

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК ДЕТЕРМИНАНТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ БАКАЛАВРОВ В СФЕРЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Л. Н. Эйдельман, Т. В. Соловьева

Аннотация. В статье показано, что в число процессуальных характеристик профессиональной деятельности бакалавров в сфере адаптивной физической культуры входит эмоциональный интеллект, позволяющий обеспечить продуктивность педагогической деятельности. Представлены следующие методы исследования: анкетирование с целью выявления связи эмоционального интеллекта с аспектами профессиональной деятельности бакалавра в сфере адаптивной физической культуры, тестирование по методике Д. В. Люсина «Эмоциональный интеллект» для определения уровня развития эмоционального интеллекта у обучающихся по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья». Установлено, что эмоциональный интеллект, обеспечивающий личностное развитие, способен выступать как детерминанта профессионального становления бакалавров в сфере адаптивной физической культуры и являться его важнейшей составляющей.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, адаптивная физическая культура, бакалавр, профессиональное становление, личностное развитие, управление эмоциями, эмоциональная сдержанность, эмоциональная уравновешенность

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A DETERMINANT OF BACHELOR GRADUATES' PROFESSIONAL GROWTH IN THE FIELD OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE

L. N. Eidelman, T. V. Solovyova

Abstract. The article shows that emotional intelligence, which ensures teaching productivity, is part of the procedural characteristics of professional activity of bachelor graduates in the field of adaptive physical culture. The following research methods were used: a questionnaire to identify the connection of emotional intelligence with various aspects of bachelor graduates' work in the field of adaptive physical education and The Emotional Intelligence Questionnaire by D. V. Lucin to determine the level of development of emotional intelligence in students on the undergraduate teacher training program Physical Education for People with Disabilities. We established that emotional intelligence, which ensures personal development, not only acts as a determinant of professional growth of bachelor graduates in the field of adaptive physical culture, but also is the most important component of such growth.

Keywords: emotional intelligence, adaptive physical education, bachelor's degree, professional growth, personal development, emotion management, emotional restraint, emotional balance

В настоящее время имеется достаточное количество научных работ, в которых рассматривается понятие «эмоциональный интеллект» применительно к разным сферам деятельности. Любому специалисту, работающему в сфере «человек-человек», а тем

более бакалавру по адаптивной физической культуре, необходимо анализировать поступки других людей, выстраивая с ними эффективное социальное взаимодействие. Как показал анализ литературных источников, принимая решения, специалисты часто

руководствуются чувствами и личными мотивами. В этой связи важнейшим навыком становится эмоциональный интеллект, способствующий успешной профессиональной деятельности. При этом необходимо отметить отсутствие исследований по изучению эмоционального интеллекта как детерминанты профессионального становления бакалавров в сфере адаптивной физической культуры (АФК).

Профессиональная деятельность бакалавров в сфере АФК содержит различные компоненты, связанные с наличием коммуникативности, сопереживания, эмпатии, многообразия задач, с присутствием отрицательных эмоций, знаний и понимания особенностей психофизического развития человека с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), умений саморегулирования и регуляции отношений с лицами с ОВЗ.

Специфика профессиональной деятельности бакалавра в сфере АФК характеризуется необходимостью эмоционально-волевой регуляции и готовностью к оказанию разноплановой помощи лицам с ОВЗ и инвалидностью в зависимости от ситуации. Бакалавры должны развивать такие способности, как быстрота в принятии решений по ходу профессиональной деятельности, гибкость мышления при возникновении непредвиденных ситуаций, а также умение противостоять возможной профессиональной деформации. Эффективно взаимодействовать с людьми, имеющими отклонения в развитии, возможно лишь при наличии сформированных профессиональных качеств, включающих коммуникативные способности, умение слушать и слышать, эмпатию, эмоциональную сдержанность, эмоциональную уравновешенность, экспрессивную сензитивность, способность привлечь человека с ОВЗ к адаптивной физической культуре и повысить его психоэмоциональный статус средствами эмоционально-волевых воздействий. Поэтому, на наш взгляд, образовательный процесс в педагогическом вузе по данному направлению подготовки должен учитывать этот значимый фактор профессиограммы бакалавра по АФК.

Как отмечается в научной литературе, профессиональная деятельность бакалавров в сфере АФК носит эмоциогенный характер, потому что она отличается высоким уровнем стрессогенности, ответственности и психической напряженности. Всё это требует от бакалавра эффективной эмоционально-волевой регуляции. В противном случае происходят негативные изменения в его эмоциональной сфере, приводящие к развитию тревожности, личностным деструкциям и нереализованности в профессии.

В русле данного исследования было установлено, что особенности профессионального образования «по направлению подготовки 49.03.02 на кафедре оздоровительной физической культуры и адаптивного спорта Института физической культуры и спорта РГПУ им. А. И. Герцена, связанные с большим количеством специальных дисциплин и включением студентов во внеучебную деятельность с лицами с ОВЗ и инвалидностью» (Эйдельман 2022b, 614), определяют специфику формирования эмоционального интеллекта у бакалавров в процессе обучения.

В процессе занятий на таких дисциплинах, как «Основы профессиональной коммуникации специалиста по адаптивной физической культуре», «Педагогическое мастерство специалиста по адаптивной физической культуре», «Арт-терапия в адаптивной физической культуре», «Актерское мастерство в профессиональной деятельности специалиста по адаптивной физической культуре», у обучающихся формируются такие компоненты эмоционального интеллекта, как рефлексия, эмпатия, самоконтроль.

Например, дисциплина «Педагогическое мастерство специалиста по адаптивной физической культуре» способствует освоению умений регулирования эмоционального настроения, понимания и управления эмоциями, развитию эмпатии.

«Арт-терапия в адаптивной физической культуре» знакомит с различными средствами и технологиями арт-терапии, помогающими обучающимся лучше понимать себя и индивида с ОВЗ. Анализируя собственное

эмоциональное состояние, обучающиеся учатся определенной технике воздействия на свое негативное эмоциональное состояние, что позволяет развиваться таким способностям, как понимание своих и чужих эмоций, управления своими и чужими эмоциями (Эйдельман 2022а).

«Работа с родителями детей-инвалидов» предполагает изучение процесса взаимодействия с родителями детей-инвалидов, развитие навыков коммуникации, изучение процесса адаптации и психологической поддержки родителей детей-инвалидов. Приобретаемые знания в процессе освоения дисциплины способствуют в дальнейшем формированию эмоционально благополучных взаимоотношений между родителями и специалистами в области АФК.

«Актёрское мастерство в профессиональной деятельности специалиста по адаптивной физической культуре» помогает обучающимся осознавать свои собственные эмоции и понимать, как они могут влиять на его отношения с человеком, имеющим инвалидность или ОВЗ, это позволяет предотвратить нежелательные эмоциональные реакции и контролировать их. Формирование межличностных навыков и развитие эмпатии в процессе прохождения дисциплины помогают улучшить коммуникацию с занимающимися в группе АФК.

При обучении на вышеперечисленных дисциплинах в конце занятий проводилась рефлексия. По утверждению И. В. Белашевой, «рефлексия может быть ценным инструментом для развития эмоционального интеллекта, если она будет конструктивной и объективной» (Белашева, Ермаков 2023, 70). Работа в подгруппах, которые формировались как по желанию студентов, так и в произвольном порядке, позволяла наладить общение, установить эмоциональный контакт, сплотить коллектив. Разнообразные тренинги позволили обучающимся научиться аргументировано защищать свою позицию, подстраиваться под нестандартную ситуацию, проявлять гибкость мышления. Моделирование профессиональной деятель-

ности бакалавров через проведение самостоятельных тренингов, круглого стола, учебную деловую игру помогло обучающимся развить лидерские качества и умения взаимодействовать в команде. Дискуссионные методы способствуют повышению учебной активности бакалавров, а также повышают и развивают эмоциональный интеллект.

Для понимания своих эмоций и чувств, а также эмоций других обучающимся предлагалось в свободной форме представить свой путь к выбору данной профессии, что позволило студентам лучше узнать и понять друг друга (Ростовцева 2021).

Особое значение для формирования эмоционального интеллекта у бакалавров по АФК имеет участие в волонтерских и инклюзивных мероприятиях. Взаимодействие обучающихся с лицами с ОВЗ и инвалидностью, несомненно, способствует развитию такого качества, как эмпатия. При этом можно утверждать, что, участвуя в таких мероприятиях, бакалавры развивают умение определять чувства и эмоции человека с ОВЗ, наблюдательность и внимательность к собеседнику.

Во время волонтерской деятельности происходит развитие социальных навыков, что также является важной частью эмоционального интеллекта. Процесс коммуникации с организаторами, другими волонтерами, людьми с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидностью позволяет выстроить диалог с учетом интереса собеседника, формирует навыки командной работы. Рефлексивный компонент коммуникации помогает скорректировать будущие ситуационные моменты общения с человеком, имеющим ОВЗ или инвалидность (Минахметова и др. 2019; Уварина и др. 2022).

На основании опыта профессиональной деятельности можно утверждать, что использование разнообразных творческих занятий, тренингов и семинаров приводит к развитию эмоционального интеллекта, однако требуется научное подтверждение о его сформированности у обучающихся по направлению подготовки 49.03.02.

В рамках пилотного исследования было сделано:

- анкетирование с целью выявления связи эмоционального интеллекта с аспектами профессиональной деятельности бакалавра в сфере адаптивной физической культуры,
- тестирование по методике Д. В. Люсина «Эмоциональный интеллект». Цель — выявить уровень развития эмоционального интеллекта у обучающихся по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

В исследовании приняли участие бакалавры ($n = 56$), обучающиеся на кафедре оздоровительной физической культуры и адаптивного спорта Института физической культуры и спорта по направлению подготовки 49.03.02.

Результаты анкетирования показали, что 83,9% респондентов знает и понимает значимость понятия «Эмоциональный интеллект» (рис. 1).

Значимость эмоционального интеллекта в профессиональном успехе осознаёт 89,3% всех респондентов. Однако настораживает тот факт, что при принятии решений 96,4% респондентов обращаются к своим эмоциям, что резко повышает вероятность

того, что они сделают неправильный выбор или откажутся от каких-либо решений в надежде, что всё образуется. Данный аспект, с нашей точки зрения, требует отдельного исследования.

Абсолютное большинство респондентов (96,4%) считают, что умение контролировать свои эмоции и справляться с межличностными отношениями — это те факторы, которые могут повлиять в дальнейшем на их профессиональную деятельность.

Данные, представленные на рисунке 2, показывают, что 96,4% всех опрошенных убеждены в том, что бакалавр по АФК должен иметь хорошо развитый эмоциональный интеллект. Это говорит о том, что студенты осознают важность контроля собственных и распознавания чужих эмоций в процессе профессиональной деятельности.

Также в рамках пилотного исследования проводилось тестирование по методике Д. В. Люсина «Эмоциональный интеллект». Ответы студентов оценивались в баллах и подразделялись на шкалы и субшкалы.

Полученные данные в результате тестирования позволяют сделать вывод о том, что у респондентов общий уровень развития эмоционального интеллекта имеет среднее значение (рис. 3), что свидетельствует

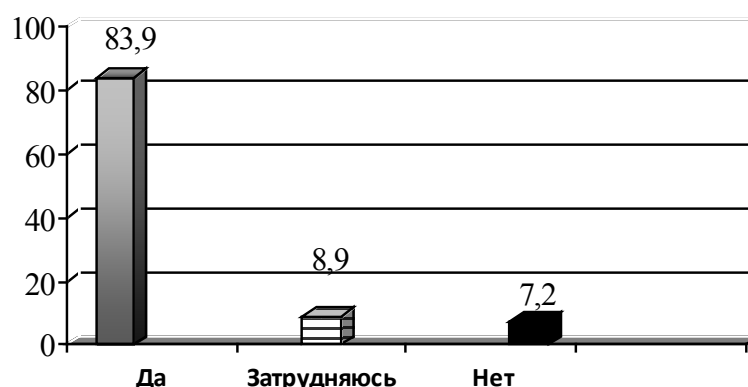


Рис. 1. Ответы респондентов на вопрос «Знаете ли Вы понятие эмоциональный интеллект?» ($n = 56$)

Fig. 1. Respondents' answers to the question 'Do you know the concept of emotional intelligence?' ($n = 56$)

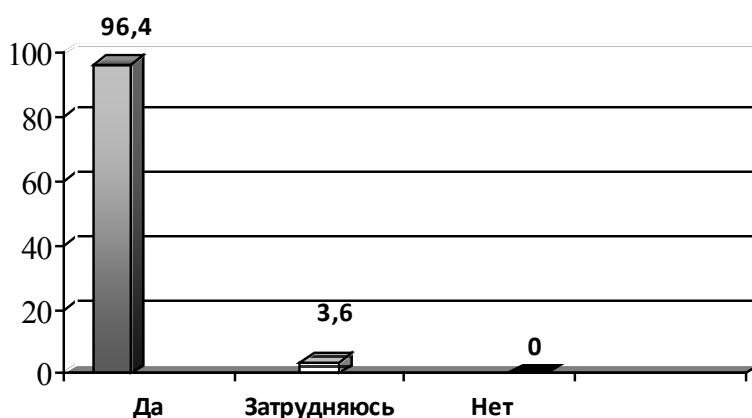


Рис. 2. Ответы респондентов на вопрос «Как Вы считаете, нужно ли бакалавру по адаптивной физической культуре иметь хорошо развитый эмоциональный интеллект?» (n = 56)

Fig. 2. Respondents' answers to the question 'Do you think a bachelor graduate in the field of adaptive physical education needs to have a well-developed emotional intelligence?' (n = 56)



Рис. 3. Общий уровень эмоционального интеллекта (n = 56)

Fig. 3. The general level of emotional intelligence (n = 56)

о сниженной самооценке обучающихся, в результате чего могут возникнуть недопонимание и неадекватность в общении с окружающими.

Управление чужими эмоциями — это сильный инструмент в руках специалиста по АФК, позволяющий повлиять на другого человека. Также необходимо отметить, что практически все виды влияния построены на управлении эмоциями. Понимание своих эмоций позволяет распознать связь между словами и эмоциями,

эффективно переходить от одной эмоции к другой. Наиболее низкие показатели были выявлены в шкалах, связанных с управлением собственными (12 баллов) и чужими (18 баллов) эмоциями. Это говорит о том, что работа с данной группой респондентов должна быть направлена на разъяснение понимания как собственных эмоций, так и эмоциональных реакций других людей с целью правильного их использования в решении профессиональных задач.

Обобщая вышеизложенное, можно сделать вывод, что эмоциональный интеллект, обеспечивающий личностное развитие, управление собственными эмоциями в общении, эмоциональную сдержанность, эмоциональную уравновешенность, понимание человека с ОВЗ или инвалидностью способен выступать как детер-

минанта профессионального становления бакалавров в сфере адаптивной физической культуры и являться его важнейшей составляющей. Однако существует необходимость создания методических рекомендаций для совершенствования эмоционального интеллекта с учетом специфики АФК.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Белашева, И. В., Ермаков, П. Н. (2023) Эмоциональное здоровье личности: методика измерения трудностей личностной рефлексии эмоций. *Российский психологический журнал*, т. 20, № 3, с. 66–96. <https://doi.org/10.21702/rpj.2023.3.4>

Минахметова, А. З., Гатауллина, Р. Ф., Адигамова, Э. Б. (2019) Модель формирования психологической готовности студенческой молодежи к волонтерству. *Казанский педагогический журнал*, № 4 (135), с. 119–125.

Ростовцева, П. П. (2021) Интерактивные методы обучения как способы повышения эмоционального интеллекта. *Мир науки, культуры, образования*, № 4 (89), с. 288–290. <https://doi.org/10.24412/1991-5497-2021-489-288-290>

Уварина, Н. В., Гнатышина, Е. А., Савченков, А. В. (2022) Возможности волонтерских организаций и общественных объединений в подготовке будущих педагогов к осуществлению воспитательной деятельности. *Современная высшая школа: инновационный аспект*, т. 14, № 2 (56), с. 16–24. <https://doi.org/10.7442/2071-9620-2022-14-2-16-24>

Эйдельман, Л. Н. (2022a) Арт-педагогический тренинг в образовательном процессе по направлению подготовки «Адаптивная физическая культура». *Адаптивная физическая культура*, № 2 (90), с. 27–28.

Эйдельман, Л. Н. (2022b) Подготовка бакалавра по адаптивной физической культуре как возможного участника инклюзивных образовательных отношений. В кн: Е. Ю. Дьяковой (ред.). *Физическая культура, здравоохранение и образование*. Томск: СТТ, с. 613–616.

REFERENCES

Belasheva, I. V., Ermakov, P. N. (2023) Emotsional'noe zdorov'e lichnosti: metodika izmereniya trudnostej lichnostnoj refleksii emotsij. *Rossijskij psikhologicheskij zhurnal*, t. 20, № 3, s. 66–96. <https://doi.org/10.21702/rpj.2023.3.4>

Minakhmetova, A. Z., Gataullina, R. F., Adigamova, E. B. (2019) Model' formirovaniya psikhologicheskoy gotovnosti studencheskoj molodezhi k volonterstvu. *Kazanskij pedagogicheskij zhurnal*, № 4 (135), s. 119–125.

Rostovtseva, P. P. (2021) Interaktivnyye metody obucheniya kak sposoby povysheniya emotsional'nogo intellekta. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya*, № 4 (89), s. 288–290. <https://doi.org/10.24412/1991-5497-2021-489-288-290>

Uvarina, N. V., Gnatyshina, E. A., Savchenkov, A. V. (2022) Vozmozhnosti volonterskikh organizatsij i obshchestvennykh ob'edinenij v podgotovke budushchikh pedagogov k osushchestvleniyu vospitatel'noj deyatel'nosti. *Sovremennaya vysshaya shkola: innovatsionnyj aspekt*, t. 14, № 2 (56), s. 16–24. <https://doi.org/10.7442/2071-9620-2022-14-2-16-24>

Ejdel'man, L. N. (2022a) Art-pedagogicheskij trening v obrazovatel'nom protsesse po napravleniyu podgotovki "Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura". *Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura*, № 2 (90), s. 27–28.

Ejdel'man, L. N. (2022b) Podgotovka bakalavra po adaptivnoj fizicheskoy kul'ture kak vozmozhnogo uchastnika inklyuzivnykh obrazovatel'nykh otnoshenij. V kn: E. Yu. D'yakovej (red.). *Fizicheskaya kul'tura, zdravookhranenie i obrazovanie*. Tomsk: СТТ, s. 613–616.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

ЭЙДЕЛЬМАН Любовь Николаевна — *Lubov N. Eidelman*

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [8070-5840](#), ORCID: [0000-0002-5926-6351](#), e-mail: info@Natali-fitness.spb.ru

Доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой оздоровительной физической культуры и адаптивного спорта.

СОЛОВЬЕВА Татьяна Валерьевна — *Tatyana V. Solovyova*

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [1583-8514](#), e-mail: tansol75@yandex.ru

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры оздоровительной физической культуры и адаптивного спорта.

Поступила в редакцию: 21 июля 2024.

Прошла рецензирование: 7 сентября 2024.

Принята к печати: 9 декабря 2024.