

Заключение. На основании полученных при проведении нашего исследования данных мы сделали вывод, что среди опрошенных констатировано 57% интровертов, тогда как 23% опрошенных относятся к категории «амбиверты», а 20% опрошенных относятся к категории «экстраверты». Диагностическое исследование характерологических структур подростков позволило определить, что у подростков демонстративность выражена на низком уровне, застревание выражено на низком уровне, педантичность сформирована на низком уровне. Результаты исследования могут быть использованы в учебном процессе, а также лицами (студентами, аспирантами), которые изучают вопросы темперамента.

Список использованной литературы:

1. Батаршев, А.В. Типология характера и личности : практ. рук. по психол. диагностике / А.В. Батаршев. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2015. – 107 с.
2. Вальтер, Д.Ю. Характер личности / Д.Ю. Вальтер. – Краснодар: Новация, 2016. – 219 с.
3. Дубровина, И.В. Возрастная и педагогическая психология / Сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. – М.: Академия, 2017. – 320 с.
4. Мостовая, К.Т. Влияние уровня притязаний на характер самоактуализации личности / К.Т. Мостовая. – М.: Лаборатория Книги, 2015. – 95 с.
5. Бурно, М.Е. О характерах людей / М.Е. Бурно.– М.: Академический Проект, 2016. – 639 с.

Ханяк К.С., Минакова Е.С. (Научный руководитель – Крук В.А., педагог социальный)
Республика Беларусь, г. Витебск, Лицей ВГУ имени П.М. Машерова

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ФАКТОР УСПЕШНОСТИ

За последнее десятилетие значение термина «эмоциональный интеллект» возросло по причине необходимости постоянного межличностного, внутригруппового и межгруппового контакта с людьми при осуществлении любой деятельности. Во взаимоотношении с людьми многое зависит от умения субъектов воспринимать и понимать эмоции и настроения партнера по коммуникациям, а также регулировать собственное эмоциональное состояние. Данную способность включает в себя уровень эмоционального интеллекта, определяемого по мнению П. Соловей, Дж. Майера и Д. Карузо в качестве способности воспринимать, вызывать эмоции и с их помощью повышать продуктивность мышления, осознавать и регулировать эмоции для своего развития.

Термин «эмоциональный интеллект» стал популярен в изучении по причине того, что многие ученые, которые работают над повышением эффективности коммуникативной составляющей деятельности, считают его основой социальной успешности личности [1].

Как и любое многогранное понятие, эмоциональный интеллект имеет множество трактовок и на данный момент нет единого подхода для его определения в психологии. Эмоциональный интеллект в самом широком понимании объединяет способности личности к эффективному общению путем понимания эмоций окружающих и умения подстраиваться под их эмоциональное состояние. Такое умение владеть своими эмоциями и состоянием является необходимым, когда речь идет о сфере деятельности, включающей в себя непосредственное тесное общение с окружающими.

По нашему мнению наиболее точным определением термина «эмоциональный интеллект» является способность распознавать эмоции, намерения, мотивацию, желания свои и других людей.

Материал и методы. Для достижения поставленной цели использовался комплекс взаимодополняющих методов: изучение учебной и методической литературы, описательный метод.

Результаты и их обсуждение. По мнению ведущих психологов, изучающих эмоциональный интеллект (Э. Торндайк, Ч. Спирмен, Д. Векслер, Г. Айзенк и др.) люди различаются по уровню осознания своих эмоций и эмоций других, по способности управлять своим эмоциональным состоянием и эмоциональным состоянием окружающих.

Понятие эмоционального интеллекта было впервые введено в 1990 г. Дж. Майером и П. Соловьевым, а стало популярно после публикации одноименной книги научного журналиста Дэниела Гоулмана в 1995 году. Согласно исследованию Гоулмана, у людей с развитым эмоциональным интеллектом лучше психическое здоровье, эффективность работы и лидерские навыки. При этом 67% лидерских способностей приходится на эмоциональный интеллект. Он важнее технических знаний и IQ в два раза [2].

В настоящее время понятие «эмоциональный интеллект» включает в себя четыре составляющих – самосознание, самоконтроль, социальная чуткость, управление взаимоотношениями и 18 связанных с ними навыков.

• Самосознание:

1) Эмоциональное самосознание: анализ собственных эмоций и осознание воздействия на нас; использование интуиции при принятии решений.

2) Точная самооценка: понимание собственных сильных сторон и пределов своих возможностей.

3) Уверенность в себе: чувство собственного достоинства и адекватная оценка своей одарённости.

• Самоконтроль:

1) Обуздание эмоций: умение контролировать разрушительные эмоции и импульсы.

2) Открытость: проявление честности и прямоты; надёжность.

3) Адаптивность: гибкое приспособление к меняющейся ситуации и преодоление препятствий.

4) Воля к победе: настойчивое стремление улучшать производительность ради ответственности внутренним стандартам качества.

5) Инициативность: готовность к активным действиям и умение не упускать возможности.

6) Оптимизм: умение позитивно смотреть на вещи.

7) Социальные навыки: эти способности определяют, как мы управляем нашими отношениями с людьми.

• Социальная чуткость:

1) Сопереживание: умение прислушиваться к чувствам других людей, понимание их позиции и активное проявление участливого отношения к их проблемам.

2) Деловая осведомлённость: понимание текущих событий, иерархии ответственности и политики на организационном уровне.

3) Предупредительность: способность признавать и удовлетворять потребности подчинённых, клиентов или покупателей.

• Управление отношениями:

1) Воодушевление: умение вести за собой, рисуя захватывающую картину будущего.

- 2) Влияние: владение рядом тактик убеждения.
- 3) Помощь в самосовершенствовании: поощрение развития способностей других людей с помощью отзывов и наставлений.
- 4) Содействие изменениям: способность инициировать преобразования, совершенствовать методы управления и вести работников в новом направлении.
- 5) Урегулирование конфликтов: разрешение разногласий.
- 6) Укрепление личных взаимоотношений: культивация и поддержание социальных связей.

Заключение. Таким образом можно сделать вывод о том, что умение взаимодействовать на разных уровнях может быть охарактеризовано уровнем эмоционального интеллекта.

Способность к пониманию, и способность к управлению эмоциями могут быть направлены и на собственные эмоции, и на эмоции других людей. То есть можно говорить, как о внутриличностном, так и о межличностном эмоциональном интеллекте. Эти два варианта предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков, но должны быть связаны друг с другом.

Список использованной литературы:

1. Андреева, И.Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2018. – №5. – С. 83–95.
2. Карпов, А.В. Психология эмоционального интеллекта: теория, диагностика, практика / А.В. Карпов. А.С. Петровская. – Ярославль: ЯрГУ., 2008. – 344 с.

Ходикова М.М. (Научный руководитель – Виноградова С.А.,
старший преподаватель)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

КАРЬЕРНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ УЧАЩИХСЯ КОЛЛЕДЖА

Успешная карьера в современных социальных условиях предполагает осознанность и осмысленность ее построения со стороны специалиста, а также готовность к постоянным изменениям. Наличие субъектной позиции у будущего профессионала в этом ключе означает, что человек выступает как субъект своего профессионального и карьерного развития: он целенаправленно и осознанно конструирует и реализует возможные альтернативы своей карьеры и жизненного пути в целом благодаря сформированной карьерной направленности, как указывает на это советский и российский психолог Е.П. Ильин [1, с. 114].

Понятие и ценностно-смысловое содержание карьерной ориентированности представлено в научных работах И.А. Акиндиновой, А.Ф. Амирова, Н.С. Малеевой, В.А. Мансурова, Е.Г. Щелоковой, А.Б. Яшкова. Карьерная направленность (ориентированность) обладает мотивационно-направляющим потенциалом и выступает как системное структурноуровневое образование, включающее в себя: во-первых, уровень общей направленности на карьеру (общей заинтересованности в карьерном развитии), во-вторых, уровень векторного направления построения карьеры («вверх», «вглубь») и, в-третьих, карьерные ориентации («управление», «предпринимательство», «служение», «мастерство») [2, с. 99].

При построении индивидуальной карьеры карьерные ориентации выполняют направляющую и организующую функции. А.Е. Михневич указывает, что карьерные ориентации представляют собой достаточно устойчивый конструкт, хотя возможны