

Емоционалната интелигентност и субективно благополучие при учителите

СЪДЪРЖАНИЕ

УВОД	2
 ГЛАВА ПЪРВА	
ЕМОЦИОНАЛНАТА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ	5
1. Дефиниция и научни теории за емоционалната интелигентност.....	5
2. Характеристики на емоционалната интелигентност.....	11
3. Роля на емоционалната интелигентност при учителите	13
 ГЛАВА ВТОРА	
ТЕОРЕТИЧНИ ОСНОВИ НА ПРОБЛЕМА ЗА СУБЕКТИВНОТО	
БЛАГОПОЛУЧИЕ	17
1. Дефиниция и характеристики на понятието „субективно благополучие”.....	17
2. Аспекти на субективното благополучие.....	26
 ГЛАВА ТРЕТА	
 ЗАКЛЮЧЕНИЕ	
 БИБЛИОГРАФИЯ	

УВОД

Ако през последните десетилетия интелектуалните умения растат заради технологиите и развитието на научните постижения, то социалните силно се занижават. Съвременните хора много често са в конфликт с чувствата си, потискат ги или ги игнорират напълно. Това от своя страна поражда много необясними на пръв поглед прояви като агресия, самоубийства, отчуждение и депресия.

Когато говорим за интелигентност, обикновено отдаваме по-голямо значение на рационалната, познавателна интелигентност. Умението да се решават определени задачи може да бъде измерено действително с коефициента на интелигентност на личността. На практиката обаче се оказва, че така наречената „емоционална интелигентност“ играе много по-значителна роля в успешната реализация и като личности, и като социални същества. И ако логическото, математическото, пространственото, словесното, двигателно умение в голяма степен са генетично заложени, то емоционалната интелигентност започва да се развива от най-ранното общуване в семейството и продължава цял живот.

Емоционалната интелигентност е значителен скок в разбирането на човешкото поведение. Това не е мода или поредната панацея за лесен успех. Това е сериозна дисциплина, която позволява на човек да изследва нови територии от своята природа. Днес интелигентността на човека се измерва не само с IQ, а и с EQ (емоционална интелигентност).

В наши дни работата на учителя е свързана със значително емоционално натоварване. То е обусловено от отговорността, която той носи за функционалното качество на основната работа, за собствената си безопасност и за безопасността на учениците, както и необходимостта от вземане на решения при дефицит на време и натоварване на зрителния анализатор. Неговият успех и реализация се основават на цялостното му възпитание - интелектуално и емоционално.

Емоционалната интелигентност – умението, което помага на хората да изградят хармонични отношения с другите, е ценено като важно предимство, особено в работата на учителите. Днешните деца са по-информирани, но по-самотни и потиснати, по-гневни и неуправляеми, по-изнервени и по-импулсивни. Ето защо емоционалната интелигентност на учителя е средство в борбата срещу насилието, злобата, завистта или срама, които изпитват децата, а не знаят как да се справят с тях, както и с другите капани на нашето съвремие.

Множество изследвания сочат, че стресът е един от водещите рискови фактори, свързани с емоционалното натоварване на учителите. Изхождайки от когнитивната парадигма, Лазаръс приема, че стресовата реакция може да бъде разбрана само в контекста на психичната структура на личността, взаимодействаща с външната ситуация посредством интелектуални процеси, които той нарича „процес на оценка на опасността” и „процес на справяне”¹. Важно за тази концепция е, че несъответствията са предизвикани не толкова от обективните изисквания, колкото от възприятията, интерпретациите или предвижданията, че човек не може да се справи с поставените изисквания, както и формирането на очакване за заплашване на задоволяването на неговите потребности и постигане на целите му. Съвременното разбиране за стреса, формулирано от Лазаръс и прието от голяма част от изследователите психолози, го определя като „взаимоотношение между индивида и средата, което се преценява от него като заплашващо или надхвърлящо неговите ресурси и като опасност за неговото благополучие”².

Налице са множество културални и концептуални различия по отношение на субективното благополучие. Ето защо основната задача при формулирането на неговите характеристики е да се установи какви са представите за щастие и удовлетвореност от живота сред българските учители.

Целта на дипломната работа е да се установи ролята на емоционалната интелигентност, както и кои социално обусловени ресурси на учителите имат предиктивна роля за по-високи нива на субективно благополучие. Въз основа на резултатите да се очертаят стратегии, приложими в ежедневно съзнателна дейност на учителите.

За постигане на поставената цел, е необходимо да се решат следните **задачи**:

1. Да се конструира инструментариум за целта на изследването.
2. Да се проучат нивата на емоционалната интелигентност и субективното благополучие (щастие и удовлетвореност от живота) сред българските учители.
3. Да се проучи връзката и влиянието на локуса на контрол върху субективната оценка за благополучие.
4. Да се проучи регулативното влияние на локуса на контрол върху ежедневно съзнателна дейност и се установи кои от тях са предиктори на субективно благополучие.

¹ Lazarus RS, Folkman S, Stress, appraisal and coping paradigm, New York, Springer Publ, 1984.

² Пак там, с. 840.

5. Да се изследва взаимовръзката емоционална интелигентност - субективно благополучие и да се препоръчат стратегии за развитие на личностните ресурси, свързани с по-високи нива на субективно благополучие при учителите.

Методите, които са използвани за решаване на поставените задачи, са:

1. Социологически метод:

- Анкетирание на учители и педагогически кадри

2. Статистически методи:

- алтернативен анализ - интензивни и структурни показатели

- вариационен анализ - средни величини, сравнения

- корелационен анализ - корелационни и дисперсионни коефициенти

- непараметричен анализ - за субективните категорични данни от Анкетата

- графичен и табличен анализ - сортиране на данните в комплексни таблици, диаграми и фигури

3. Системно-исторически анализ:

- преглед на научната литературата със систематизация на постигнатото за оценка на емоционалната интелигентност и субективното благополучие при учителите.