

Автономное учреждение дополнительного
профессионального образования Ханты-
Мансийского автономного округа-Югры
«Институт развития образования»

Региональный центр
психолого-педагогической помощи
и сопровождения



Развитие эмоционального интеллекта у детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья как ресурс для проживания кризисных ситуаций

Эмоциональный интеллект

- Эмоциональный интеллект (ЭИ; англ. emotional intelligence, EI) — сумма навыков и способностей человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

**(В 1960-х впервые стало фигурировать понятие именно эмоционального интеллекта. В 1964 году оно появилось в работе Майкла Белдока (Michael Beldoch) Sensitivity to expression of emotional meaning in three modes of communication, а в 1966 году в работе Ханскарла Лёйнера Emotional intelligence and emancipation.)*

Модель эмоционального интеллекта Майера-Саловея-Карузо (модель способностей)

1. **Восприятие эмоций** — способность распознавать эмоции (по мимике, жестам, внешнему виду, походке, поведению, голосу) других людей, а также идентифицировать свои собственные эмоции.

2. **Использование эмоций для стимуляции мышления** — способность человека (главным образом неосознанно) активировать свой мыслительный процесс, пробуждать в себе креативность, используя эмоции как фактор мотивации.

3. Понимание эмоций — способность определять причину появления эмоции, распознавать связь между мыслями и эмоциями, определять переход от одной эмоции к другой, предсказывать развитие эмоции со временем, а также способность интерпретировать эмоции во взаимоотношениях, понимать сложные (амбивалентные, неоднозначные) чувства.

4. Управление эмоциями — способность укрощать, пробуждать и направлять свои эмоции и эмоции других людей для достижения поставленных целей. Сюда также относится способность принимать эмоции во внимание при построении логических цепочек, решении различных задач, принятии решений и выборе своего поведения.

Кризисные ситуации

- кризисы развития (возрастные кризисы);
- кризисы утраты и разлуки;
- травматические кризисы.

*(Кризис (др.-греч. κρίσις — решение; поворотный пункт) — переворот, пора переходного состояния, перелом, состояние, при котором существующие средства достижения целей становятся неадекватными, в результате чего возникают непредсказуемые ситуации.)

Кризисы развития (возрастные)

Нормативные кризисы развития — переходные этапы возрастного развития, занимающие место между стабильными (литическими) возрастами.

В советской психологии понятие кризиса введено Л. С. Выготским и определяется как целостное изменение личности ребёнка, регулярно возникающее при смене (на стыке) стабильных периодов, обусловленное возникновением основных психологических новообразований.

Кризисы утраты и разлуки

В классификации Б. Дейтса [Deits, 2000] можно выделить четыре стадии горя:

1. Шок и оцепенение (шок от нескольких часов до нескольких дней после потери);
2. Отрицание и отстранение;
3. Признание и боль - скорбящий готов признать смерть, но не может принять и одобрить происшедшее;
4. Принятие и возрождение.

Травматические кризисы

Травматические кризисы порождаются экстремальными ситуациями, приводящими к серьезным негативным последствиям для жизни и здоровья человека.

К ним относят природные и техногенные катастрофы; вооруженные конфликты; роль жертвы пыток, терроризма, изнасилования или другого преступления; наблюдение за насильственной смертью других; аварии, нападения и другие несчастные случаи; потери и утраты; неизлечимые болезни.

Суицид

Отечественные ученые разделяют виды суицида на три категории:

Первый вид – демонстративный суицид. Он часто совершается при кратковременном, спонтанном, внезапно наступившем состоянии интенсивного аффекта. Смерть, как правило, наступает по роковому стечению обстоятельств.

Второй вид – истинный суицид. Истинное самоубийство подразумевает безоговорочное принятие решения индивидуумом прекратить жизнь, проведение предварительных подготовительных мероприятий и составление четкого плана.

Третий вид – косвенное самоубийство. Это состояние, когда персоны сознательно выбирают суицидально обусловленное поведение. Эта та модель поведения, которая не может привести к немедленной кончине, однако все деяния субъекта сопровождаются высокой вероятностью летального исхода.

Последствия кризиса

Негативные последствия и опасности

Кризисы могут вызвать психическую травму или повреждение базовых структур личности ребенка. Агрессивные и непродуманные действия могут закрепиться и стать стилем поведения ребенка.

Позитивные последствия и ресурсы

Поиск выхода из кризисной ситуации сопровождается овладением способами разрешения конфликтов, выработкой новых способов поведения, повышением уверенности в себе.