

Психология эмоционального интеллекта спортсменов боевых видов спорта

Научный руководитель – Борисов Руслан Викторович

Билалова Базара Магомедалиевна

Студент (магистр)

Дагестанский государственный университет, Махачкала, Россия

E-mail: bakhara.bilalova@mail.ru

В последние годы значительно возрос интерес к изучению феномена «эмоциональный интеллект». В первую очередь это связано с тем, что способность понимать и выражать собственные эмоции и чувства является условием комфортной жизнедеятельности человека.

Эмоциональный интеллект - это относительно новое понятие в психологической науке и, в частности, в психологии спорта.

Перед психологией спорта стоят такие задачи, как формирование и развитие эмоциональной устойчивости спортсменов во время соревнований, повышение эмоционально-волевой регуляции, а также профилактика эмоционального выгорания спортсменов [2].

Особое внимание, на наш взгляд, стоит уделить исследованию эмоционального интеллекта у спортсменов, занимающихся боевыми видами спорта (борьба, бокс, кикбоксинг, дзюдо, рукопашный бой, смешанные боевые искусства и др.), т.к. им зачатую характерны агрессивность и жестокость. Существует мнение, что им составляет затруднение распознавание и контроль своих эмоций и эмоций окружающих, что у них низкий уровень развития эмпатических способностей [1].

С целью подтверждения или опровержения данных взглядов, нами предпринимается психологическое исследование, которое в настоящее время находится на стадии диагностики исследуемых и эмпирической обработки данных.

Для проведения психологического исследования, нами были сформированы две выборки. Экспериментальную группу представили студенты- спортсмены боевых видов спорта Дагестанского государственного университета (ДГУ) и Дагестанского государственного педагогического университета (ДГПУ). Контрольная группа представлена студентами, не занимающимися боевыми видами спорта.

В нашем исследовании использованы методы: тестирование и интервьюирование.

Изучение эмоционального интеллекта нами проводится с помощью методики ЭМИн (Люсин Д.В.).

С целью исследования психологической связи эмоционального интеллекта с другими психологическими феноменами, нами были использованы следующие методики: «Определение способов регулирования конфликтов (К.Томас); FPI(b); Диагностика эмпатии по А.Меграбяну и Н. Эпштейну.

Более подробно эмпирическая часть нашего исследования будет представлена в статье, где мы также отразим выводы, полученные в ходе математической обработки данных с помощью статистических методов.

Источники и литература

- 1) Белоконов В.О. Эмоциональный интеллект как ресурс психической устойчивости у представителей индивидуальных и командных видов спорта // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. 2019, том 21, С. 70-78.

- 2) Илясова Н.В., Агавелян Р.О. Особенности эмоционального интеллекта спортсменов индивидуальных и командных видов спорта // Проблемы современной науки и образования. 2014, №11 (29), С.105-108.