

Влияние эмоционального интеллекта супругов на психологический климат семьи

Научный руководитель – Чиликина Инара Александровна

Бойкова Марина Александровна

Студент (бакалавр)

Липецкий государственный технический университет, Липецк, Россия

E-mail: marinakolom@mail.ru

Семья - это система, которая образуется на основе эмоциональных связей и посредством этих связей в значительной мере определяет личностные особенности и поведение её членов. Поэтому эмоциональная компетентность взрослых членов семьи играет важную роль в формировании личности супругов и судьбе детей, рожденных в этой семье. Специалисты психологи, психотерапевты, педагоги уже давно пришли к пониманию того, что подавляющая часть психологических проблем детей и взрослых имеет корни в семье. Благополучие супружеских отношений во многом зависит от способности понимать свои и чужие эмоции, а также управлять ими, т.е. эмоциональный интеллект играет решающую роль в удовлетворенности семейной жизнью, минимизации конфликтов, что ведет к сохранению семьи.

Понятие «эмоциональный интеллект» (EQ) - относительно новое понятие в науке. Над исследованием данного явления впервые задумались в 1990 году американские психологи Питер Саловей и Джон Майер. Упомянутые авторы дают следующее определение эмоционального интеллекта: «Эмоциональный интеллект — это такой тип социального интеллекта, который использует способность наблюдать свои собственные эмоции и эмоции других людей, различать их и использовать информацию для управления собственным мышлением и действиями» [1].

Согласно более простому определению, эмоциональный интеллект — понимание того, что чувствуете вы и что чувствуют другие люди, а также знания о том, как это можно использовать. В настоящее время существуют несколько моделей EQ [2]. Проанализировав основные модели, мы выделили 4 основных навыка: умение осознавать свои эмоции, умение осознавать эмоции других, умение управлять своими эмоциями, умение управлять эмоциями других.

Нами была выдвинута гипотеза, что уровень эмоционального интеллекта супругов определяет уровень психологического климата в семье.

Исследование проводилось в Липецкой области.

Выборка составила 40 человек (20 супружеских пар).

Целью исследования явилось изучение взаимосвязи эмоционального интеллекта супругов и психологического климата в семье.

В первом этапе для исследования эмоционального интеллекта супругов применили методику Н. Холла «Определение уровня эмоционального интеллекта» [3].

Анализ результатов эмоционального интеллекта показывает, что 25 % пар имеют высокий уровень эмоционального интеллекта, 45% - имеют средний уровень эмоционального интеллекта, низкий уровень эмоционального интеллекта встречается у 30% супругов. Для исследования необходимо выделить 3 группы семейных пар.

1 группа - это пары с высоким эмоциональным интеллектом, 2 группа - пары со средним эмоциональным интеллектом, 3 - с низким эмоциональным интеллектом.

Второй этап : проведение диагностики психологического климата в каждой группе. Для выявления психологического климата применили методику В.В.Бойко [4].

В 1 группе имеем преобладание пар с положительным психологическим климатом в семье (60 %), 20 % пар с неопределенным психологическим климатом, 20% пар имеют неустойчивый психологический климат и ни одной пары с отрицательным психологическим климатом. Результаты диагностики 2 группы, в которой преобладает неопределенный уровень психологического климата (56%). В третьей группе преобладает неустойчивый (50%) и отрицательный (33%) психологический климат в парах.

В ходе корреляционного анализа наблюдаем сильную связь между высоким уровнем эмоционального интеллекта и устойчивым положительным психологическим климатом. Это говорит нам о том, что чем выше уровень эмоционального интеллекта, тем выше уровень психологического климата. Также наблюдается умеренная связь между низким уровнем эмоционального интеллекта и неустойчивым и отрицательным психологическим климатом. Исходя из этого делаем вывод: чем ниже эмоциональный интеллект, тем ниже уровень психологического климата, что подтверждает выдвинутую нами гипотезу.

Данное исследование позволяет нам сделать вывод о том, что если семейные пары хотят не только сохранить семью, но и жить долго и счастливо, то в первую очередь надо заботиться о повышении уровня своего эмоционального интеллекта, так как в отличие от IQ эмоциональный интеллект успешно поддается корректировке в лучшую сторону.

Источники и литература

- 1) Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. 2006. № 3. С. 78—86.
- 2) Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ — М.: «Манн, Иванов и Фербер», 2013.
- 3) <http://psytests.org/emotional/hall-run.html>
- 4) <http://psytests.org/boyko/family.html>