

Как можно заметить из таблицы, увеличилось количество людей, с преобладанием такой стратегии поведения как Соперничество. Также увеличилось количество спортсменов, которые предпочли Сотрудничество и Компромисс как стиль поведения в конфликтной ситуации. Выбор стратегий Избегание и Приспособление уменьшилось.

Из чего можно сделать вывод о том, что после проведения коррекционной программы выросло количество человек, которые предпочли такие конструктивные стратегии поведения в конфликтной ситуации как Сотрудничество и Компромисс. Также снизилось количество человек, демонстрирующих в своём поведении черты Избегательной и Приспособительной стратегии поведения, а это значит, что коррекционная программа в значительной степени повлияла на выбор более конструктивных стратегий поведения спортсменов в конфликте.

### Литература

- 1 Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб., 2007. – 464 с.
- 2 Ясвин, В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию / В. А. Ясвин. – М., 2001. – 365 с.
- 3 Патрикеев, Г. В. Воспитывающая физкультурно-спортивная среда [Электронный ресурс] / Г. В. Патрикеев, П. К. Дуркин // Научная электронная библиотека. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/vospityvayushaya-fizkulturno-sportivnaya-sreda>. – Дата доступа: 6 ноября 2017.
- 4 Заяц, И. И. Некоторые аспекты психологического здоровья студента / И. И. Заяц // Психологический журнал. – 2007. – № 7. – С. 57–60.
- 5 Черкасова, Т. В. Социальные конфликты в молодежной среде: дис. ... канд. соц. наук: 22.00.08 / Т. В. Черкасова. – Уфа, 1997. – 170 с.

УДК 159.928.234-057.875:316.614

*Е. Е. Морозова*

### ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

*Статья посвящена изучению особенностей эмоционального интеллекта у студентов и его взаимосвязи с социально-психологической адаптацией. В исследовании добровольно приняли участие 60 студентов ГГУ им. Ф. Скорины факультета психологии и педагогики. В результате исследования была выявлена корреляционная связь между уровнем эмоционального интеллекта и успешностью социально-психологической адаптации, из чего можно сделать вывод о прямой взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и социально-психологической адаптацией студентов.*

Овладевая различным социальным опытом, человек на протяжении всей своей жизни сталкивается с новыми обстоятельствами, с потребностью приспособления к новым условиям, выработки новых шаблонов поведения. Необходимость в адаптации возникает в том случае, когда привычное поведение невозможно или малоэффективно.

С точки зрения А. А. Налчаджяна, адаптация – это тот социально-психологический процесс, который при благоприятном течении приводит личность к состоянию адаптированности, то есть такому состоянию, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные социогенные потребности, в полной мере идет навстречу тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа,

переживает состояние самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей [1, с. 12].

Для студента умение адаптироваться, справляться с возникшими трудностями, найти свое место в жизненном пространстве является главным фактором эффективного развития, а в перспективе – специалиста, профессионала с высшим образованием.

В современной психологии одним из наиболее актуальных вопросов является вопрос о том, какие способности и качества личности являются необходимыми для наиболее эффективного социального взаимодействия и профессиональной реализации. Поиск психологических механизмов, способствующих построению адекватной и гибкой системы отношений личности с окружающей социальной средой, привели исследователей к выделению и изучению такого конструкта как эмоциональный интеллект.

Эмоциональный интеллект по И. Н. Андреевой – это устойчивая ментальная способность, часть обширного класса ментальных способностей; в частности, эмоциональный интеллект может рассматриваться как подструктура социального интеллекта. Как ментальная способность, он является также частью более обширной группы свойств личности. Это один из многих факторов индивидуальности, скорее позитивных, чем негативных для межличностного взаимодействия [2, с. 95].

Благодаря эмоциональному интеллекту человек идентифицирует различную эмоционально окрашенную информацию и применяет это знание для достижения и реализации важных для него целей. Благодаря эмоциональному интеллекту человек способен понимать собственные эмоции и управлять ими, оптимально выстраивая свою поведенческую стратегию в различных жизненных обстоятельствах. Эмоциональный интеллект помогает человеку лучше понимать эмоции других людей и воздействовать на их поведение, управлять отношениями и урегулировать конфликты.

Основной целью работы являлось изучение взаимосвязи социально-психологической адаптации и уровня эмоционального интеллекта.

Исследование проводилось с помощью методики «Оценка эмоционального интеллекта» Н. Холла и методики «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда.

В исследовании добровольно приняли участие 60 студентов ГГУ им. Ф. Скорины факультета психологии и педагогики.

В ходе исследования социально-психологической адаптации у студентов первого курса факультета психологии и педагогики с помощью было выявлено, что почти половина студентов – 45 % испытуемых (27 человек) – являются полностью адаптированными, 32 % испытуемых (19 человек) находятся в состоянии дезадаптации, а 23 % испытуемых (14 человек) по результатам теста оказались в зоне неопределенности.

Для дальнейшего исследования студенты были разделены на две группы – адаптированный и дезадаптированные студенты. С ними было проведено исследование эмоционального интеллекта по методике Н. Холла.

Было выявлено, что у адаптированных студентов по всем шкалам, кроме шкалы «управление своими эмоциями», средние показатели уровня эмоционального интеллекта. Самым высоким является показатель по шкале «эмпатия», что указывает на хорошее понимание этими студентами эмоций других людей, на способность сопереживать эмоциональному состоянию другого человека и готовность помочь. Самым низким является показатель по шкале «управление своими эмоциями», что может указывать на эмоциональную ригидность, тенденцию к «застреванию» на отрицательно окрашенных переживаниях, а также на недостаточно выраженный самоконтроль над своими чувствами в конфликтных ситуациях.

У дезадаптированных студентов по всем шкалам наблюдаются низкие показатели уровня эмоционального интеллекта. Самым высоким является показатель по шкале «эмоциональная осведомленность», а самым низким является показатель по шкале «управление своими эмоциями».

Далее был проведен сравнительный анализ полученных результатов у адаптированных и дезадаптированных студентов при помощи U-критерия Манна-Уитни.

Результаты сравнительного анализа показали, что по каждой шкале – эмоциональная осведомленность, управление своими эмоциями, самомотивация, эмпатия, распознавание эмоций других людей, – а также по интегративному уровню эмоционального интеллекта адаптированные студенты показывают лучшие результаты, из чего можно сделать вывод о прямой взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и социально-психологической адаптацией студентов.

### Литература

1 Налчаджян, А. А. Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии) / А. А. Налчаджян. – Ереван: Изд-во АН Армянской ССР, 1988. – 263 с.

2 Андреева, И. Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» / И. Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2008. – № 5. – С. 83–95.

УДК 796.325

*Е. А. Мочалова*

### ИЗМЕНЕНИЕ МОДЕЛЬНЫХ ПАРАМЕТРОВ ВЫПОЛНЕНИЯ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА В ВОЛЕЙБОЛЕ

*Изменение модельных характеристик движения во многом предопределяет успешность ведения игровой деятельности в волейболе. Кинематические и динамические параметры выполняемого действия существенно влияют на его конечный результат. В статье приводятся данные модельных параметров нападающего удара в волейболе, служащие критерием эффективности движения в игровой деятельности.*

Решение двигательной задачи в соревновательной деятельности зависит от характера освоенности движения и степени подготовленности организма к выполнению действия в данный конкретный момент. Эффективность выполнения движения зависит от кинематических и динамических характеристик [5].

Модельные параметры движения в волейболе определяются амплитудой движения, стабильностью действий вне зависимости от характера ведения игровой деятельности и реализацией целевой функции [6,7]. Кроме того, изменение модельных параметров движения зачастую связано с изменением функционального состояния скелетных мышц под воздействием утомления [2,8,9].

В последнее время все больше используется технических средств и программного обеспечения для оценки биомеханических параметров соревновательной деятельности [1,3].

Целью нашего исследования явилось изучение биомеханических модельных характеристик выполнения нападающего удара в волейболе.

Задачей исследования явилось определение кинематических и динамических модельных характеристик, влияющих на целевую точность выполняемого действия.

Модельные характеристики структуры движения волейболиста определялись посредством видеонализа игровых упражнений. Для этой цели были задействованы видеокамеры и программное обеспечение «KinoVea». Посредством данного видеонализа регистрировались угловые параметры в суставах верхних и нижних конечностей, время безопорного положения волейболиста при выполнении ударного действия, время