

рішень. Таким чином, вміння управляти власними емоціями, виступає професійно важливою якістю пілота. За допомогою психофункціонального тесту з'являється можливість оцінити вміння пілота, рівень психологічної готовності на різних етапах підготовки до польоту.

Отже, підготовка пілота до професійної діяльності являється багатокомпонентним поняттям, яке досліджує розвиток та перебіг психофізіологічного стану людини при виконанні своїх обов'язків, в умовах спільної діяльності та взаємостосунків між людьми. Головна задача підготовки в тому, щоб усі категорії авіаційного персоналу зрозуміли важливість володіння базовими знаннями в цій області та яким чином і чому необхідно запобігати помилкам в процесі своєї діяльності.

Список літератури

1. Закон України «Про транспорт» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80>.

2. Ворона А.А. Теория и практика психологического обеспечения летного труда / А.А. Ворона, Д.В. Гендер, В.А. Пономаренко. – М.: Военное издательство, 2003. – 278с.

*Науковий керівник: Алпатова О.В.,
канд. психол. наук, доцент*

УДК 159.925:165.195:378.35 (043.2)

Сидоришина М.В.

Національний авіаційний університет, Київ

ПРОБЛЕМА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

Для успішного розвитку в професійному та особистому житті будь-якій людині необхідно розвивати та вдосконалювати свій рівень емоційного інтелекту. Особливо це має значення для практичних психологів, оскільки центральним компонентом їх діяльності є взаємодія із людьми, яка у значній мірі залежить від сформованості емоційного інтелекту.

Вперше термін «емоційний інтелект» почали використовувати американські психологи П. Селовеї і Дж. Майер які розуміли його як здатність до розуміння інших людей, здатність до самоконтролю, мотивації, саморозуміння. Загалом дослідженням емоційного інтелекту займалися як зарубіжні сучасні вчені такі як Д. Люсін, І. Андрєєва, Т. Березовська, М. Журавльова, О. Власова, Г. Гарскова, А. Панкратова, С. Дерев'янку. На даний час під емоційним інтелектом розуміють сукупність когнітивних навичок та вмінь які забезпечують адекватне розпізнавання, розуміння та

контроль власних емоцій та емоцій інших людей. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту більш успішні у взаємодії з оточуючими, мають позитивний та стабільний настрій і легше досягають поставлених цілей.

Основними складовими емоційного інтелекту виділяють внутрішньо-особистісний компонент та міжособистісний. Внутрішньоособистісний аспект полягає в усвідомленні власних почуттів, вмінні їх контролювати та спрямовувати у потрібну діяльність, також це здатність до самомотивації, підтриманні позитивного настрою, гнучкості у поведінці та адаптивності у різних життєвих ситуаціях. Центральною якістю міжособистісного аспекту виступає здатність до емпатії, яка передбачає вміння розпізнавати та розуміти почуття інших людей, також характерними є такі якості, як комунікативні навички, відвертість, дисциплінованість.

Більш детальна структура емоційного інтелекту була розроблена Р. Бароном і включає в себе п'ять основних компонентів:

1) самоусвідомлення (врахування своїх індивідуальних особливостей, розуміння своїх емоцій та почуттів, само актуалізація та самоповага, здорова самооцінка);

2) комунікативні здібності (емпатія, відповідальність у міжособистісних відносинах, здатність ідентифікувати почуття інших та впливати на них);

3) здатність до адаптації (емоційна гнучкість, вміння долати життєві труднощі, самостійність у прийнятті рішень);

4) стійкість до стресу (вміння зберігати спокій у стресових ситуаціях, контролювати власні емоції у несподіваних ситуаціях, здоровий рівень самоконтролю);

5) загальний настрій (оптимізм, доброзичливе ставлення до оточуючих та до подій які відбуваються у власному житті, віра у краще).

Виходячи зі структури емоційного інтелекту можна побачити, що основні його компоненти безпосередньо пов'язані з діяльністю практичного психолога та обов'язково мають бути присутні у його особистості.

Майбутній практичний психолог повинен володіти розвинутою здатністю до рефлексії, знати методи впливу на власні емоційні стани, зберігати позитивний емоційний настрій та самовладання і важких життєвих ситуаціях. Для успішної взаємодії із своїми клієнтами психологу також необхідні навички міжособистісного спілкування, які значною мірою залежать від емоційного інтелекту, здатність до емпатії та вміння впливати на емоції та почуття інших людей.

Список літератури

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. – Новополюк: ПГУ, 2011. – 388 с.

2. Величковский Б.М. Когнитивная наука: основы психологии познания: в 2 т. Т. 2 / Б. М. Величковский. – М.: Смысл: Академия, 2006. – 432 с.

*Науковий керівник: Алтатова О.В.,
канд. психол. наук, доцент*