

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ

Воюцький Андрій

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
Освітньо-професійна програма «Психологія»
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука» (м Рівне, Україна)*

Науковий керівник: Мороз О. І.

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука» (м Рівне, Україна)*

Анотація. Представлено теоретичне обґрунтування та результати емпіричної перевірки механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність при виконанні провідних життєвих завдань особистості (забезпечення власного суб'єктивного благополуччя; підтримування доброзичливих стосунків із оточуючими, самореалізація та самовдосконалення). Визначено типологію успішності життєдіяльності залежно від рівня сформованості емоційного інтелекту. Доведено можливість оцінки емоційного інтелекту у термінах безперервності переживання людиною психічного здоров'я. Поглиблено уявлення про характер впливу різних компонентів емоційного інтелекту на оптимальність функціонування людини.

Ключові слова: особистість, емоційний інтелект, самореалізація, самовдосконалення, життєвий шлях.

Abstract. The theoretical justification and the results of the empirical verification of the mechanisms of the influence of emotional intelligence on success in the performance of leading life tasks of the individual (ensuring one's own subjective well-being; maintaining friendly relations with others, self-realization and self-improvement) are presented. The typology of the success of life activities is determined depending on the level of emotional intelligence. The possibility of assessing emotional intelligence in terms of the continuity of a person's experience of mental health has been proven. The understanding of the nature of the influence of various components of emotional intelligence on the optimal functioning of a person is deepened.

Keywords: *personality, emotional intelligence, self-realization, self-improvement, life path.*

Прояви емоційного інтелекту стали важливою складовою розвитку сучасної психології. Щороку зростає кількість досліджень, присвячених аспектам емоційного інтелекту. Важливо відзначити, що практичний інтерес до вивчення емоційного інтелекту вже зараз виходить за межі теоретичного дискурсу. Значущість емоційного інтелекту особливо важлива в сферах психології, педагогіки та соціальної роботи, де відбувається безпосередня взаємодія зі студентами, учнями чи клієнтами. Сучасне оточення в освітній та соціальній сферах визначається високим рівнем складності. Запровадження нових методик, трансформація засобів навчання, поява нових запитів вимагають підтримки конкурентоспроможності від освітніх установ, психологічних та соціальних служб. Гнучкість і динаміка цих сфер мають швидко реагувати та застосувати сучасні, іноді нестандартні, інноваційні методи та рішення в управлінні ресурсами. Управління людськими взаєминами, побудоване на ефективних психологічних, педагогічних технологіях та методах соціальної роботи, з врахуванням актуальних досліджень у галузі психології професійної діяльності, сприятиме досягненню цілей, як для освітніх установ, так і для їхніх працівників. Тому важливо акцентувати увагу на емоційному менеджменті, базованому на концепції емоційного інтелекту [3, 4].

У галузі психології, особливо для працівників соціономічного профілю, відбулися значущі трансформації, що надали можливість розглядати роль фахівця як універсального управлінця – ключову посаду, що знаходить своє застосування у різних сферах. Від їхньої ефективності залежать не лише благополуччя та успіх індивідів, але й розвиток суспільства в цілому. Професії соціономічного профілю віднесені до суб'єкт-суб'єктного типу і характеризуються високою емоційною напруженістю, інтенсивною взаємодією та стресогенністю, що потребує високого рівня емоційно-вольової регуляції особистості. Отже, розвиток емоційного інтелекту та емоційної компетентності стає ключовим аспектом професійного зростання цих фахівців. Важливо підкреслити, що емоційна компетентність безпосередньо пов'язана з емоційним інтелектом і становить основу для успішної психологічної, педагогічної та соціальної роботи. Такий підхід сприяє покращенню якості взаємодії з клієнтами, учнями чи підопічними, а також підвищує ефективність і вплив у цих важливих сферах діяльності.

Розвиток емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю є одним із найважливіших завдань сучасного освітнього процесу та в цілому соціально-економічної сфери. Особливо актуальною ця проблема стає в умовах постійних змін в українському суспільстві та в

сфері розвитку технологій, що вимагають від майбутніх фахівців більшої компетентності в системі міжособистісних відносин, уміння ефективно спілкуватися, вирішувати конфлікти та приймати рішення на основі емоційного інтелекту.

Крім того, актуальність дослідження цієї проблеми визначається необхідністю підготовки майбутніх фахівців соціономічного профілю до роботи в умовах високого рівня несприйняття та конфліктів в соціумі. Розуміння та ефективне володіння емоціями дасть можливість їм керувати стресом, краще адаптуватися до складних ситуацій та підвищити ефективність комунікації з клієнтами, колегами, учнями та іншими стейкхолдерами. Крім того, соціономічний профіль вимагає від фахівців розвинутих умінь приймати важливі та швидкі рішення, що часто базуються на аналізі складних інформаційних потоків і специфікації ризиків. Розвинені вміння сприймати та аналізувати власні та чужі емоції суттєво підвищують якість рішень та відповідальність при їх прийнятті.

Все це дає підстави вважати проблему розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю надзвичайно важливою та актуальною. Дослідження в цій галузі допоможуть розробити ефективні методики навчання та підготовки студентів, що будуть сприяти підвищенню їхньої професійної компетентності та спроможності впливати на соціальноекономічні процеси в сучасному суспільстві.

Дослідження, що проведені науковцями в сфері взаємодії емоційного інтелекту й успішністю професійної діяльності, доводять, що розвинутий емоційний інтелект є значущою детермінантою ефективності професійної діяльності. Актуальність проблеми дослідження емоційного інтелекту студентів в умовах вищої освіти обумовлена необхідністю виявлення особливостей його розвитку в процесі їх професійної підготовки. Це дасть можливість, з одного боку, майбутнім фахівцям задовольнити потреби у високому рівні розвитку емоційного інтелекту, а з іншого – потребу суспільства у кваліфікованих спеціалістах [2-5].

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості розвитку емоційного інтелекту у студентів соціономічного профілю та розробити тренінгову корекційну програму розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз психологічної літератури з проблеми дослідження емоційного інтелекту.
2. Визначити критерії, конструкти та особливості розвитку емоційного інтелекту.

3. Здійснити емпіричне дослідження впливу емоційного інтелекту на формування життєвого шляху у майбутніх фахівців соціономічного профілю.

4. Розробити авторську тренінгову корекційну програму розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування.

5. Емпірично дослідити можливості корекції емоційного інтелекту, використовуючи авторську тренінгову програму.

Інформаційне забезпечення дослідження становлять: сучасні дослідження в галузі загальної і когнітивної психології (В.Зінченко, Б.Величковський, О. Тихомиров, В. Мазилів, Д. Ушаков); концепції саморегуляції діяльності й активності суб'єкта (Н.Коврига, О. Крилов); сучасні теоретичні та емпіричні дослідження емоційного інтелекту (R. Baron, D. Caruso, R. Boyatzis, R. Cooper, D. Goleman, R. Roberts, M. Zeidner, A. Sawaf, J.D. Mayer, G. Matthews, P. Salovey, Д. Люсін, та інші); сучасні дослідження в галузі психології (О. Власова, В. Романова, В. Козлов, В. Новіков, В. Назаров, Н. Фетіскін та інші); регуляції емоційно-мотиваційної сфери особистості (К.Ізард, В. Вілліамс, Є. Ільїн та інші).

На етапі експериментального дослідження нами була проведена діагностика конструктів емоційного інтелекту із застосуванням Методики діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла), Методики дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В. Зарицької) та Опитувальника емоційного інтелекту ЕМІІ (Д. Люсіна). Результати діагностики дали можливість встановити інтегративний показник розвитку емоційного інтелекту та рівні вираженості окремих його складових. Порівняльний аналіз первинних описових даних свідчить про те, отримані результати мають подібну тенденцію та кореляційні зв'язки.

За допомогою Методики діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла) ми дослідили рівень розвитку емоційного інтелекту у студентів трьох спеціальностей: 053 Психологія (ПП), 013 Початкова освіта (ПО), 014.11 Середня освіта Фізична культура (СОФК), що визначається такими особистісними характеристиками, які дозволяють розпізнавати та керувати своїми емоціями, розпізнавати почуття в кожній конкретній ситуації. Отримані результати представлені в Таблиці 1. Високий рівень розвитку емоційної обізнаності у студентів, які обирають професії в сфері психології, початкового навчання та викладання фізичної культури свідчить про їх внутрішнє розуміння та готовність працювати з емоціями, як своїми, так і емоціями інших людей. Також високий рівень емоційної обізнаності вказує на їхню готовність працювати з різними групами людей, де емоційне спілкування та розуміння є ключовим для успішної взаємодії.

Таблиця 1

**Результати дослідження емоційного інтелекту за методикою
Н.Холла за спеціальностями, у %**

№	ШКАЛА	СПЕЦІАЛЬНОСТІ								
		ПП			ПО(СР)			СОФК		
		ВР	СР	НР	ВР	СР	НР	ВР	СР	НР
1.	Емоційна обізнаність	20	65	15	18	60	22	16	55	29
2.	Управління емоціями	17	58	25	20	54	26	12	55	33
3.	Самотивація	24	56	20	22	54	24	24	56	20
4.	Емпатія	28	62	10	22	56	22	18	58	24
5.	Розпізнавання емоцій інших людей	18	60	22	21	59	20	16	54	30
6.	Інтегральний показник EI	26	58	16	24	56	20	20	52	28

Примітка: ВР -високий рівень, СР – середній рівень, НР – низький рівень

На основі результатів дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту у студентів соціономічного профілю ми дійшли певних висновків. По-перше, відзначається тенденція до покращення рівня розвитку емоційного інтелекту у студентів на випускному курсі порівняно з початковим. Це може бути пов'язано з професійним зростанням та поглибленим розумінням емоційних аспектів у соціально-економічному контексті. По-друге, можна відзначити, що студенти соціономічного профілю демонструють високий рівень розвитку певних компонентів емоційного інтелекту, зокрема емпатії та міжособистісного інтелекту. Це може бути важливим фактором у їхній соціальній та професійній взаємодії, де емоційна компетентність грає значущу роль.

За результатами емпіричного дослідження з'ясовано, що існують певні аспекти емоційного інтелекту, які менш розвинуті у студентів соціономічного профілю, зокрема: управління стресом, управління власними емоціями та розпізнавання емоцій інших. Ці аспекти стали точкою відправлення для розробки модулів тренінгу, спрямованих на збалансоване та комплексне підвищення рівня емоційного інтелекту у студентів.

Розроблена програма розвитку емоційного інтелекту та надані практичні рекомендації визначають інтегрований підхід до підготовки

студентів та викладачів, сприяючи їхньому емоційному зростанню та соціальній компетентності. Програма враховує основні аспекти емоційного інтелекту, такі як управління власними емоціями, спілкування на емоційному рівні, розуміння та сприйняття емоцій інших людей. Запропоновані рекомендації враховують потреби різних груп учасників та сприяють вдосконаленню ключових компетенцій, необхідних для успішної соціальної взаємодії та розвитку в освітньому середовищі. Впровадження цих ініціатив може сприяти створенню позитивної та підтримуючої атмосфери, сприяючи глибокому осмисленню та розвитку особистісного потенціалу учасників.

Загалом можна констатувати, що розвиток емоційного інтелекту важливий для студентів, оскільки він сприяє їхній соціальній адаптації та успішній взаємодії в професійному оточенні.

ЛІТЕРАТУРА

1. Di Fabio A. Emotional intelligence – new perspectives and applications. InTech: Open Access Publisher. 2011. 288 p. DOI: <https://doi.org/10.5772/1188>.
2. Bar-On Reuven The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) *Psicothema*. 2006. Vol. 18, P. 13-25.
3. Августюк М. М. Теоретичний аналіз концептуальних підходів до операціоналізації емоційного інтелекту. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2021. № 13. С. 81–87.
4. Белікова Ю. В. Емоції і почуття: соціологічний аналіз. Типізація групових емоцій. *Вісник Одеського національного університету*. Вип. Соціологія, політичні науки. Одеса. 2011. С. 168–173.
5. МакКі Е., Бояцис Р., Гоулман Д. Емоційний інтелект лідера / пер. з англ. В. Глінки. Київ. 2019. 288 с