

М.С. Джакупов , М.А. Джакупова* 

Казахский национальный университет имени аль-Фараби, Казахстан, г. Алматы

*e-mail: muhabbat140895@gmail.com

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧИТЕЛЕЙ

В данной статье изложены результаты исследования взаимосвязи эмоциональной компетентности учителей с их психическим здоровьем. Вопросы эмоциональной компетентности и психического здоровья рассматриваются в данном исследовании в контексте работы школьного учителя. Тема занимает важное место в рамках программы «Рухани Жангыру», так как в ней рассматриваются проблемы, связанные с психическим здоровьем, позволяющие выявить возможные причины депрессии, суицидов и прочих проблем с психическим здоровьем как следствие низкого уровня эмоциональной компетентности учителей.

Исследование углубляет и расширяет знания относительно взаимосвязи психического здоровья и эмоциональной компетентности, в частности, умения учителей управлять своими и чужими эмоциями, понимание учителями своих и чужих эмоций и влияние этих умений на сохранение психического здоровья. В данной работе конкретизированы понятия «психическое здоровье» и «эмоциональная компетентность».

Результаты исследования могут быть использованы для анализа причин психофизиологических нарушений, затрудненного, конфликтного общения в различных сферах жизнедеятельности человека. Рекомендации по сохранению и укреплению психического здоровья учителей могут быть использованы практическими психологами, психологами-консультантами. Возможно применение результатов исследования в практике психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии различных психических состояний и отношений, поведенческих нарушений, пограничных личностных расстройств, отклоняющегося поведения, посттравматических синдромов.

Ключевые слова: эмоциональная компетентность, психическое здоровье, учителя средней школы.

M.A. Dzhakupova, M.S. Dzhakupov*

Al-Farabi Kazakh National University, Kazakhstan, Almaty

*e-mail: muhabbat140895@gmail.com

Emotional competence as a factor of preserving and strengthening the mental health of teachers

This article presents the results of a study of the correlation between emotional competence of teachers and the level of their mental health. Emotional competence and mental health issues are reviewed in the context of the work of a school teachers in this study. The topic is high on the 'Rouhani Zhangyru' program as it addresses mental health issues to identify possible causes of depression, suicide and other mental health problems as a result of teachers' low emotional competence.

The study deepens and expands knowledge regarding the correlation between mental health and emotional competence, in particular, the ability of teachers to manage their own and others' emotions, teachers' understanding of their own and others' emotions and the impact of these skills on maintaining mental health. At this work the concepts of "mental health" and "emotional competence" are concretized.

The research results can be used to analyze the causes of psychophysiological disorders, difficult, conflicting communication in various spheres of human life. Recommendations for the preservation and strengthening of the mental health of teachers may be used by practical psychologists, counseling psychologists. It is possible to apply the research results in the practice of psychological counseling, psychocorrection and psychotherapy of various mental states and relationships, behavioral disorders, borderline personality disorders, deviant behavior, post-traumatic syndromes.

Key words: emotional competence, mental health, high school teachers.

М.А. Джакупова, М.С. Джакупов*

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Қазақстан, Алматы қ.

*e-mail: muhabbat140895@gmail.com

Эмоционалдық құзыреттілік ұстаздардың психикалық денсаулығын сақтау мен нығайтудың факторы ретінде

Бұл мақалада мұғалімдердің психикалық денсаулығы деңгейімен эмоционалды құзыреттіліктің өзара байланыс зерттеу нәтижелері келтірілген. Бұл зерттеуде эмоционалды құзыреттілік пен психикалық денсаулық мәселелері мектеп мұғалімінің жұмысы аясында қарастырылады. Қарастырылған тақырып «Рухани жаңғыру» бағдарламасы аясында маңызды орын алады, себебі жұмыста мұғалімдердің эмоционалдық құзыреттілігінің төмен деңгейінің салдарынан депрессияның, суицидтің және психикалық денсаулықтың басқа да мәселелерінің ықтимал себептерін анықтауға мүмкіндік беретін психикалық денсаулыққа байланысты проблемалар қарастырылады.

Зерттеу эмоционалды құзыреттіліктің психикалық денсаулығымен өзара байланыс туралы білімді кеңейтеді, мұғалімдердің өзінің және басқалардың эмоциясын басқару қабілеттілігін, өзінің және басқалардың эмоцияларын түсінуін, келтірілген дағдылардың психикалық денсаулығын сақтауға әсерін қарастырады. «Психикалық денсаулық» және «эмоционалды құзыреттілік» ұғымдары нақтыланған.

Зерттеу нәтижелерін психофизиологиялық ауытқулар себептерін анықтауға, адам өмірінің түрлі салаларында қиын, қарама-қайшы байланыстың себептерін талдау үшін пайдалануға болады. Мұғалімдердің психикалық денсаулығын сақтау және нығайту бойынша ұсыныстарды практикалық психологтар, кеңесші-психологтар қолдана алады. Зерттеу нәтижелерін әртүрлі психикалық күйлер мен қарым-қатынастарға, мінез-құлық бұзылыстарына, жеке тұлғаның шекаралық бұзылыстарына, девиантты мінез-құлыққа, посттравматикалық синдромдарға психологиялық кеңес беру, психокоррекция және психотерапия практикасында қолдануға болады.

Түйін сөздер: эмоционалды құзыреттілік, психикалық денсаулық, орта мектеп мұғалімдері.

Введение

Проблема эмоциональной компетентности учителей является одной из актуальных проблем образовательной сферы в настоящее время. Эмоциональная компетентность является одним из самых важных личностных навыков педагога, так как только состоявшаяся, зрелая и компетентная личность может воспитать другую полноценную и зрелую личность (Мадалиева, 2008). Эмоциональная компетентность оказывает влияние на способности педагога адекватно действовать в стрессовой ситуации, рационально выстраивать эмоциональное взаимоотношение с учениками и является предиктором успешности педагогической деятельности. Большая стрессовая нагрузка педагогов в школе, необходимость принимать взвешенные решения в критических ситуациях вкупе с требованием быть образцом зрелости и уравновешенности возлагает на учителя высокие требования. Здоровье учителей средней школы в последнее время становится вопросом всемирной важности, по той причине, что случаи зафиксированного профессионального выгорания, неврозов, депрессий и других проблем с психическим здоровьем у представителей этой профессии и других работников сферы об-

разования возрастают с каждым годом. Таким образом, актуальность исследования продиктована насущными проблемами современной образовательной сферы.

Эмоциональной компетентности педагога посвящены многие отечественные и зарубежные исследования. Эмоциональная компетентность учителя включает в себя способность управлять эмоциональным содержанием взаимодействий, что является неотъемлемой частью навыка эмоциональной компетентности (Afsaneh, 2010). Во время урока ученики испытывают множество эмоций, и учителю важно их понять как с целью предотвращения конфликтов, так и для понимания того, воспринимают ли ученики изучаемый материал (Parkinson, 2005). Также, так как учитель является основным источником знаний для учеников, его способность эмоционально передать эти знания исключительно важно, так как информация, передаваемая ярко и эмоционально, воспринимается и запоминается лучше.

Эмоциональная компетентность основана на эмоциональном интеллекте, поэтому в данном исследовании мы также опирались на исследование эмоционального интеллекта (Mayer, 1999; Salovey, 1990; Baron-Cohen, 2004; Lam, 2001; Schutz, 2002; Smith, 1985; Bar-On, 2000). В ис-

следовании было конкретизировано понятие эмоциональной компетентности. Навык эмоциональной компетентности заключается в умении распознавать, интерпретировать свои эмоции и эмоции партнеров по коммуникации, а также регулировать свои эмоциональные проявления и конструктивно реагировать на эмоциональные проявления окружающих людей. Распознавать и понимать свои эмоции учителю необходимо для управления за своим эмоциональным поведением: от этого зависит и имидж преподавателя, и его восприятие учениками во время урока. Также важно для педагогической деятельности и умение конструктивно реагировать на эмоциональные проявления учеников: таким образом учитель регулирует эмоциональную среду воспитательного процесса, а также прививает ученикам способности к эмоциональному саморегулированию. Разница же эмоциональной компетентности и эмоционального интеллекта заключается в том, что эмоциональный интеллект является больше врожденным качеством человека, в то время как эмоциональная компетентность формируется под влиянием опыта.

Здоровье учителей средней школы в последнее время становится вопросом всемирной важности. Согласно статистике по случаям обращения учителей за помощью к специалистам медицинского профиля, большая часть проблем со здоровьем возникла вследствие стресса на уроках (Kovess-Masfety, 2007; Merida-Lopez, 2017). При подробном выявлении источников стресса у данных учителей выявились определенные стрессовые ситуации, возникшие на работе, например, конфликты с коллегами и учениками. Такого же характера стрессовые ситуации были непосредственно связаны и с другими проблемами с психологическим благополучием у учителей, например, с эмоциональным выгоранием (Андреева, 2006; 2007; 2009), неудовлетворенностью работой (Borelli, 2014).

В исследованиях психического здоровья учителей выявлены существенное негативное влияние школьных стрессогенных факторов на психическое здоровье молодых учителей (Montgomery, 2005; Ervasti, 2011; Sass, 2011).

Таким образом, во многих исследованиях поднимается вопрос об охране психического здоровья учителей. Тем не менее, нет исследований, целью которых было бы исследование влияние на психическое здоровье учителей уровня их эмоциональной компетентности. В исследовании, описываемом в данной статье, было также конкретизировано понятие психического

здоровья: психическое здоровье – это состояние полного физического и духовного благополучия, при котором человек способен реализовать свой собственный потенциал, справляться с повседневными стрессами, а также плодотворно работать, принося пользу своему сообществу (WHO, 2014; 2019). Согласно нашей гипотезе, укреплению психического здоровья способствует повышение навыков эмоциональной компетентности. Таким образом, целью данной статьи является проведение анализа эмпирических данных о эмоциональной компетентности и психическом здоровье учителей средней школы.

Научная методология исследования

Объект исследования – учителя средней школы.

Предмет исследования – эмоциональная компетентность, психическое здоровье.

Цель исследования: изучение взаимосвязи уровня психического здоровья учителей с показателем их эмоциональной компетентности.

Задачи исследования:

- 1) провести теоретический анализ проблемы;
- 2) уточнить и конкретизировать сущность понятий «эмоциональная компетентность» и «психическое здоровье»;
- 3) выявить уровень сформированности эмоциональной компетентности у учителей средней школы;
- 4) установить показатели психического здоровья у учителей средней школы;
- 5) определить степень взаимосвязи эмоциональной компетентности учителей с уровнем их психического здоровья.

Гипотеза: существует взаимосвязь между уровнем психического здоровья учителей и показателями их эмоциональной компетентности.

Методы исследования:

1. Опросник эмоциональной компетентности Г. Юсуповой (Юсупова, 2006);
2. Опросник Эмоционального интеллект Н. Холла (Ильин, 2001);
3. Диагностика коммуникативной социальной компетентности (КСК) Фетискина Н.П., Козлова В.В., Мануйлова Г.М (Фетискин, 2002);
4. Методика «Индивидуальная модель психического здоровья» А.В. Козлова (Козлов, 2014);
5. Анкета «Прогноз» – опросник, разработанный в Ленинградской Военно-медицинской Академии в 1985 году В.Ю. Рыбниковым (Райгородский, 1998).

По той причине, что во время проведения эмпирического исследования мир захлестнула пандемия коронавируса, исследование было проведено с помощью платформы Google Forms. Испытуемым были предъявлены опросники, на которые они отвечали онлайн.

В исследовании приняли участие 200 человек из разных городов Казахстана, все испытуемые на момент исследования работали учителями в школах. Возраст испытуемых – от 21 до 66 лет, трудовой стаж – от менее года до 44-х лет. Распределение испытуемых по полу: 17 мужчин, 183 женщины.

Проверка распределения выборки на нормальность производилась по критерию асимметрии и эксцесса (сравнение с ошибкой асимметрии и эксцесса или сравнение модуля значений с 1). С помощью функций «=СКОС ()» и «=ЭКСС ()» были вычислены значения данных параметров:

$$A_x = 0,12$$

$$E_x = - 0,19$$

Так как значения данных параметров по модулю не превышают единицу и расположены близко к нулю, мы сделали вывод, что распределение нашей выборки по возрасту является нормальным.

Рассмотрим методики, выбранные для проведения исследования.

Опросник эмоциональной компетентности Г. Юсуповой применяется для определения уровня эмоциональной компетентности (Юсупова, 2014).

Опросник эмоционального интеллекта Н. Холла предложен для выявления способности понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений (Ильин, 2001).

В анализе результатов опросника Н. Холла применяются 5 шкал:

1. Эмоциональная осведомленность. Данная шкала обозначает осознание и понимание своих эмоций, а для этого постоянное пополнение собственного словаря эмоций. Люди с высокой эмоциональной осведомленностью в большей мере, чем у другие осведомлены о своем внутреннем состоянии.

2. Управление эмоциями. Управление своими эмоциями – это эмоциональная отходчивость, эмоциональная гибкость и т.д., другими словами, произвольное управление своими эмоциями.

3. Самомотивация. Этой шкалой обозначается навык управления своим поведением за счет управления эмоциями.

4. Эмпатия – это понимание эмоций других людей, умение сопереживать текущему эмоциональному состоянию другого человека, а также готовность оказать поддержку. Это умение понять состояние человека по мимике, жестам, оттенкам речи, позе.

5. Распознавание эмоций других людей – умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей.

Следующая выбранная нами для исследования методика – Диагностика коммуникативной социальной компетентности (КСК). В контексте учительской деятельности КСК – способность устанавливать и поддерживать коммуникацию с учениками и коллегами. В состав компетентности включают совокупность знаний, умений и навыков, обеспечивающих эффективное общение (Фетискин, 2002).

Методика «Индивидуальная модель психического здоровья» предназначена для оценки психического здоровья и позволяет выявить выраженность восьми векторов реализации психического здоровья:

1. *Стратегический вектор*: умение достигать цели, оставаться сконцентрированным на намеченной цели, даже если окружающие отвлекают. Способность оставаться спокойным и рациональным, не тревожиться в стрессовой ситуации.

2. *Просоциальный вектор*: конформность, стремление общаться с людьми и соответствовать их ожиданиям. Умение снисходительно относиться к ошибкам других.

3. *Я-вектор*: потребность во внимании со стороны окружающих, стремление высказать свое мнение, уверенность в своей правоте.

4. *Творческий вектор*: хобби, увлечения, ориентир на созерцание красоты.

5. *Духовный вектор*: вера в высшие силы, в чудеса и судьбу

6. *Интеллектуальный вектор*: способности к обучаемости, эрудированность, рациональность в планировании времени.

7. *Семейный вектор*: потребность в близких семейных отношениях, предпочтение семейных связей общественным. Ориентиры на благополучие своих родных.

8. *Гуманистический вектор*: стремление понять другого человека, проявить эмпатию и оказать эмоциональную поддержку в случае необходимости.

На основе результатов данной методики можно получить полную картину восприятия человеком своего психического состояния (Козлов, 2011).

Основная цель анкеты «Прогноз» – определение уровня нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе (Райгородский, 1998).

Таблица 1 – Используемые обозначения

Опросник эмоциональной компетентности (Г. Юсупова)	
Иэк	Индекс эмоциональной компетентности
Опросник эмоционального интеллекта (Н. Холла)	
РЭДЛ	Распознавание эмоций других людей
СМ	Самомотивация
УЭ	Управление эмоциями
ЭО	Эмоциональная осведомленность
Эмп	Эмпатия
ЭИ	Общий показатель эмоционального интеллекта
Диагностика коммуникативной социальной компетентности (КСК) Фетискина Н.П., Козлова В.В., Мануйлова Г.М	
А	Шкала общительности
Д	Шкала жизнерадостности
К	Шкала чувствительности
М	Шкала независимости
Н	Шкала контроля импульсов
В	Шкала логического мышления
С	Шкала эмоциональной устойчивости
«Индивидуальная модель психического здоровья» (А.В. Козлов)	
СтВ	Стратегический вектор
ПВ	Просоциальный вектор
ЯВ	Я-вектор
ТВ	Творческий вектор
ДВ	Духовный вектор
ИВ	Интеллектуальный вектор
СВ	Семейный вектор
ГВ	Гуманистический вектор
Анкета «Прогноз»	
НПУ	Нервно-психическая устойчивость

Результаты и обсуждение

Среди 200 человек, составивших выборку данного исследования 59,5 % (119 человек), набрали самые низкие баллы по опроснику эмоциональной компетентности, 17,5% набрали 100-105 баллов (35 человек) по обобщенному показателю Иэк. Таким образом, 77% учителей, заполнивших опросник Г. Юсуповой, имеют низкий уровень эмоциональной компетентности. 40 человек, что от общей выборки составляет 20%, имеют уровень ЭК ниже среднего. У четверых испытуемых (2%) уровень ЭК средний, и у двух (1%) – выше среднего. Высокие показатели не были обнаружены ни у одного испытуемого. Таким образом, мы можем сделать вывод, что у большей части учителей из казахстанских школ низкий уровень эмоциональной компетентности.

По опроснику Н. Холла 40% учителей показали низкие результаты по интегративному показателю эмоционального интеллекта, 49 % – средние показатели, 11% имели высокий интегральный показатель ЭИ. Проанализировав данные об эмоциональном интеллекте учителей, полученных с помощью опросника Н. Холла, можно сделать следующие выводы: большая часть учителей имеет низкий уровень управления эмоциями и меньшая часть – высокий уровень данной составляющей эмоционального интеллекта. По шкале управления эмоциями большая (58%) часть учителей продемонстрировала низкие показатели. По шкале эмоциональной осведомленности данные относительно сбалансированы, по шкале самомотивации у большей части опрошенных средние и низкие показатели. По шкале эмпатии преобладает средний уровень, учителей с высоким уровнем эмпатии больше, чем учителей с низким. Результаты по умению распознавать эмоции других людей свидетельствуют о том, что у большей части учителей данный навык развит в средней степени, но опрошенных с низкими показателями больше, чем опрошенных с высокими показателями по данному навыку.

Проанализировав результаты по опроснику коммуникативной социальной компетентности, мы пришли к следующим выводам. Большая часть учителей средней школы или преимущественно общительны, или в равной степени общительны и замкнуты; большая часть опрошенных имеет в равной степени развитые и логическое, и образное мышление, а также немалая часть учителей имеют слабо развитое логическое мышление; преимущественное количество

опрошенных в равной степени ориентированы на группу и на себя в принятии решений.

Далее описаны результаты, полученные в ходе экспериментального исследования психического здоровья учителей с помощью методики «Индивидуальная модель психического здоровья». Подавляющая часть испытуемых (90% опрошенных) продемонстрировала среднюю выраженность гуманистического вектора психического здоровья по методике А.В. Козлова. При этом количество испытуемых с низкой выраженностью данного вектора больше, чем испытуемых с высокой выраженностью. По семейному вектору психического здоровья 97,5% опрошенных учителей имеют высокую или среднюю выраженность развития. Лишь 2,5% опрошенных продемонстрировали низкую выраженность развития семейного вектора психического здоровья. Почти такие же результаты мы получили по интеллектуальному вектору: суммарно 98 % имеют высокую и среднюю степень развития (почти половина опрошенных продемонстрировали высокую степень), и лишь 2 % – низкую степень развития данного вектора психического здоровья. 65% опрошенных, а именно 130 учителей средней школы, имеют среднюю выраженность духовного вектора психического здоровья. При этом опрошенных, продемонстрировавших высокие показатели по данному вектору, почти в 7 раз больше, чем опрошенных с низким уровнем. 70 % испытуемых продемонстрировали среднюю выраженность духовного вектора психического здоровья, 11,5 % – высокую степень, и 19,5 % – низкую степень развития данного фактора. Примерно такие же результаты мы получили по Я-вектору: 81,5 % испытуемых имеют среднюю, 5,5 % – высокую, и 13,5 % – низкую степень развития данного вектора психического здоровья. Подавляющая часть (97,5% опрошенных) продемонстрировала высокую и среднюю степень выраженности просоциального вектора, при этом лишь 2,5 % – низкую. Больше половины (55,5%) опрошенных получили высокие показатели по стратегическому вектору психического здоровья. 42,5% продемонстрировали среднюю выраженность данного вектора, и 2% – низкую выраженность стратегического вектора психического здоровья. Таковы результаты по оценке психического здоровья учителей Казахстана по методике индивидуальная модель психического здоровья А.В. Козлова.

По анкете «Прогноз» большая часть опрошенных, а именно – 38%, имеют хорошую НПУ, и 22% имеют высокую НПУ, что говорит о том,

что у 60-ти % учителей нервно-психические срывы маловероятны. У 22% опрошенных нервно-психические срывы вероятны, т.к. у них была определена удовлетворительная НПУ. Высокая вероятность нервно-психических срывов была обнаружена у 18% опрошенных.

Для математической обработки данных был выбран метод ранговой корреляции Спирмена, так как данный метод позволяет определить тесноту и направление корреляционной связи между двумя признаками (Сидоренко, 2003).

Используя возможности программы для обработки данных Excel, мы вычислили эмпирические значения коэффициента корреляции ($r_{s \text{ эмп}}$) между парами анализируемых шкал. Для определения статистической значимости полученных коэффициентов мы сравнивали значения ($r_{s \text{ эмп}}$) с критическими значениями $r_{s \text{ крит}}$, которые для $N \geq 40$ имеют следующие значения (см. формулу 1).

$$\text{Для } N \geq 40 \quad r_{s \text{ крит}}: \begin{cases} 0,31 \text{ при } p \leq 0,05 \\ 0,40 \text{ при } p \leq 0,01 \end{cases}$$

где N – количество испытуемых в выборке, p – коэффициент погрешности.

При анализе полученных с помощью опросников данных мы проверили корреляции шкал выбранных для исследования методик со шкалами возраста учителей и стажем их работы в школе. Полученные таким путем эмпирические коэффициенты корреляции указаны в таблице 1.

Таблица 2 – Эмпирические коэффициенты корреляции между шкалами методик и шкалами возраста и стажа

Шкалы	Возраст	Стаж
Д		-0,51929**
Н	0,351396*	
СтВ	0,311109*	
ТВ	0,408959**	0,344399*
ДВ	0,33553*	
ИВ	0,333646*	
ГВ	0,392586*	0,357569*
НПУ	0,363314*	

** – Корреляция значима на уровне 0.01.

* – Корреляция значима на уровне 0.05.

Интерпретация полученных данных:

- С возрастом учителя научаются лучше контролировать свои импульсы и становятся более сдержанными.

▪ Чем дольше испытуемый работает учителем в средней школе, тем более он становится молчаливым и серьезным.

▪ Стратегический, творческий духовный, интеллектуальный и гуманистический векторы психического здоровья у учителей возрастают с возрастом.

▪ Чем больше у учителей стаж работы, тем лучше у них развиты творческий и гуманистический векторы психического здоровья.

▪ С возрастом у учителей возрастает нервно-психическая устойчивость

При корреляционном анализе шкал социальной и эмоциональной компетентности со шкалами психического здоровья были полученные данные, представленные в таблице 2.

Интерпретация полученных результатов:

• Чем более общительным является учитель, тем лучше его ПЗ и уровень НПУ.

• Чем более учитель независим, тем меньше у него развиты просоциальный и гуманистический векторы ПЗ.

• Чем лучше способность к контролю импульсов, тем у учителей выше ПЗ и НПУ.

• Чем выше у учителя способность логически мыслить, тем выше его НПУ.

• Чем более эмоционально устойчив учитель, тем выше его ПЗ и НПУ.

• Чем выше эмоциональная компетентность, тем выше Я-вектор, Духовный вектор и НПУ.

При корреляционном анализе составляющих эмоциональный интеллект шкал со шкалами психического здоровья были получены данные, представленные в таблице 3.

Таблица 3 – Эмпирические коэффициенты корреляции между шкалами эмоциональной и социальной компетентности и шкалами психического здоровья

Шкалы	СтВ	ПВ	ЯВ	ТВ	ДВ	ГВ	НПУ
А	0,588**	0,496**	0,354*	0,355*		0,316*	0,537**
М		-0,337*				-0,327*	
Н	0,656**	0,501**	0,446**	0,396*	0,321*		0,571**
В							0,319*
С	0,591**	0,481**	0,328*	0,340*			0,530**
Иэк			0,322*		0,303*		0,441**

Таблица 4 – Эмпирические коэффициенты корреляции между шкалами эмоционального интеллекта и психического здоровья

Шкалы	СтВ	ПВ	ЯВ	ТВ	ДВ	ИВ	НПУ
ЭИ	0,457**	0,483**	0,392*	0,419**	0,374*	0,578**	0,420**
РЭДЛ		0,448**	0,429*	0,466**		0,548**	
СМ	0,333*	0,379*			0,313*	0,502**	0,346*
УЭ	0,383*	0,368*				0,382*	0,397*
ЭО						0,332*	

▪ Чем выше ЭИ, тем выше ПЗ и НПУ.

▪ Чем лучше учителя различает эмоции других людей, тем выше: Просоциальный, Я-вектор, Творческий и Интеллектуальный векторы ПЗ.

▪ Чем выше у учителей Самомотивация, тем лучше у него развиты Стратегический, Просоциальный, Духовный и Интеллектуальный векторы ПЗ, а также лучше развита НПУ.

▪ Чем лучше учителя управляет своими эмоциями, тем выше у него: СтВ, ПВ, ИВ и НПУ.

▪ Чем выше у учителей Эмоциональная осведомленность, тем выше Интеллектуальный вектор ПЗ.

Заключение

Мы получили значимые корреляции между показателями эмоциональной компетентности и психического здоровья учителей, таким образом наша гипотеза подтвердилась. Результаты,

полученные нами в ходе проведения экспериментального исследования, позволяют сделать выводы о том, что уровень развития ЭК оказывает влияние на уровень психического здоровья учителей.

Полученные в процессе исследования данные позволили утверждать, что способность справляться со стрессом и сохранить высокий уровень психического здоровья педагогу помогает высокий уровень эмоциональной компетентности.

На данном этапе актуальность проблемы в большой степени обусловлена не только недостаточной ее разработанностью, но и ее практической ценностью. В настоящее время в отечественной психологической науке практически не проводится эмпирических исследований взаимосвязи уровня эмоциональной компетентности и психического здоровья. Изучение взаимосвязи эмоциональной компетентности и психического здоровья – важная теоретическая и практическая задача, требующая дальнейшего исследования и разработки.

Литература

- Андреева И.Н. Эмоциональная компетентность в работе учителя // Народное образование. – 2006. – № 2. – С. 216–223.
- Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С. 57–65.
- Андреева И. Н. Концептуальное поле понятия «эмоциональный интеллект» // Вопросы психологии. – 2009. – № 4. – С. 131–142.
- Afsaneh G., Fatemeh M. The role of EFL teachers' emotional intelligence in their success // *ELT Journal*. – 2010. – P. 424–435.
- Bar-On R. Emotional and social intelligence: insights from the emotional quotient inventory (EQ-I) // *The Handbook of Emotional Intelligence*. – 2000. – P. 363–388.
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S. The Empathy Quotient (EQ). An investigation of adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and normal sex differences // *Journal of Autism and Developmental Disorders*. – 2004. – № 34. – P. 163–175.
- Borrelli I., Benevene P., Fiorilli C., D'Amelio F., Pozzi G. Working conditions and mental health in teachers: a preliminary study. *Occup. Med.* – 2004. – Vol. 64. – P. 530–532.
- Ervasti J., Kivimäki M., Pentti J., Suominen S., Vahtera J., Virtanen M. Sickness absence among Finnish special and general education teachers // *Occup Med.* – 2011. – Vol. 61. – P. 465–471.
- Ильин Е.И. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер. – 2001. – С. 633–634.
- Kovess-Masféty V., Rios-Seidel C., Sevilla-Dedieu C. Teachers' mental health and teaching levels // *Teach. Educ.* – 2007, vol. 23. – P. 1177–1192.
- Козлов А.В. Методика диагностики психического здоровья // *Перспективы Науки и Образования*. – 2014. – №6(12). – С. 110–116.
- Козлов А.В. Структура психологического здоровья: психосемантический подход // *Вестник Харьковского национального университета*. – 2011. – № 937. – С. 130–133.
- Lam T., Kolomiro K., Alamparambil C. Empathy training: evaluation, practices and validity // *Journal of Multidisciplinary Evaluation*. – 2001. – Vol. 7. – № 16.
- Мадалиева З.Б. Эмоциональное состояние учителя: особенности проявления и способы регуляции: дис. ... докт. психол. наук. – 2008. – 91 с.
- Mayer J., Caruso D., Salovey P. Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence // *Intelligence*. – 1999. – Vol. 27. – P. 267–298.
- Merida-Lopez S., Extremera N. Emotion-regulation ability, role stress and teachers' mental health // *Occupational Medicine*. – 2017. – Vol. 67. – № 7. – P. 540–545.
- Montgomery C., Rupp A. (2005) A meta-analysis for exploring the diverse causes and effects of stress in teachers // *Can. J. Educ.* – 1995. – Vol.28. – P. 458–486.
- Parkinson B., Fisher A., Manstead A. Emotion in social relations. Cultural, social and interpersonal processes. – N.Y.: Psychology Press. – 2005.
- Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Уч. пос. – Самара: Издательский Дом «БАХ-РАХ». – 1998. – С. 544–548.
- Salovey P., Mayer J. Emotional intelligence // *Imagination, cognition and personality*. – 1990. – № 9. – P. 185–211.
- Sass D., Seal A., Martin N. Predicting teacher retention using stress and support variables // *J. Educ. Adm.* – 2011. – Vol. 49. – P. 200–215.
- Schutz, P., DeCuir, J. Inquiry on emotions in education // *Educational Psychologist*. 2002. – Vol. 37. – P.125–135.
- Smith C., Ellsworth P. Patterns of cognitive appraisal in emotion // *J. of Pers. and Soc. Psychol.* – 1985. – №. 48, P. 813–838.
- Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: ООО «Речь». – 2003. – 350 с.
- The world health report – Mental Health: New Understanding. World Health Organization. Retrieved 4 May 2014.
- Mental health: strengthening our response. World Health Organization. August 2014. Retrieved 4 May 2014.
- Mental health: strengthening our response. World Health Organization. August 2014. Retrieved 20 November 2019.
- Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М. – 2002. – С. 138–149.

Юсупова Г.В. Состав и измерение эмоциональной компетентности: дис. ... канд. психол. наук. – 2006. – 166 с.
 Юсупова Г.В. Коэффициент эмоциональности как условие успешности в бизнесе // Балтийский гуманитарный журнал. – 2014. – №1.

References

- Afsaneh G., Fatemeh M. (2010) The role of EFL teachers' emotional intelligence in their success. *ELT Journal*, pp. 424-435. (In Russian)
- Andreeva I.N. (2006) Jemocional'naja kompetentnost' v rabote uchitelja [Emotional competence in teacher work]. *Narodnoe obrazovanie*, no 2, pp. 216–223. (In Russian)
- Andreeva I. N. Predposylki razvitija jemocional'nogo intellekta [Prerequisites for the development of emotional intelligence]. *Voprosy psihologii*, no 5, pp. 57 – 65. (In Russian)
- Andreeva I. N. (2009) Konceptual'noe pole ponjatija «jemocional'nyj intellekt» [Conceptual field of the concept of “emotional intelligence”]. *Voprosy psihologii*, no 4, pp. 131 — 142. (In Russian)
- Bar-On R. (2000) Emotional and social intelligence: insights from the emotional quotient inventory (EQ-I). *The Handbook of Emotional Intelligence*, pp. 363–388.
- Baron-Cohen S., Wheelwright, S. (2004) The Empathy Quotient (EQ). An investigation of adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, no 34, pp. 163-175.
- Borrelli I., Benevene P., Fiorilli C., D'Amelio F., Pozzi G. (2014) Working conditions and mental health in teachers: a preliminary study. *Occup. Med.*, vol. 64, pp. 530–532.
- Ervasti J., Kivimäki M., Pentti J., Suominen S., Vahtera J., Virtanen M. (2011) Sickness absence among Finnish special and general education teachers. *Occup Med.*, vol. 61, pp. 465–471.
- Fetiskin N. P., Kozlov V. V., Manujlov G. M. (2002) Social'no-psihologicheskaja diagnostika razvitija lichnosti i malyh grupp [Socio-psychological diagnostics of the development of personality and small groups]. M., pp. 138—149. (In Russian)
- Il'in E.I. (2001) Jemocii i chuvstva [Emotions and feelings]. SPb.: Piter, pp. 633–634. (In Russian)
- Jusupova G.V. (2006) Sostav i izmerenie jemocional'noj kompetentnosti: dissertacija na soiskanie stepeni kandidata psihologicheskikh nauk [Composition and measurement of emotional competence: dissertation for the degree of candidate of psychological sciences]. 166 p. (In Russian)
- Jusupova G.V. (2014) Koefficient jemocional'nosti kak uslovie uspešnosti v biznese [Emotionality coefficient as a condition for business success]. *Baltijskij gumanitarnyj zhurnal*, no 1.
- Kovess-Masféty V., Rios-Seidel C., Sevilla-Dedieu C. (2007) Teachers' mental health and teaching levels. *Teach. Educ.*, vol. 23, pp. 1177–1192.
- Kozlov A.V. (2014) Metodika diagnostiki psihicheskogo zdorov'ja [Mental health diagnostic method]. *Perspektivy Nauki i Obrazovanija*, vol. 12, no 6, pp. 110-116.
- Kozlov A.V. (2011) Struktura psihologicheskogo zdorov'ja: psihosemanticheskij podhod [The structure of psychological health: psychosemantic approach]. *Vestnik Har'kovskogo nacional'nogo universiteta*, no 937, pp. 130-133.
- Lam T., Kolomitro K., Alamparambil C. (2001) Empathy training: evaluation, practices and validity. *Journal of Multidisciplinary Evaluation*, vol. 7, no 16.
- Madalievа Z.B. (2008) Jemocional'noe sostojanie uchitelja: osobennosti projavlenija i sposoby reguljacii / Dissertacija na soiskanie stepeni doktora psihologicheskikh nauk. [The emotional state of the teacher: features of manifestation and methods of regulation / Dissertation for the degree of Doctor of Psychology] – 91 p. (In Russian)
- Mayer J., Caruso D., Salovey P. (1999) Emotional Intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, vol. 27, pp. 267 – 298.
- Mental health: strengthening our response. World Health Organization. August 2014. Retrieved 4 May 2014.
- Mental health: strengthening our response. World Health Organization. August 2014. Retrieved 20 November 2019.
- Merida-Lopez S., Extremera N. (2017) Emotion-regulation ability, role stress and teachers' mental health. *Occupational Medicine*, vol. 67, no 7, pp. 540–545.
- Montgomery C., Rupp A. (2005) A meta-analysis for exploring the diverse causes and effects of stress in teachers. *Can. J. Educ.*, vol.28, pp. 458–486.
- Parkinson B., Fisher A., Manstead A. (2005) Emotion in social relations. Cultural, social and interpersonal processes. N.Y.: Psychology Press.
- Raigorodskij D.Ja. (1998). Prakticheskaja psihodiagnostika. Metodiki i testy. Uchebnoe posobie. [Practical psychodiagnosics. Techniques and tests. Tutorial]. Samara: Izdatel'skij Dom «BAHRAH», pp. 544-548.
- Salovey P., Mayer J. (1990) Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, no 9, pp. 185-211.
- Sass D., Seal A., Martin N. (2011) Predicting teacher retention using stress and support variables. *J. Educ. Adm.*, vol. 49, pp. 200–215.
- Schutz, P., DeCuir, J. (2002) Inquiry on emotions in education. *Educational Psychologist*, vol. 37, pp.125-135.
- Sidorenko E.V. (2003) Metody matematicheskoy obrabotki v psihologii [Methods of mathematical processing in psychology]. SPb.: OOO «Rech'». – 350 p. (In Russian)
- Smith C., Ellsworth P. (1985) Patterns of cognitive appraisal in emotion. *J. of Pers. and Soc. Psychol.*, no 48, pp. 813-838.
- The world health report 2001. Mental Health: New Understanding. World Health Organization. Retrieved 4 May 2014.