

АССЕРТИВНОСТЬ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ОСНОВА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

ACCERTIVITY AND EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A BASIS FOR PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION OF SENIOR ADOLESCENTS

Ф. А. Малишевский, 4 курс,
Институт психологии,
Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка
Научный руководитель: С. Е. Покровская,
кандидат психологических наук, доцент

Аннотация. Статья посвящена проблеме профессионального самоопределения подростков. В качестве основы профессионального выбора старшеклассниками выбраны такие личностные компоненты, как асертивность и эмоциональный интеллект.

Abstract. The article is devoted to the problem of professional self-determination of adolescents. As the basis of professional choice of high school students selected such personal components as assertiveness and emotional intelligence.

Ключевые слова: асертивность, эмоциональный интеллект, подростки, профессиональное самоопределение.

Keywords: assertiveness, emotional intelligence, teenagers, professional self-determination.

Проблема профессионального самоопределения подростков является актуальной в современном обществе. Очень важно своевременно выявить тенденции развития определённых личностных качеств подростков, для того чтобы сориентировать их в процессе выбора будущей профессии. Мы считаем, что важными качествами личности в подростковом возрасте является асертивность и эмоциональный интеллект. Подростки пользуются ими в самых разных сферах жизнедеятельности, начиная повседневным общением, учебной деятельностью и решением повседневных проблем. Поэтому актуальность изучения этих параметров является особенно важным в современном обществе, которое нуждается в уверенных, успешных и мотивированных людях.

Целью исследования является изучение асертивности и эмоционального интеллекта старших подростков. В исследовании приняли участие ученики 9-тых классов в количестве 44 человек. В качестве психодиагностического инструментария использованы: «Тест на асертивность» (С. Мануэль) и тест «Эмоциональный интеллект (Emotional Quotient)» (Н. Холл) [1].

Ассертивность изучалась зарубежными и отечественными психологами такими, как К. И. Воробьева, С. Мануэль, В. И. Крючков, Н. И. Курдюмов, И. Д. Лебедева, Г. А. Парамонова, С. А. Степанов, В. А. Шамиева, В. П. Шейнов, Ю. В. Шильцова и др. Под ассертивностью мы понимаем личностную черту, которую можно определить, как автономию, независимость от внешних влияний и оценок, способность самостоятельно регулировать собственное поведение [2]. Эмоциональный интеллект изучался такими зарубежными психологами, как Р. Бар-Он, Г. Гарднер, Д. Гоулман, Дж. Майер, П. Саломвей и др. В своем исследовании под *эмоциональным интеллектом* мы понимаем совокупность способностей, которые позволяют человеку осознать и понять собственные эмоции и эмоции других людей.

Подросток, у которого проявляется ассертивное поведение, производит впечатление уверенного в себе человека, речь его чёткая и выразительная, он умеет слушать других и способен менять свою точку зрения. Следует различать ассертивное поведение от агрессивного. Агрессивный подросток стремится унижить другого, показать собственное превосходство. Он не слышит и не видит собеседника, для него важным является желание показать, что он всегда прав.

Ассертивность это личностная черта, развитие которой связано с умениями и способностями, такими как умение слушать и слышать других, уверенность в себе, умение принять ответственность не только за позитивные, но и негативные поступки. Ассертивный подросток умеет соблюдать баланс между своими интересами и интересами окружающих его людей. При этом успешно с ними взаимодействуя и добиваясь своих целей.

Другой личностной характеристикой, которую мы изучали у подростков, является эмоциональный интеллект. Одной из самых популярных моделей эмоционального интеллекта является «Смешанная модель» Д. Гоулмана [2]. Смешанная модель эмоционального интеллекта включает 5 компонентов: *самопознание, саморегуляция, социальные навыки, эмпатия и мотивация*. Существует и другая модель эмоционального интеллекта (авторы Майер, Сэловей, Каруз), в которой выделяются 4 составляющие: *восприятие эмоций, использование эмоций для стимуляции мышления, понимание эмоций, управление эмоциями* [3].

Тест Николаса Холла изучает 5 компонентов: *эмоциональную осведомленность* (понимание того, какие эмоции вы сейчас чувствуете и почему); *управление своими эмоциями* (умение подчинять собственные эмоции и использовать их для достижения тех или иных целей); *управление эмоциями других людей* (умеете ли вы влиять на чувства других людей, использовать их эмоции для достижения своих целей); *эмпатия* (умение сопереживать, сочувствовать, понимание чувств и эмоции других людей в данный момент); *самотивация* (умение замотивировать себя с использованием собственных эмоций) [2]. Почти все специалисты согласны с тем, что тест Н. Холла по изучению эмоционального интеллекта дает оценку

отдельных черт личности. На наш взгляд, это одна из причин, почему методика получила столь широкое распространение.

По результатам исследования теста «Эмоциональный интеллект» (Н. Холл) были получены следующие результаты: у старших школьников был выявлен низкий уровень эмоционального интеллекта (38 баллов). Рассматривая отдельные компоненты EQ получено, что у них наиболее развита «эмоциональная осведомлённость» и «эмпатия», в то время, как «управление своими эмоциями» является проблемой практически для всех обследованных юношей. Такие результаты могут быть обусловлены различными факторами, один из которых, например, недостаток реального общения со своими сверстниками, личностные особенности и т. д.

На основе вышесказанного мы считаем, что чем выше уровень эмоционального интеллекта, тем проще управлять человеку своими собственными эмоциями и чувствами. По результатам исследования уровень эмоционального интеллекта подростков – низкий.

По результатам исследования теста «Ассертивности» выявлено, что у подростков уровень ассертивности по шкале «Б» – 5,8 балла, что соответствует среднему уровню ассертивности. Подростки, считают себя уверенными людьми, способными выслушивать других и принимать их точку зрения. Чем выше уровень ассертивности, тем проще человеку добиться успеха как в профессиональной деятельности, так и во взаимоотношениях с близкими людьми.

Таким образом, была получена противоречивость данных компонентов, что соответствует подростковому возрасту. Это затрудняет процесс их профессионального самоопределения. Так как необходимо выбрать профессию, где у подростков будут проявляться лидерские качества, склонность к управлению, организации с одной стороны, а с другой стороны неумение управлять собственными эмоциями и различать эмоции других людей. Скорее всего, можно рекомендовать этой группе подростков сферу ИТ-технологии, компьютерных сферах, где ограничена сфера коммуникации общения с людьми. Для того, чтобы расширить перечень профессий, рекомендуемых подросткам, необходимо развить их эмоциональный интеллект, повысить его уровень.

ЛИТЕРАТУРА

1. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп : Диагностика «эмоционального интеллекта» (Н. Холл) / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – С. 57–59.
2. Шамиева, В. А. Ассертивность в структуре личности субъекта адаптации / В. А. Шамиева.– Хабаровск, 2009. – С. 20.
3. Карелин, А. А. Большая энциклопедия психологических тестов / А. А. Карелин. – Эксмо, 2007. – С. 409–411.