосвязи эмоционального интеллекта и самооценки с успешностью учебно-профессиональной деятельности психологов служебной деятельности на стадии адепта. Рассмотрен вопрос толкования понятий: «эмоциональный интеллект», «самооценка» и «успешность учебно-профессиональной деятельности».

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, самооценка, успешность учебно-профессиональной деятельности, психолог служебной деятельности.

Abstract

The article presents a correlation analysis of the relationship between emotional intelligence and self-esteem with the success of educational and professional activities of psychologists of professional activity at the adept stage. The question of interpretation of the concepts: "emotional intelligence", "self-esteem" and "success of educational and professional activity" is considered.

Keywords: emotional intelligence, self-esteem, the success of educational and professional activities, the psychologist of official activity.

Понятие «эмоциональный интеллект» впервые было описано рядом зарубежных психологов приблизительно к концу XX века. Однако, сочетание понятий «эмоции» и «интеллект» вызывало дискуссии и споры в научном сообществе, т.к., во-первых, по мнению некоторых авторов, «интеллект» в данном случае является неуместной метафорой, которую стоит заменить термином «компетентность», а во-вторых, в представлении Д. Векслера, которое считается многими учеными классическим, «интеллект» понимается как способность действовать целеустремленно, мыслить рационально и эффективно общаться с окружением, но при этом никаких уникальных способностей связанных с эмоциями не существует [4].

Первая наиболее популярная концепция эмоционального интеллекта была разработана Питером Сэловеем и Джоном Мэйером, ими же был введен в психологию термин «эмоциональный интеллект», который они определяли, как способность отслеживать собственные и чужие чувства и эмоции, различать их и использовать эту информацию для направления мышления и действий [2].

В отечественной психологии исследованием эмоционального интеллекта активно занимался Д. В. Люсин. Дмитрий Владимирович предлагает собственную модель эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект Д. В. Люсин рассматривает как способность к пониманию собственных и чужих эмоций, а также управлению ими. Способность к пониманию эмоций предполагает, что человек способен распознать эмоции как