

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

_____ Любов ПОМИТКІНА

«_____» _____ 2023р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)
ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ
БАКАЛАВР
ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 053 «ПСИХОЛОГІЯ»

Тема: «Емоційний інтелект як чинник професійного розвитку майбутнього психолога»

Виконавець: студентка групи ПС–406 Тарасенко Вікторія Русланівна

Керівник: доктор психологічних наук, професор кафедри авіаційної психології Яковицька Лада Савеліївна.

Нормоконтролер: завідувач навчально–наукової лабораторії Загнойко А.О.

Київ 2023

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій

Кафедра авіаційної психології

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач випускової кафедри

_____ Любов ПОМИТКІНА

«___» _____ 2023 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання кваліфікаційної роботи

Тарасенко Вікторії Русланівни

1. Тема кваліфікаційної роботи: »Емоційний інтелект як чинник професійного розвитку майбутнього психолога», затверджена наказом ректора №463 від 07.04.2023 р.

2. Термін виконання роботи: з 29.05.2023 р. по 25.06.2023 р.

3. Вихідні дані до роботи: вибірка – студенти що здобувають освіту в галузі психології, 50 осіб; у дослідженні були використанні методики Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», опитувальник емоційного інтелекту «SSEIT», «Професійне самовдосконалення», а також спостереження та бесіда.

4. Зміст пояснювальної записки: кваліфікаційна робота складається з 3–х розділів. Перший розділ містить теоретичний огляд поняття емоційного інтелекту та професійного розвитку майбутніх психологів; у другому розділі представлено емпіричне дослідження зв'язку емоційного інтелекту та професійного розвитку студентів-психологів; в третьому розділі розглядається тренінг направлений на розвиток емоційного інтелекту майбутніх психологів.

5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного) матеріалу: 6 рисунків.

6. Календарний план – графік

№ з/пор.	Завдання	Термін виконання	Виконано
1.	Вибір теми та формулювання завдань	Лютий	
2.	Тематичний добір та аналіз наукових праць	Лютий	
3.	Оформлення теоретичної частини	Березень	
4.	Методологічне обґрунтування емпіричного дослідження	Березень	
5.	Проведення емпіричного дослідження	Квітень	
6.	Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	Квітень	
7.	Оформлення кваліфікаційної роботи відповідно до ДСТУ	Травень	
8.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	1.06.2023	
9.	Виправлення зауважень, оформлення рецензії	Червень	
10.	Подання кваліфікаційної роботи нормоконтролеру та на підпис завідувачу кафедри	16.06.2023	
11.	Захист кваліфікаційної роботи	Згідно графіку	

7. Дата видачі завдання: «7» лютого 2023 р.

Керівник кваліфікаційної роботи _____ Лада ЯКОВИЦЬКА

(підпис керівника)

Завдання прийняв до виконання _____ Вікторія ТАРАСЕНКО

(підпис випускника)

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи «Емоційний інтелект як чинник професійного розвитку майбутнього психолога»: 57 сторінок, 6 рисунків, 37 використаних джерел, 3 додатки.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ, EQ, ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК

Об'єкт дослідження – емоційний інтелект майбутніх психологів.

Предмет дослідження – зв'язок емоційного інтелекту і професійного розвитку майбутніх психологів.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити зв'язок емоційного інтелекту та професійного розвитку майбутніх фахівців, розробити програму розвитку емоційного інтелекту для студентів, що вчаться на спеціальності «Психологія».

Методи дослідження: теоретичне дослідження психологічної літератури, стандартизовані психодіагностичні методики: методики Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», опитувальник емоційного інтелекту «SSEIT», «Професійне самовдосконалення», а також спостереження та бесіда.

Встановлено, що психологи володіють задовільним рівнем емоційного інтелекту, що пов'язано з їх професійним самовизначенням у відповідній сфері діяльності. В порівнянні інтегрального емоційного інтелекту у студентів, які орієнтовані на різні сфери діяльності, встановлено, що студенти, орієнтовані на сферу діяльності «психолог-дослідник», мають найнижчий рівень розвитку емоційного інтелекту. У групах «викладач психології» було встановлено середні показники, а найкращі показники емоційного інтелекту спостерігалися у студентів, які орієнтовані на сферу діяльності «практичний психолог».

Практичне значення отриманих результатів. Матеріали роботи рекомендовано використовувати при профілактичній та корекційній роботі з особами із низьким рівнем мотивації до розвитку в професійній діяльності, при роботі із сферою емоційного інтелекту; також рекомендовано використовувати результати під час створення та проведення тренінгів та групових форм роботи для підвищення мотивації до розвитку в професійній діяльності.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА	8
1.1 Дослідження проблематики емоційного інтелекту в психології	8
1.2 Теоретичні основи дослідження професійного розвитку	17
1.3 Взаємозв'язок емоційного інтелекту та професійного розвитку майбутніх психологів.....	24
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ	27
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА	28
2.1. Організація та методи дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту майбутніх психологів та їх професійного розвитку	28
2.2. Аналіз та інтерпретація даних, отриманих у результаті дослідження .	30
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ	36
РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА	38
3.1 Програма розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів в умовах навчання у ЗВО	38
3.2 Тренінг розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів	40
ВИСНОВКИ ДО ТРЕТЬОГО РОЗДІЛУ	43
ВИСНОВКИ	44
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	46
ДОДАТКИ	50

ВСТУП

Актуальність дослідження полягає у тому, що сучасне суспільство потребує компетентних психологів, які зможуть надавати якісні психологічні послуги, особливо у складних умовах війни, безробіття, страху втрати житла та інших економічних та соціальних проблем. Робота у психологічній сфері вимагає високих психологічних характеристик, зокрема емоційної компетентності, яка дозволяє майбутнім фахівцям бути емоційно готовими до професійної діяльності. Розвиток емоційного інтелекту допомагає встановлювати емоційну компетентність та контролювати та регулювати емоції, як власні, так і інших людей, тому розвиток цих здібностей є важливим в умовах сучасного життя.

Також важливою є проблема емоційного інтелекту у професійному розвитку майбутніх психологів, яка залишається недостатньо дослідженою в психології. Незважаючи на це, окремі феномени емоційного інтелекту та професійного розвитку досліджені досить детально, а теоретичні основи емоційного інтелекту змістовно розроблені як зарубіжними, так і українськими дослідниками.

Тому актуальність та недостатня дослідженість даної проблеми зумовили вибір теми кваліфікаційної роботи: «Емоційний інтелект як чинник професійного становлення майбутнього психолога».

Об'єкт дослідження: емоційний інтелект майбутніх психологів.

Предметом дослідження є зв'язок емоційного інтелекту і професійного розвитку майбутніх психологів.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити зв'язок емоційного інтелекту та професійного розвитку майбутніх фахівців та розробити програму розвитку емоційного інтелекту для студентів, що вчаться на спеціальності «Психологія».

Гіпотезу дослідження складає припущення про існування взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та професійним розвитком майбутніх психологів.

Завдання дослідження:

1. Теоретично проаналізувати психологічні теорії з проблеми емоційного інтелекту та професійного розвитку.

2. Провести емпіричне дослідження про взаємозв'язок емоційного інтелекту та професійного розвитку майбутніх психологів.

3. Провести порівняльний аналіз показників інтегрального емоційного інтелекту у майбутніх фахівців, орієнтованих на різні психологічні сфери.

4. Розробити програму розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів.

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні понять «емоційний інтелект» та «професійний розвиток», в доповненні відомостей про взаємозв'язок цієї ментальної здібності з професійним розвитком у майбутніх психологів.

Практичне значення полягає у отриманні результатів дослідження та розробки рекомендацій, що можна застосувати психологами закладів вищої освіти для визначення рівня емоційного інтелекту майбутніх фахівців та вдосконалення їх емоційної компетентності.

Методи наукового дослідження: теоретичне дослідження психологічної літератури, стандартизовані психодіагностичні методики: методики Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», «Професійне самовдосконалення», опитувальник емоційного інтелекту «SSEIT», а також спостереження та бесіда.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи: робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків.

РОЗДІЛ I

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА

1.1 Дослідження проблематики емоційного інтелекту в психології

Розгляд проблеми емоційного інтелекту потребує теоретичного огляду двох фундаментальних для цього дослідження термінів: інтелекту та емоцій.

Визначення інтелекту, що дослідник Р. Стернберг дав у одному зі своїх досліджень, звучить так: Інтелект (англ. Intelligence; від лат. Intellectus – розуміння, пізнання) охоплює розумові здібності, необхідні для адаптації до будь-якого середовища, а також для формування та вибору будь-якого контексту.

Термін інтелекту як загально розумового вміння людини частково застосовують у якості узагальнення поведінкових особливостей, від яких залежить успішність адаптації до нових ситуацій [37]. Р. Стернберг виділяв 3 види інтелектуальної поведінки:

1. Вербальний інтелект. До нього відносять словниковий запас, ерудицію, вміння розуміти та аналізувати прочитане;
2. Здатність до оптимального врегулювання проблем;
3. Практичний інтелект – вміння вирішувати практичні проблеми, досягати поставленої мети [32].

На початку ХХ століття вважалося, що інтелект це ступінь психічного розвитку, специфічний для різних вікових періодів, який виражається в розвиненості когнітивних функцій, та у рівні розвитку розумових умінь та знань. У наш час загальноприйнятим є диспозиційне трактування інтелекту як психічної характеристики, що полягає у схильності діяти раціонально в умовах різноманітних ситуацій [32].

Емоція – це складний реакційний шаблон, який включає експериментальні, поведінкові та фізіологічні елементи, за допомогою якого індивід намагається

впоратися з особисто важливим питанням або подією. Конкретна якість емоції (наприклад, страх, сором) визначається конкретною значущістю події. Наприклад, якщо значущість пов'язана з загрозою, ймовірно виникне страх; якщо значущість пов'язана з несхваленням іншими людьми, ймовірно виникне сором. Емоція зазвичай включає в себе почуття, але відрізняється від почуття тим, що має явну або неявну взаємодію зі світом [24].

Так, емоційний інтелект, що об'єднує розглянуті вище терміни, передбачає вміння долати проблеми та досягати успіху в різноманітних видах діяльності, використовуючи емоції.

Функція емоцій це відповідь на зміни зовнішнього середовища чи зміни внутрішнього відчуття відносин між особистістю та навколишнім середовищем. Як відомо, емоції безпосередньо впливають на мисленнєвий процес. Так, настрій особистості може змінювати хід її думок. Людина може навчитися усвідомлювати та контролювати свої емоції, що є основою емоційного інтелекту [24]. Емоції, які людина усвідомлює та реалізує, сприяють розвитку особистості та розвитку її потенціалу.

К. Е. Ізард описував десять базових емоцій, що є підґрунтям для емоційної системи людини, серед них: радість, страх, гнів, провина, відраза, сум, подив, презирство, сором, цікавість. Усі вище описані емоції з'явилися завдяки еволюційно-біологічним процесам, вони допомагають людині адаптуватись та виражаються за допомогою специфічних рухів м'язів обличчя, тобто міміки [31, 30]. Всяка базова емоція має природну основу появи, та існують спільні для усіх людей фактори виникнення емоцій, вони не залежать від соціально-економічних чи культурних умов життя, рівня освіти чи національності [35].

1. Радість – емоція, що виникає після та під час потреб, бажань та виконання поставленої мети [35].

2. Гнів – з'являється як реакція на фрустрацію, біль або як реакція на дії інших людей, що описуються як несправедливі чи неправильні [31].

3. Сум – емоція, виникаюча внаслідок втрати чого небудь, що є значущим для людини: втрати відносин зі психологічно важливою персоною, досягнення поставленої мети інше [35].

4. Відраза – емоція неприйняття, відторгнення чогось. Спочатку відраза виникає лише щодо зіпсованих продуктів харчування, однак внаслідок дорослішання та соціалізації, у людини з'являється здатність відчувати відразу до різних об'єктів реальності, включаючи самого себе [31].

5. Презирство – характеризується як відраза соціального характеру, що відчувається по відношенню до іншої людини, що вчинила негідний вчинок [35]. Обставини, що викликають гнів, можуть одночасно викликати емоції відрази та презирства. Поєднання цих емоцій у психології характеризується як тріада ворожості [31].

6. Збентеження – з'являється в соціальній ситуації, ця емоція приймає форму швидко зникаючого почуття та невідповідності характеристикам поточної ситуації [31].

7. Страх – емоція, що представляє собою захисну реакцію особистості на відчуття реальної або уявної загрози для неї [35].

8. Інтерес – пов'язаний з переживанням новизни певного явища, об'єкта чи ситуації [31].

9. Сором – пов'язаний із відчуттям власної некомпетентності, непридатності або неадекватності в рамках ситуації або виконання завдання. Сором також іноді супроводжується відчуттям хвилювання та тривоги [31].

10. Провина – може з'явитися в результаті виконання дій, що суперечать етичним, моральним та релігійним нормам та традиціям [31].

Роботи психолога Г. Гарднера вважаються передумовою появи терміну емоційного інтелекту в психології, що запропонував концепцію множинності проявів інтелекту та висвітлював взаємозв'язок між усіма формами інтелекту. Також Гарднер у структурі інтелекту виділяв внутрішньо-особистісний – інтерперсональний та міжособистісний (інтраперсональний). Емоційні здібності являються складовою інтраперсонального інтелекту [35]. Внутрішньо-

особистісний інтелект, в свою чергу, дослідник розглядав як ключову характеристику для розуміння власних емоцій, самопізнання, розуміння причин їх виникнення з метою саморегуляції поведінки, міжособистісний – як вміння розуміти інших людей. Таким чином, внутрішньо-особистісний інтелект направлений на власні емоції, міжособистісний працює з емоціями інших людей.

Саме термін «емоційний інтелект» являється новим в психології та увійшов у психологічний словник у 1990р. завдяки американським вченим С. Саловею та Дж. Майєру, які вперше використали це поняття та почали досліджувати цей феномен. Дослідники описували емоційний інтелект як елемент соціального інтелекту, представлений когнітивними здібностями, спрямованими на визначення, розуміння та управління емоціями. Описували його як здатність людини визначати емоції, інтерпретувати їх значення, та застосовувати їх для вирішення проблемних ситуацій [33].

Винайдена дослідниками у 1990 році структура емоційного інтелекту містила у собі такі складники як ідентифікація та вираження власних та чужих емоцій, їх регуляція, застосування емоцій у мисленнєвому процесі та діяльності. Г. Гарднер, С. Саловеї та Дж. Майєр визначали два типи емоційного інтелекту – внутрішньо-особистісний та міжособистісний, що характеризувало направленість емоційного інтелекту на особисті емоції та почуття інших [36]. Введення терміну емоційного інтелекту у психологічний професійний словник сприяло інтенсивному розвитку кількості наукових досліджень, що вивчали цей феномен. Дж. Майєр виділяє 5 історичних кроків на шляху становлення терміну емоційного інтелекту:

- у 1900–1969 рр. досліджувалися емоції та інтелект;
- у 1970–1989 рр. спрямування уваги на взаємозв'язку когнітивних процесів і емоцій;
- у період 1990–1993 рр. поява емоційного інтелекту як терміну та визначення як предмет досліджень;
- у 1994–1997 рр. термін затвердили;

- з 1998 року і до сьогодні феномен продовжує роз'яснюватися [36].

Аналіз досліджень на тему дозволяє відокремити дві моделі емоційного інтелекту, що наразі представлено в актуальних роботах:

1. Модель здібностей, що ґрунтується на ідеї зв'язку пізнання та емоцій, до якої відносять теорія емоційної інтелекту Д. Карузо, Дж. Майєра та П. Саловея;
2. Змішана модель інтелекту, яка характеризується поєднанням інтелектуальних, особистісних та емоційних характеристик індивіда. До неї відносяться диспозиційна модель емоційного інтелекту Е. Фернхема та К. В. Петрідеса, некогнітивна модель емоційного інтелекту Р. Бар-Она, теорія емоційної компетентності Д. Гоулмана [15].

В рамках моделі здібностей емоційний інтелект, насамперед, характеризується як вміння оброблювати емоційну інформацію. Прихильники цієї моделі є П. Саловея, Д. Карузо та Дж. Майєр, визначають емоційний інтелект як тип вмінь, направлені на усвідомлення, аналіз та регулювання емоцій.

Модель емоційного інтелекту, що була запропонована вченими у 1990 році була доповнена у 2000 році. Її покращений варіант включає чотири компоненти, спрямовані на власні, та чужі емоції, серед них такі:

1. Емоційне сприйняття – здібність до емоційного ідентифікування за вокалізацією, лицевою та пантомімічною експресією.
2. Емоційна інтеграція – використання емоцій задля підвищення ефективності аналізу, управління та планування та виконання повсякденних задач.
3. Емоційне розуміння – здібність пізнавати групи емоцій, зв'язок між ними, їх причини, вербальну складову емоцій.
4. Емоційний контроль – управління емоціями, нівелювання негативного впливу емоцій, аналіз власних емоцій, розв'язання емоційних проблем без пригнічення негативних емоцій [33].

В межах такої моделі емоційний інтелект характеризується, як зазначає Н. Ю. Діомідова, набором навичок з ієрархічною організацією, прямо

пов'язаних з обробкою інформації. Ця структура ґрунтується на таких припущеннях: перша група – вміння розпізнавати та виражати власні емоції; друга група – обов'язкова основа для створення необхідних емоцій для вирішення певних життєвих завдань. Третя група: ці вміння – основа декларативної здатності до розуміння ситуацій, що передують емоціям та йдуть за ними. Четверта група – ці здібності є необхідними для регуляції своїх емоцій та для дій, що спрямовані на зовнішнє оточення, що приводять до управління своїми емоціями та чужими [8].

За моделлю здібностей, людина – господар своїх емоцій, розуміє їх та володіє ними. Це чи не найбільш обґрунтована модель емоційного інтелекту, у ній виокремлюють такі соціальні функції – регуляторно-експресивну та регуляторно-емпатійну, а також типи саморегуляції на рівні мотивації, пізнання поведінки.

Ті теорії емоційного інтелекту, що відносяться до змішаної моделі, визначають цей термін як складний психологічний феномен, що об'єднує в собі когнітивні здібності з мотиваційними та особистісними характеристиками людини.

Д. Гоулман у теорії емоційної компетентності, що входить до розглянутої вище моделі, визначає чотирьох-компонентну структуру, до якої відносять такі компоненти: самоконтроль, управління стосунками, самосвідомість, соціальні навички [7]. Потрібно зазначити, що структура диференціюється відносно різних категорій людей.

Одним з важливіших моментів у історії розвитку емоційного інтелекту, як психологічного терміну, є введення терміну «коефіцієнт емоційності» (англ. EQ – emotional quotient) Р. Бар-Оном у 1985 році, за допомогою якого було запропоновано вимірювати емоційний інтелект.

В межах некогнітивної моделі емоційного інтелекту Р. Бар-Он характеризує цю категорію як сукупність поєднаних між собою емоційних і соціальних характеристик, які описують як ефективні люди усвідомлюють та

виражають себе, взаємодіють з іншими людьми та регулюють життєві проблеми та потреби [4].

За версією вчених Е. Фернхема та К. В. Петрідеса, є особистісні характеристики, які прямо залежать від емоційного інтелекту людини. Серед усіх інших, виділяють емоційну експресію, адаптивність, аналіз своїх емоцій, а також емоцій інших, асертивність, регулювання емоцій, самомотивацію, низьку імпульсивність, соціальну обізнаність, самооцінку, оптимізм, стосунки з іншими людьми, емпатію, щастя як особистісну рису, управління стресом. У цьому підході емоційний інтелект характеризується як можливість до управління емоційною інформацією та як особистісну характеристику – «емоційну самоефективність» [34].

Двокомпонентну теорію емоційного інтелекту (Д. В. Люсин) також відносять до змішаних моделей. В цій моделі емоційний інтелект описується як здатність розуміти емоції, як власні, так і інших людей, а також регулювати їх. Структура емоційного інтелекту за цією моделлю складається з таких компонентів: внутрішньо–особистісного та міжособистісного. На емоційний інтелект впливають такі чинники, як когнітивні здібності – якість обробки отриманої емоційної інформації, власні характеристики емоційності – емоційні чутливість та стійкість, цінування емоцій і розуміння їх як джерело інформації про себе та інших [4].

Такі українські вчені як Н. В. Коврига та Е. Л. Носенко розглядають емоційний інтелект у рамках концепції емоційної розумності, як прояву позитивної позиції людини по відношенню до власної особистості, інших людей та щодо світу [16]. Важливими є посилання на дані, що повідомляють про зв'язки емоційного інтелекту із складовими «Великої П'ятірки»: кореляційного зв'язку з сумлінністю, відкритістю новому досвіду, екстраверсією, доброзичливістю та від'ємного зв'язку з нейротизмом. Ґрунтуючись на цих даних вони визначили онтологічні та феноменологічні (внутрішні) та зовнішні (отримані через сенсорне сприймання) складові емоційного інтелекту [16, с.74–85]).

Онтологічні компоненти емоційного інтелекту представляють собою чотири з п'яти факторів особистості – емоційна стійкість, доброзичливість у спілкуванні, сумлінність, відкритість до іншого досвіду. Як феноменологічні компоненти емоційного інтелекту, вони розглядають особистий досвід людини, що проявляється у пластичності при спілкуванні, самооцінці, почутті психологічного благополуччя, розвиненості правильних копінг-стратегій, навичках до самоконтролю [16]. Як зовнішні аспекти дослідниці розглядають характеристики емоційного процесу – як кількісні, так і якісні характеристики як інтенсивність, періодичність виникнення емоційних процесів, основні емоції, що супроводжують емоційні процеси; модальність емоційного процесу, конгруентність або неконгруентність модальності емоційного процесу ситуаційним подразникам [16].

Більш глибокого розгляду потребують трактування терміну емоційного інтелекту в українській психології. Ця тема активно досліджувалася у наукових роботах таких українських вчених, як К. Р. Маннапова, Є. О. Іванова, К. І. Брагіна, Ж. П. Вірна, І. В. Опанасюк та ін. [15].

Емоційний інтелект, за К. Р. Маннаповою, це група ментальних характеристик особистості, що допомагають розуміти власні та емоції інших [15].

За Є. О. Івановою – емоційний інтелект – це можливість аналізувати власні та чужі емоції, відрізнити їх та залучати отриману інформацію для вирішення життєвих ситуацій та регуляції поведінки [15].

К. Р. Брагіна, разом з Ж. П. Вірною, визначають емоційний інтелект як регулятор поведінки особистості та показник професійної стійкості [15].

І. В. Опанасюк розглядає емоційний інтелект як пізнавальні можливості людини, що може помічати ті емоційні компоненти об'єктів, методи їх застосування та впливу на них, які слугують розв'язанню проблем, що знаходяться в емоційній сфері, вирішення задач що ґрунтуються на розумінні власних емоційних переживань та емоцій інших людей – предикативна та когнітивна емпатія, як чинників мотивації та прямих спонук дій, а також як

психологічний феномен, що має характерну структуру та функції та являється комплексом розумових здібностей, які сприяють розуміння особистістю своїх переживань, емоційних процесів інших людей, а отже контролю цих процесів та поведінки [15].

Отже, емоційний інтелект серед дослідників з України описується як психологічний феномен, вміння, сукупність вмінь, група ментальних вмінь, можливість, регулятор тощо.

Визначаємо, що емоційний інтелект більшістю вчених характеризується як сукупність ментальних характеристик особистості до поняття своїх емоцій і емоцій інших людей, та регулювання емоційної сфери.

Вчені також виділяють чинники, які характеризують розвиненість емоційного інтелекту, серед них біологічні (властивості темпераменту, батьківський рівень емоційного інтелекту, стиль мислення) та соціальні (розвиток самосвідомості, сприятливі стосунки між батьками, дохід сім'ї та освіченість батьків, релігійність, зовнішній локус контролю, гендерні властивості виховання) передумови.

Дослідження різних концепцій емоційного інтелекту, як зазначає вчений О. М. Собченко, дає право припустити, що різні його компоненти пов'язані з окремою групою вмінь: сприйняття емоцій та їх осмислення – з когнітивними здібностями, саморегулювання емоцій – з емоційними вміннями, контролю емоцій в стресових ситуаціях та самомотивація – з адаптаційними вміннями, соціальна емпатія та управління емоціями інших людей – із соціальними вміннями особистості [22].

Визначаємо, що емоційний інтелект є інтегративною особливістю особистості, що ґрунтується на динамічному поєднанні афекту та інтелекту. Ця особливість опосередкована взаємозв'язком когнітивних, емоційних та мотиваційних характеристик сприяє управлінню емоційним станом та допомагає самопізнанню і самореалізації.

У цьому параграфі було проаналізовано різноманітні підходи зарубіжних та українських вчених до опису терміну емоційного інтелекту, проаналізовано

історію його розвитку, дві моделі емоційного інтелекту – змішану модель та модель здібностей. Дослідження ґрунтується на трактуваннях П. Саловея, Р. Бар-Она, К. В. Петрідеса, О. М. Собченко, Є. О. Іванова, Е. Л. Носенко, Е. Фернхема, Є. О. Іванова, К. Р. Маннапова, І. В. Опанасюк, Дж. Майєра та ін. Нами було виявлено, що термін емоційного інтелекту має направленість на емоції, як свої, так і інших людей та передбачає усвідомлення, розуміння та контроль емоційною сферою.

1.2 Теоретичні основи дослідження професійного розвитку

Для глибшого розуміння поняття професійного розвитку в психології, на нашу думку, необхідно розглянути психологічний зміст терміну «самовизначення», оскільки воно лежить в основі професійного розвитку майбутніх спеціалістів, визначає їх подальший вектор та успішність розвитку як психологів.

Самовизначення – процес або результат поведінки без втручання або неналежного впливу з боку інших людей або зовнішніх факторів. Самовизначення стосується, зокрема, поведінки, яка покращує обставини людини, включаючи прийняття рішень, вирішення проблем, самоконтроль, самонавчання та самозахист [25]. Це поняття вважається одним з центральних механізмів розвитку зрілої особи, що можна вважати опосередкованим свідомим вибором особистості власної ролі в системі соціальних взаємовідносин.

Г. Радчук описує професійне самовизначення як основу професійного становлення особистості, включаючи пошук і набуття смислів професійної діяльності, реалізацію професійного «Я» і вибір у проблемних ситуаціях, пов'язаних зі змінами і складностями професійної діяльності [20].

Дослідження О. І. Вітківської підкреслює, що професійне самовизначення є цільним процесом, в якому реалізуються головні життєві цінності і визначаються аспекти життєвого, особистісного, соціального самовизначення.

Воно включає в себе вибір напрямку та змісту подальшого розвитку, засобів реалізації якостей і здібностей, а також соціального середовища для досягнення життєвої мети та моральних цінностей. З психологічного погляду професійне самовизначення є внутрішньою свідомою діяльністю, спрямованою на самореалізацію і особистісне зростання шляхом усвідомлення своєї спрямованості, прийняття рішень щодо самоактуалізації та пошуку оптимальних засобів реалізації цих рішень [5].

Сучасні вітчизняні дослідження професійного самовизначення звертають увагу на його взаємозв'язок з іншими формами самовизначення, такими як особистісне, життєве і соціальне самовизначення, а також на вплив оточуючого середовища та активної життєвої позиції особистості. В сучасній психології професійне самовизначення вважається процесом, який включає формування ставлення особистості до професійної діяльності і до самої себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності, а також узгодження внутрішніх цілей, нахилів і здібностей з можливостями їх реалізації і умовами, що створюються в конкретних видів діяльності та соціально-професійних потреб [13].

О. І. Вітківська виділяє три аспекти самовизначення – духовний, психічний та соціально-психологічний [5]. Духовний аспект приховує у собі вибори, самопізнання, пошук сенсу власного життя, що є рушійними силами, що стимулюють та направляють розвиток особистості та визначають подальше життя та життєвий шлях.

Психічний аспект являє собою складний комплекс почуттів людини, вміння приймати дійсність та системи її відносин, що формуються через індивідуальний життєвий досвід.

Соціально-психологічний аспект самовизначення характеризується в потребі визначення своєї ролі у людській діяльності та соціумі.

Сутність професійного самовизначення полягає у пошуку нових сенсів у своїй професії. Він описував його як «самостійний та усвідомлений пошук смислів у роботі, яку виконуєш, та у всій життєдіяльності в конкретній культурно-історичній та соціально-економічній ситуації».

Найважливішим фактором для подальшого розвитку являється потреба особистості самовизначитися в різноманітних сферах життя. Саме тому професійне самовизначення розглядається не лише як частина життєвого, соціального, особистісного самовизначення, а також як цілковитий процес, в якому втілюються в життя головні життєві цінності людини, характеризуються різноманітні сторони її життєвого, особистого, соціального самовизначення [5].

У психологічному словнику за редакцією В. І. Войтко термін професійного самовизначення описується як процес обдумування, визначення рішення щодо майбутньої професії та рішень щодо конкретної діяльності у рамках поточної діяльності. Професійне самовизначення являється усвідомленням людини себе як суб'єкта професійної діяльності та ролі, передбачає самоусвідомлення людиною своїх індивідуально – психологічних характеристик, порівняння власних можливостей із необхідними психологічними потребами професії щодо спеціаліста, усвідомлення свого місця у соціальній системі, своєї соціальної мети, та відповідальності за успіхи у професійній діяльності та свою професійну реалізацію та регуляцію поведінки, направленої на досягнення поставленої мети [19, с. 138].

Соціологічний підхід наголошує, що суспільство формулює професійне самовизначення як перелік завдань поставлених перед людиною на стадії формування її особистості, та які людина має поетапно вирішити протягом конкретного відрізка часу.

Соціально–психологічний підхід розглядає професійне самовизначення в якості процесу прийняття рішень, за допомогою яких особистість опосередковано формулює та урівнює баланс своїх характеристик та уподобань з потребами наявної соціальної системи розподілу праці.

У теорії професійного самовизначення, розробленій Дж. Холландом, процес вибору професії полягає у визначенні особистісного типу, до якого належить індивід (раціональний, дослідницький, соціальний, конвенційний, практичний або артистичний), а також установленні відповідності цього типу з відповідною професійною сферою [29].

У диференційно–діагностичному підході, основу професійного самовизначення становить встановлення відповідності між особистими характеристиками людини і вимогами професії. Деякі дослідники, такі як А. Бінет, Ф. Гальтон, Г. Мюнстерберг, Ф. Парсонс, Л. Термен та інші, розробили тести, які дозволяють визначити професійні здібності людини.

Представники теорії рішень запропонували свою характеристику професійного самовизначення. Згідно з цим підходом, професійне самовизначення це процес прийняття рішень. У теорії Д. Тідеман та О'Хара професійна доля визначається послідовністю професійних позицій, які обирає особистість. Кожна професійна ситуація включає два етапи: 1) формування професійної позиції; 2) реалізація позиції – «фактичне заглиблення в професійну ситуацію, інтеграція обраної позиції в соціальну систему, що може призвести до перебудови особистого поля» [9].

У рамках психодинамічного підходу (за З. Фрейдом, У. Мозером, Е. Бордіном та іншими) професійне самовизначення, як вибір професії, визначається потребами людини, які проявляються через інструментальний модус (маніпуляції, ритмічні рухи, агресія тощо), або ставленням до цих потреб, що сформовано у ранньому дитинстві взаємодії з батьками [17].

В першому випадку, соціологічному підході, професійне самовизначення обмежене запитами суспільства, у останньому, диференційно-психологічному, – власними характеристиками особистості, а соціально-психологічний характеризується як поєднання цих двох підходів. Так, з психологічної точки зору професійне самовизначення полягає у розумінні людиною своїх бажань, що вона собою представляє і вимоги суспільства до себе.

Загалом, в психологічній науковій літературі сформовано два підходи до трактування терміну професійного самовизначення. Дослідник В. І. Сафін [21] характеризує його як вибір професії.

В. І. Сафін описує самовизначення як окремий етап процесу соціалізації, в якому особистість готується до самостійної творчої та професійної діяльності, ґрунтуючись на аналізі та взаємозв'язку «хочу» – «можу» – «вимагають» та

починає самостійно приймати рішення у відношенні до важливих для особистості та соціуму життєвих цілей.

Цей підхід активно досліджує етапи особистісного розвитку, що передбачають вибір професії та втілення в життя акту вибору цієї професії. Цей термін трактується як одна з типів самовизначення особистості. Саме цей підхід підтримують більшість вчених.

Загально характеризуючи вищезгадані підходи, можна зробити висновок, що професійне самовизначення являє собою процес усвідомлення себе як суб'єкт конкретної професійної діяльності та має такі особливості:

1. Усвідомлене формування індивідуального відношення до певної професійної діяльності;

2. Самооцінка та саморегуляція особистісних індивідуальних та професійних характеристик та їх порівняння з установленими у суспільстві вимогами до поточної професійної діяльності;

3. Постійний пошук мети у власній професійній діяльності;

4. Саморегуляція індивідуальних поведінкових характеристик разом з узгодженням особистісних потреб з соціально–професійними для втілення в життя певних цілей.

Таким чином, професійне самовизначення потребує реалізації таких завдань:

1. Оформлення професійних планів.

2. Оформлення індивідуальної професійної мети та мотивації професійної діяльності.

3. Вибір професії та подальший вибір навчального закладу.

4. Побудова пріоритетів у фаховому навчанні.

5. Визначення спеціалізації.

6. Визначення спеціалізації для побудови власної кар'єри.

7. Визначення пріоритетності у професійній діяльності та вибір місця професійної діяльності у власному житті.

В психологічних дослідженнях описують такі ступені розвитку професійного самовизначення:

- високий: сформульованість інтересів, відповідність особистих характеристик вимогам обраної професії, впевненість в особистому виборі;
- середній: нестача стабільного інтересу до професії та впевненості в особистому виборі;
- низький: нестача інтересу, потягу в досягненні високих професійних результатів, бездіяльність та низька самооцінка по відношенню до майбутньої професії [11, с. 29–30].

Професійне самовизначення, завдяки своїй багатовимірності та багатоступінчасті, впадає в залежність від різноманітних чинників, впливаючи на його подальший розвиток. Виділяють зовнішні та внутрішні критерії професійного самовизначення.

Зовнішні критерії характеризуються як специфіка ринку праці, процес розвитку інструментів виробництва та праці, соціально-економічне середовище та його стан в країні, особливості професійної освіти і праці в різноманітних сферах економіки та інші соціально-економічні аспекти, впливаючи на особистість [14].

В свою чергу внутрішні умови складаються з: індивідуально-психологічних якостей особистості, ціннісно-сміслової сфери, Я-концепцію, життєву позицію людини, мотивацію, здібності тощо [14].

Дослідник А. В. Массанов виділив певні перешкоди для розвитку професійного самовизначення, насамперед таких: нестача мотивації, прокрастинація, невизначеність особистих переваг та недоліків, низька чи занадто висока самооцінка, розпач через недостатність інформації, сумнів у правильності вибору, страх можливої критики й осміяння, сумнів в успіху, страх піти проти загальних поглядів, страх невдачі, страх потенційних проблем, труднощів, уникнення відповідальності, страх самостійності, страх проявити ініціативу, острах потенційної помилки, страх ризику, острах невизначеності та ін. [14].

Є. В. Кучеренко, що має ґрунтовні наукові роботи на тему професійного самовизначення, визначає такі складові частини професійного самовизначення: мотиваційну, особистісну, змістову, ціннісно-цільову та регулятивно-поведінкову [10].

Дослідник виносить мотиваційну частку за рамки професійного самовизначення, через те, що мотивація, спонукаюча до процесу самовизначення, має різноманітний характер та природу. Мотивація професійного самовдосконалення, за думкою дослідника, спричинені загальною тягою до розвитку. Є. В. Кучеренко трактує поняття професійного розвитку як закономірні в процесі професійної діяльності переміни в особистості. Дослідник стверджує, що мотивація професійного самовизначення з'являється на ґрунті невідповідності професійної «Я-концепції», що стає причиною узгодження цієї концепції з новим професійним змістом. Як мотивація до самовизначення для студента в навчальному закладі виступає вибір професії, отримані фахові навички, що стають важливими для індивідуального саморозвитку, необхідність у кар'єрному розвитку, необхідність реалізації розвинутих навичок, ці мотиви можуть стати провідними у професійному самовизначенні студента.

Вчений розглядає образи теперішнього, дійсного образу студента та ідеального образу професіонала як змістовний аспект, та як ціннісно-цільовий аспект – цінність як професіонала, цілі та мету. Ґрунтуючись на розробках М. С. Пряжнікова, вчений запропонував охарактеризувати категорію як діяльність особистості в процесі становлення як професіонала та зростання особистості як суб'єкта праці.

Регулятивно-поведінковий аспект професійного самовизначення характеризується як план дій по відношенню до власної освіти та виховання. Фінальною ціллю професійного самовизначення студента, як зауважує Є. В. Кучеренко, являється пристосування особистих якостей нарівні навчально-професійної діяльності до та обраної професії як професійного майбутнього. Результатом цього являється сформованість професійної «Я-

концепції» студента, що є результатом взаємозв'язку між усвідомленням студента його можливостей, та сформованою ідентичністю професіонала, професійною ціллю та додатковими факторами для її успішного виконання, а також планом активних дій для реалізації запланованого [10].

Таким чином, в цій главі були висвітлені трактування терміну професійного самовизначення різними вченими, проаналізовані методологічне підґрунтя, описані аспекти та складові частини професійного самовизначення та етапи його розвитку. Цей аналіз ґрунтувався на роботах таких вчених як А. В. Массанов, О. І. Вітківська Є. В. Кучеренко, М. С. Пряжніков, К. О. Абульханова–Славська, І. С. Кон та ін. Було розглянуто фактори, що впливають на професійне самовизначення та психологічні перепони. Таким чином, професійне самовизначення – це багатоступінчастий процес, що визначає розуміння особистості себе, як суб'єкта конкретної професійної діяльності та містить у собі процес прийняття рішення по відношенню до майбутньої професії через реалізацію власних умінь та схильностей.

1.3 Взаємозв'язок емоційного інтелекту та професійного розвитку майбутніх психологів.

Академічний тлумачний словник української мови визначає, що психологи – це спеціалісти з психології; особистості, що тонко розуміються на характерах особистостей, поведінці та інших характеристиках людей [1].

Дослідник Ю. О. Приходько виділяв декілька видів професій психолога:

1. Психолог-практик;
2. Викладач психологічних наук;
3. Дослідник з психології [18].

Дослідження, проведені Д. Гоулманом та опитування в області емоційного інтелекту підтверджують, що емоційний інтелект один з найважливіших факторів успішності людини на життєвому поприщі, сприяє саморозвитку, ефективній діяльності та кар'єрному зростанню. Емоційний інтелект є одним з

найважливіших факторів професійного самовизначення спеціалістів, що відносяться до соціономічних професій та в першу чергу психологів [31].

Л. В. Буркова дає таке визначення терміну соціономічних професій – це ті професії в яких предметом праці являються соціальні взаємовідносини на багатьох рівнях соціальної взаємодії, дослідження цих взаємодій, формулювання, коригування, контроль та ін. [3].

Відмінністю працівників соціономічних професій Буркова називає те, що ці професіонали працюють з людьми, що мають різноманітні проблеми соціальної сфери та складають особливі задачі, що найчастіше виділяються своєю складністю, динамічністю та невизначеністю.

Вчена В. В. Зарицька описувала взаємодію між людьми як таку, що складається з поведінкового, емоційного та когнітивного аспектів, що нерозривно взаємопов'язані та взаємообумовлені, оскільки поведінковий аспект, зумовлений тим, що характер представляє емоційно забарвлений когнітивний аспект, оскільки емоції здійснюють вплив та регулюють вираження думок та дій [2].

Процес професійного самовизначення спеціалістів психологічної сфери в цій роботі розглядається в процесі вибору майбутніми психологами яку позицію зайняти, який зробити вибір у професіональній сфері, як побудувати шлях професійного розвитку.

Особливості роботи у психологічній сфері встановлює великі вимоги до психологічних, зокрема емоційних якостей майбутніх спеціалістів, «...емоційний інтелект, як свідчать останні дослідження вчених, є домінантною складовою у підготовці фахівців будь-якого напрямку, а особливо соціономічних професій, бо рівень його розвитку визначає рівень сформованості емоційної компетентності, необхідної для емоційної готовності до професійної діяльності у означеній сфері» [6, с. 242]. Емоційна компетентність визначається дослідниками як «...результат розвитку емоційного інтелекту, який є інтегральною властивістю особистості розпізнавати, розуміти, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших людей, використовувати ці здатності

для досягнення важливих цілей як в житті в цілому, так і у професійній діяльності, зокрема» [2, с. 244].

Від спеціаліста у психологічній сфері потребується володіння характеристикою, що дозволить йому розуміти емоції та мотиви іншої людини, що являється розвинутим емоційним інтелектом, що включає в себе саморегуляцію особистих емоцій, самоконтроль, глибше розуміння емоцій інших людей та їх контроль. Припускається, що розвиненість емоційного інтелекту являється необхідним фактором професійного самовизначення та, відповідно, професійного розвитку психологів.

У цій главі було розглянутий термін «психолог», типологію професій психолога та проаналізували теоретичне підґрунтя взаємозв'язку емоційного інтелекту та розвитку майбутніх фахівців в професійній сфері. Цей аналіз ґрунтувався на працях Д. Гоулмана, Ю. О. Приходько, Л. В. Буркової та В. В. Зарицької. Було визначено, що психолог має бути компетентним у емоційній сфері, що є результатом розвитку емоційного інтелекту.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

В цій роботі були проаналізовані теоретичні погляди на такі терміни, як емоції, інтелект, емоційний інтелект, самовизначення, зокрема професійне самовизначення, психолог.

Було виявлено, що усі існуючі концепції емоційного інтелекту, можна розділити на два типи: модель здібностей та змішані моделі. Проаналізувавши історію розвитку цих концепцій, також було розглянуто попередні роботи вчених по тематиці емоційного інтелекту та темі професійного розвитку майбутніх психологів. Також були розглянуте теоретичне підґрунтя появи цих термінів, систематика, складники та підходи до трактування цих понять.

Термін емоційного інтелекту з'явився відносно нещодавно та має коротку історію, але методологічне та теоретичне підґрунтя взаємозв'язку емоцій та інтелекту почали досліджувати ще радянські дослідники. Також було розглянуто фактори, що впливають на емоційний інтелект, це біологічні (властивості темпераменту, рівень емоційного інтелекту батьків, тип мислення) та соціальні (ступінь розвиненості самосвідомості, сприятливі стосунки між батьками, дохід сім'ї та освіченість батьків, релігійність, зовнішній локус контролю, гендерні властивості виховання).

Встановлено, що певні частини емоційного інтелекту залежать від окремої групи вмінь: сприйняття емоцій та їх осмислення – з когнітивними здібностями, саморегулювання емоцій – з емоційними вміннями, контроль емоцій в стресових ситуаціях, мотивація – з адаптаційними вміннями, емпатія та контроль чужих емоцій – із соціальними вміннями людини.

Проаналізовано методологічні основи професійного самовизначення, його аспекти та структура, зв'язок емоційного інтелекту з розвитком професійного самовизначення психологів. Було визначено, що психолог має бути компетентним у емоційній сфері, що є наслідком розвитку емоційного інтелекту.

РОЗДІЛ II

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА

2.1. Організація та методи дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту майбутніх психологів та їх професійного розвитку

Ми провели емпіричне дослідження, щоб підтвердити гіпотезу про зв'язок між емоційним інтелектом та професійним розвитком студентів-психологів. Для цього ми використовуємо різні психодіагностичні методики, зокрема тест емоційного інтелекту Н. Шутте (SSEIT), що складається з 33 тверджень по п'ятибальній шкалі та включає 4 шкали. Опитувальник був побудовано на основі чотирикомпонентної теоретичної моделі емоційного інтелекту Майєра – Саловея [26]. На основі опитувальника «SSEIT» ми визначаємо рівень емоційного інтелекту, який автори теорії визначають як когнітивне вміння розуміти та контролю емоцій. Вводяться поняття оцінка і вираження емоцій, регуляція емоцій, використання емоцій, які вимагають відповідних когнітивних навичок та процесів і пов'язані між собою [26]. Крім опитувальника «SSEIT», ми також використовуємо «Типи професій психолога» та «Професійне самовдосконалення психолога», розроблені Є. В. Кучеренко.

Опитувальник дозволяє отримати рівень емоційного інтелекту та здатності людини розуміти та контролювати свої та чужі емоції. Опитувальник може бути корисним як для професійного зростання та розвитку, так і для особистісного самовдосконалення.

Методика «Типи професій психолога», що розробив Є. В. Кучеренко у 2009 році [12], ґрунтується на трьох типах професій психолога, які виділяє Ю. О. Приходько: практичний психолог, психолог-дослідник та викладач психології [18, с. 10–11].

Ця методика допомагає визначити, наскільки професійно визначені студенти–психологи щодо різних типів психологічної професії, і визначає їх рівні професійного розвитку як високий, середній або нульовий.

Матеріал методики складається з двох етапів. Перший етап представляє собою п'ятнадцять пар тверджень про види психологічної діяльності, у кожній парі студент–психолог має обрати таке, яке він більше віддає перевагу для професійного самовизначення і діяльності. В другій частині методики студентам пропонують запитання з альтернативними варіантами відповідей про їх бажану професію у майбутньому, які включають «викладач психології», «психолог-дослідник», «практичний психолог» та «не за спеціальністю, яку вони здобувають». Останній варіант відповіді позначає нульовий рівень професійного самовизначення професії психолога.

Щоб визначити рівень професійного самовизначення психолога, спочатку необхідно розподілити бали за трьома типами професій та визначити перевагу за певним типом. Потім аналізується кількість відповідей у другому завданні методики і порівнюються попередні показники. Ця методика є унікальною і корисною у практиці.

Є ще одна психодіагностична методика, розроблена Є. В. Кучеренком, яка досліджує загальний рівень професійного самовизначення у студентів–психологів. Вона називається «Професійне самовдосконалення психолога» і визначає регуляторно-поведінковий складник професійного розвитку психологів, враховуючи навчально–професійні дії [12].

Методика включає дванадцять тверджень, які можна оцінити на двобальній шкалі «Так» або «Ні», і які описують різні дії з професійного самовдосконалення в галузі психології. Ця методика визначає рівень професійного розвитку студентів, які набрали бали від 1 до 12, з оцінкою від 1 до 4 вважається низьким рівнем, від 5 до 8 – середнім, а від 9 до 12 – високим.

Наше дослідження було організоване поетапно. На першому етапі ми сформулювали теоретичні гіпотези дослідження, уточнили завдання та методику, вибрали психодіагностичні інструменти, та підготували

опитувальники. На другому етапі проводилося електронне тестування через платформу Google Forms. На третьому етапі ми обробили та проаналізували результати опитування. На завершальному етапі ми проаналізували та зробили висновки на основі результатів тестування.

У нашому емпіричному дослідженні ми зібрали вибірку з 50 респондентів, які є студентами різних вищих навчальних закладів міста Києва, що здобувають освіту за ступенем бакалавра та магістра в галузі психології. Респонденти мають різний вік і рік навчання.

2.2. Аналіз та інтерпретація даних, отриманих у результаті дослідження

Після використання методики Н. Шутте було виявлено, що 9 студентів (18%) мають низький рівень емоційного інтелекту, 22% (11 студентів) – середній, а 60% (30 студентів) – високий.

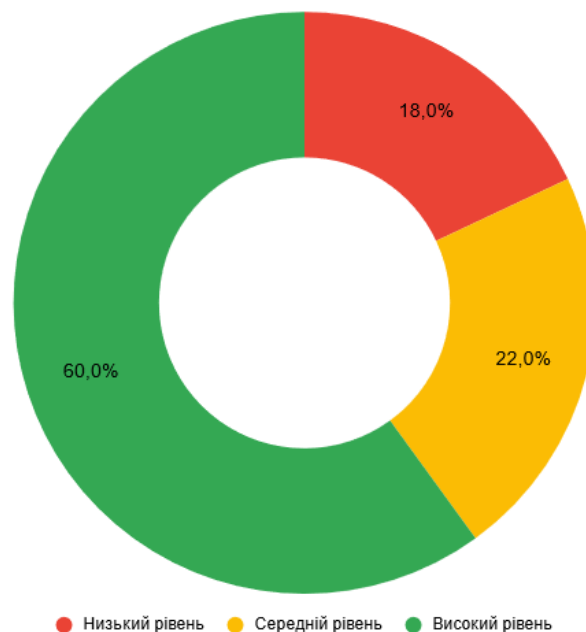


Рис.1. Результати за методикою «SSEIT»

Узагальнений показник емоційного інтелекту був досить високим, з малим відсотком студентів з низьким рівнем емоційного інтелекту.

Використовуючи методику Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», було виявлено, що 42% (21 студент) студентів відносяться до практичних психологів, 22% (11 студентів) – до викладачів психології, 16% (8 студентів) –

до психологів-дослідників, а 20% – не відносяться до спеціальності, яку вони здобувають.



Рис.2. Результати опитування за методикою «Типи професій психолога»
Є. В. Кучеренка

Після тестування за методикою Є. В. Кучеренка «Професійне самовдосконалення», щодо рівня професійного самовизначення було виявлено:

16% (8) студентів мають малий рівень,

40% (20) – середній,

44% (22 студенти) – високий рівень професійного самовизначення.

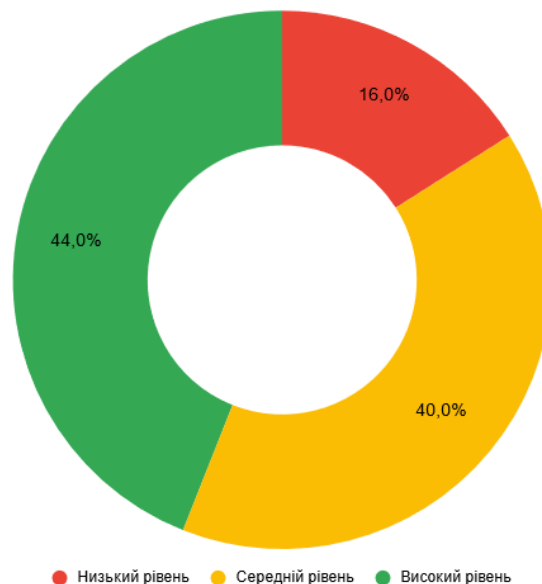


Рис.3. Результати опитування за методикою «Професійне самовдосконалення» Є. В. Кучеренко

Ми провели математично-статистичний аналіз нашого дослідження, щоб інтерпретувати його результати. Наша гіпотеза полягає в тому, що існує зв'язок між емоційним інтелектом та професійним розвитком майбутніх психологів.

Оскільки вибірка не має нормального розподілу та складається з 50 респондентів, ми використали непараметричний критерій – коефіцієнт кореляції Спірмена, який дозволяє визначити залежність між різними параметрами в одній вибірці а також регресивний аналіз.

Ми використали таблицю Excel для розрахунку числових значень для незалежної змінної x , якою зазначили загальний показник емоційного інтелекту визначений за методикою Н. Шутте) та залежної змінної y (рівень професійного самовизначення).

Згідно з результатами розрахунків, спостерігається прямий зв'язок між досліджуваними явищами, оскільки коефіцієнт кореляції Спірмена (ρ) дорівнює 0.832, що відповідає високій силі зв'язку за шкалою Чеддока. Кількість ступенів свободи (f) складає 48.

Критичне значення коефіцієнта Спірмена при даному ступені свободи становить 0.279. Отже, $\rho_{\text{досл.}} > \rho_{\text{крит.}}$, що свідчить про статистично значущий зв'язок між ознаками ($p < 0.05$).

За допомогою регресійного аналізу було визначено зв'язок між випадковими даними (вхідних і вихідних параметрів) у вигляді рівняння регресії $y=f(x)$ – це рівняння, що описує кореляційну залежність між вихідними параметром і одним або декількома вхідними. Функціональна залежність вважається значимою при $R > 0.7$; це доводить існування лінійного взаємозв'язку між параметрами.

За тестом «Типи професій психолога» було опитано 50 респондентів. З них 10 осіб вибрали варіант «не за спеціальністю, яку здобуваю», що свідчить про низький рівень професійного самовизначення по відношенню до професії психолога. За цією ж методикою 21 студент віддали перевагу професії практичного психолога, 11 – викладача психології, а решта 8 обрали професію психолога–дослідника. Ми проаналізували рівень емоційного інтелекту

незалежно для кожної групи студентів, які обрали різні типи професій психолога за методикою Є. В. Кучеренка.

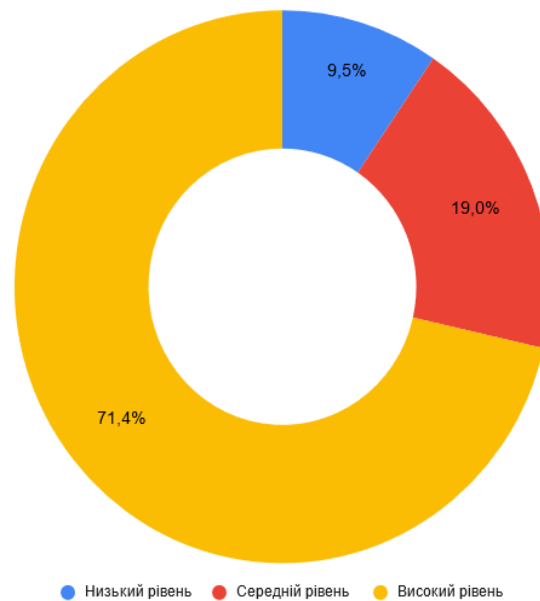


Рис.4. Результати визначення рівня емоційного інтелекту серед майбутніх практичних психологів

Серед студентів, які у методиці Є. В. Кучеренка надали перевагу професії практичного психолога, ми зафіксували досить високі показники емоційного інтелекту. З 21 студента, тільки 2 отримали низький бал у діапазоні 33–115, 4 мали середній рівень (116–146 балів), а 15 показали високий рівень емоційного інтелекту за результатами від 147 до 165 балів.

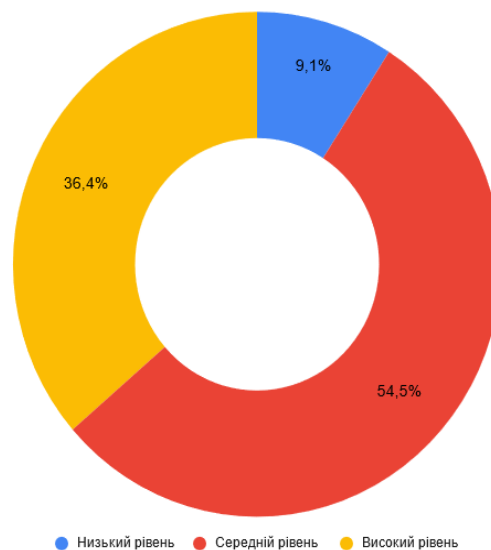


Рис.5. Результати визначення рівня емоційного інтелекту серед майбутніх викладачів психології

Рівень емоційного інтелекту був виявлений на меншому рівні серед 11 студентів, які обрали професію викладача психології: один з респондентів продемонстрував низький рівень емоційного інтелекту у діапазоні від 33 до 115 балів, шість студентів показали середній рівень, отримавши від 116 до 146 балів, а чотири студенти продемонстрували високий рівень, отримавши від 147 до 165 балів.

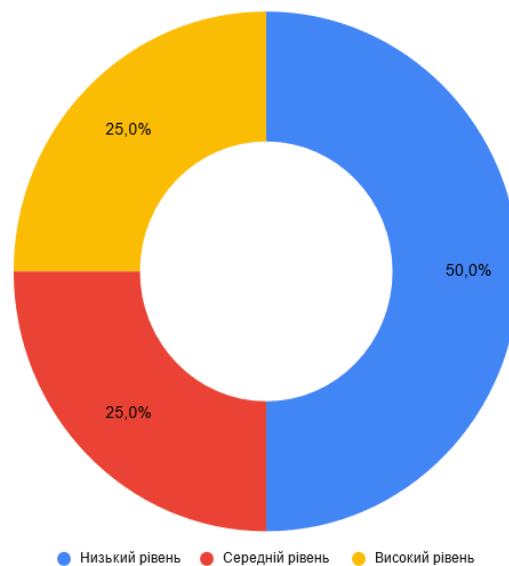


Рис.6. Результати визначення рівня емоційного інтелекту серед майбутніх психологів-дослідників

З щодо восьми студентів, які обрали професію психолога-дослідника, можна сказати, що їхні показники емоційного інтелекту були нижчими. Зокрема, чотири студенти показали низький рівень, отримавши від 33 до 115 балів, двоє з них показали середній рівень (116–146 балів), а ще двоє показали високий рівень емоційного інтелекту, з набраними результатами від 147 до 165 балів.

Отже, можна зробити висновок, що студенти, які навчаються на спеціальності «психологія», мають досить високий інтегральний показник емоційного інтелекту. Рівень емоційного інтелекту корелює з рівнем професійного самовизначення, а найвищі показники емоційного інтелекту

спостерігаються у студентів, які віддали перевагу професії практичного психолога або викладача психології, згідно з методикою «Типи професій психолога».

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

Ми провели дослідження серед студентів декількох Київських ЗВО спеціальності «Психологія», різного віку і року навчання. Наша вибірка складає 50 респондентів.

Результати опитування «SSEIT» показали, що 18% студентів-психологів мають низький рівень емоційного інтелекту, 22% – середній, а 60% – високий. Це доволі високі результати, оскільки психологія є соціальною професією і вимагає розвиненого емоційного інтелекту, і студенти згідно з методикою Шутте, досить підготовлені для роботи у сфері «людина-людина».

Результати методики «Типи професій психолога» показали, що 42% опитаних вибрали професію практичного психолога, 22% – викладання психології, 16% – професію психолог-дослідника, а 20% обрали варіант «не за спеціальністю, яку здобуваю». Серед студентів найбільш популярною виявилася професія практичного психолога.

Ми порівняли показники інтегрального емоційного інтелекту у кожного типу професій психолога. За графіками видно, що студенти, які обрали варіант «психолог-дослідник», мають найнижчий рівень, а викладачі психології мають середні показники, а студенти, які вибрали професію практичного психолога, – найвищі.

За результатами методики Є. В. Кучеренка «Професійне самовдосконалення» 16% студентів мають низький рівень професійного самовизначення, 40% – середній, а 44% – високий.

Ми порівняли інтегральні показники емоційного інтелекту за методикою Н. Шутте із рівнем професійного самовизначення за методикою Є. В. Кучеренка за допомогою кореляційного аналізу. Ми використали непараметричний критерій кореляції Спірмена через ненормальний розподіл нашої вибірки. Ми визначили значення незалежної змінної – рівня емоційного інтелекту (x) та залежної змінної – рівня професійного самовизначення (y),

отримавши результат $\rho = 0,832$. Це свідчить про прямий зв'язок між досліджуваними ознаками, оскільки сила зв'язку за шкалою Чеддока є високою. Кількість ступенів свободи (f) дорівнює 48. Критичне значення критерію Спірмена при такій кількості ступенів свободи становить 0,279. Отже, $\rho_{\text{досл.}} > \rho_{\text{крит.}}$, це означає, що залежність між ознаками є статистично значущою ($p < 0,05$). За допомогою регресійного аналізу було визначено зв'язок між випадковими даними (вхідних і вихідних параметрів) у вигляді рівняння регресії $y=f(x)$ – це рівняння, що описує кореляційну залежність між вихідними параметром і одним або декількома вхідними. Функціональна залежність вважається значимою при $R > 0.7$ (в нашому дослідженні 0.832); тобто існує лінійний взаємозв'язок між параметрами. Таким чином, гіпотеза, висунута на початку дослідження, підтверджена.

РОЗДІЛ III

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА

3.1 Програма розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів в умовах навчання у ЗВО

На сьогодні дослідниками у питанні розвитку емоційного інтелекту запропоновано декілька моделей організації навчального процесу з метою розвитку компонентів емоційного інтелекту.

Основні концептуальні положення і тренінгові ідеї для розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів в умовах навчання у ЗВО, за О. Я. Чебикіним, включають такі [23]:

1. Розвиток навичок усвідомлення невербального потоку інформації клієнта та раціонального підтвердження його невідповідності, зв'язку з психологічними проблемами клієнта;

2. Розвиток навичок динамічно-ситуативного використання невербальної інформації для посилення терапевтичного впливу, побудови сценаріїв реагування клієнта тощо;

3. Розвиток навичок співвіднесення невербальної інформації клієнта з типовими класами особистісних проблем, які є загальновідомими;

4. Розвиток навичок розпізнавання вербальних і невербальних сигналів, які вказують на провідний тип модальності клієнта (візуальний, аудіальний, кінестетичний) та застосування цієї інформації для психотерапевтичного впливу на клієнта;

5. Розвиток навичок синтетичного образного сприйняття невербальної інформації від клієнта і сприйняття її як цілісного асоціативного образу особистості;

6. Розвиток на основі невербальної інформації та інших навичок емоційного інтелекту вміння розпізнавати базові риси особистості (емоційна

стійкість – нейротизм, екстраверсія – інтроверсія, депресивність, чутливість) та їх інтенсивність за визначеною шкалою;

7. Розвиток навичок розпізнавання акцентованих, проблемних та нормальних стратегій поведінки за невербальними сигналами та після виявлення таких стратегій на рівні емоційного інтелекту через вербальну взаємодію досягнення їх раціонального спростування або ж підтвердження;

8. Розвиток навичок усвідомлення кінестетичних сигналів від власного тіла, як можливої інформації про психологічні проблеми і стан клієнта із подальшою їх раціональною перевіркою;

9. Розвиток навичок ідентифікування окремих емоцій клієнта, а також їх типових сполучень з подальшою раціональною перевіркою на вербальному рівні;

10. Розвиток навичок розпізнавання окремих невербальних сигналів, які вмикають у клієнта переживання певних емоцій та умінь включати переживання у терапевтичних цілях, як засобу надання клієнту досвіду цілеспрямованого викликання і оволодіння власними емоціями;

11. Розвиток дидактичних навичок психолога у наданні інформації з тренінгової роботи з клієнтом для передачі йому знань і розвитку умінь використовувати власний емоційний інтелект при розпізнаванні проблемних психологічних станів та термінової психологічної і тілесної самокорекції свого стану клієнтом;

12. Розвиток раціонального інтелекту психолога як засобу урівноваження можливостей емоційного інтелекту, так як дисбаланс між ними породжує неприпустимі для професіонала спонуки до екстрасенсорного, містичного, релігійного, магічного погляду на психічну реальність і особистість клієнта;

13. Розвиток навичок психолога з надання клієнтові усвідомлення і використання його особистісних переваг, які зумовлено конфігурацією емоційних станів і процесів, дотриманням балансу між емоціями, а також технік уникання крайніх станів акцентуацій і патологій особистості, до яких призводить неконтрольованість чуттєво-емоційної сфери.

3.2 Тренінг розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів

Ми підібрали вправи для розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів, які можна використовувати в рамках тренінгової програми, спрямованої на підвищення рівня емоційного інтелекту майбутніх професіоналів. Тренінг розвитку емоційного інтелекту, як і будь-який інший, слід починати із знайомства, презентації змісту та цілей тренінгу, обговорення очікувань учасників, озвучення правил поведінки під час тренінгу, проведення коротких ігор на концентрацію уваги та підвищення працездатності, після чого тренер організовує виконання учасниками основних вправ.

- У вправі «Вгадай емоцію» учасникам показують зображення людей, що перебувають у різних емоційних станах, та просять записати назви емоцій, які вони відображають. Після цього усі зображення обговорюються в групі, аналізуються помилки при визначенні емоцій, а вправа закінчується підведенням підсумків. Для проведення цієї вправи потрібно мати зображення людей та папір з ручками для кожного учасника.

- Вправа «Відображення почуттів». Учасники тренінгу діляться на пари. Один з учасників пари висловлює фразу з емоційним забарвленням, а інший спочатку розповідає своїми словами значення фрази, а потім намагається визначити почуття, які відчував партнер у момент її висловлювання. Після цього партнер дає оцінку точності обох відображень, після чого ролі міняються.

- Вправа «Дзеркальне відображення суджень». Учасники тренінгу обмінюються парами. Один з партнерів описує ситуацію песимістично, а другий знаходить позитивні аспекти проблемної ситуації

- Вправа «Список емоцій». Ведучий пропонує студентам назвати якомога більше слів, що позначають різні емоції. Потім один з учасників демонструє емоцію за допомогою жестів та міміки, а решта намагаються вгадати, яку саме емоцію він виражає. Той, хто першим вгадує, має показати свою емоцію, і вправа триває, поки учасники не продемонструють усі можливі емоції.

- Вправа «Хто ти?». Учасники тренінгу пишуть опис невербальної поведінки одного з учасників групи. Потім по черзі зачитують опис, і решта групи має вгадати, про кого саме йдеться.

- Вправа «Передай емоцію». Студенти сідають в коло, та ведучий без слів передає пантомімічними методами якусь емоцію учаснику, що знаходиться ліворуч від нього. Потім учасник передає цю емоцію наступному учаснику, і гра продовжується до кінця кола. Останній учасник повідомляє, яку саме емоцію він отримав. Після цього проводиться обговорення, де учасники можуть обмінятися своїми почуттями. Цю вправу можна повторити декілька разів з різними емоціями.

- Вправа «Внутрішній голос». Учасники тренінгу збираються в коло. Один учасник вибирає партнера, який буде грати роль його внутрішнього голосу. Партнер, який грає роль внутрішнього голосу, стає за спиною свого партнера і говорить: «Я (ім'я партнера), зараз відчуваю ..., тому що ..., через те, що ...». Після цього ведучий ставить запитання людині, яка грала роль внутрішнього голосу: «Чи мав твій внутрішній голос рацію? Чи все, що він сказав, було тим, що ти хотів почути? Можливо, ти хотів би обрати інший внутрішній голос?». Потім наступний учасник вибирає собі «внутрішній голос».

- У вправі «Зрозумій іншого» кожен учасник групи має описати емоційний стан одного студента, уявивши і відчувши його стан, емоції, настрої та переживання, і записати це на папері. Після цього записи обговорюються щодо їх достовірності.

- У вправі «Психологічна скульптура» учасникам тренінгу пропонується зобразити на папері різні емоції, такі як радість, переляк, туга та захват, використовуючи статичні та динамічні форми. Після виконання вправи необхідно обмінятися почуттями.

- У вправі «Психомалюнок» учасникам тренінгу потрібно намалювати свій настрій, використовуючи лінії, форми та кольори, не малюючи нічого конкретного. Потім малюнки передаються сусідові справа, і учасники групи

намагаються здогадатись, який настрій зображено на малюнку. Вправи завершується груповим обговоренням отриманого досвіду тренінгу, обміном зворотнім зв'язком, обговоренням складних, простих і цікавих моментів та підведенням підсумків.

Отже, виконуючи практичні вправи та дотримуючись концептуальних положень розвитку емоційного інтелекту, майбутні психологи зможуть підвищити рівень свого емоційного інтелекту. Розроблена тренінгова програма сприятиме розвитку структурних компонентів емоційного інтелекту.

ВИСНОВКИ ДО ТРЕТЬОГО РОЗДІЛУ

Було створено програму для психорозвитку майбутніх психологів, яка спрямована на розвиток їх емоційного інтелекту. Для розробки програми ми використали концептуальні положення відомих психологів.

Ми вважаємо, що до основних методів, які можна використовувати для розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів, належать: лекції, діагностичні методи, групові дискусії, ігрові методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції, методи арт-терапії, психогімнастика та самостійна робота.

Основними аспектами розвитку емоційного інтелекту є когнітивний і поведінковий компоненти, розвиток навичок розпізнавання та розуміння емоцій інших, вміння управляти емоційним станом партнера по спілкуванню, а також розвиток професіоналізму. Розвиток когнітивного компоненту включає самопізнання, усвідомлення своїх емоцій, довіру до себе, аналіз та висловлення почуттів словами, вдосконалення навичок рефлексії та здібностей до зворотного зв'язку. Розвиток поведінкового компоненту спрямований на навчання управління власними емоціями та почуттями.

Ми створили набір вправ, що сприяє покращенню окремих компонентів емоційного інтелекту студентів-психологів, які можна використовувати у рамках тренінгів з розвитку емоційного інтелекту. Ми рекомендуємо використання нашої програми та практичних вправ для досягнення цієї мети.

ВИСНОВКИ

Проведені теоретичний та емпіричний аналізу ролі емоційного інтелекту як фактора професійного розвитку студентів дозволяє зробити такі висновки:

1. Емоційний інтелект є складним комплексом психічних здібностей, які пов'язані з розумінням та керуванням емоційною інформацією, а також формуванням емоційного досвіду особи. Розвиток емоційного інтелекту має велике значення для професійного росту майбутніх психологів.

2. Професійний розвиток є системним процесом, що включає кілька рівнів, і передбачає набуття нових вмінь, навичок, встановлення відповідних стосунків та формування соціальних уявлень, що виникають внаслідок освоєння та практики конкретної професійної діяльності. Для фахівців з психології професійний розвиток вимагає уваги до емоційного аспекту майбутньої діяльності та потребує спрямованого розвитку їх емоційного інтелекту. Результатом розвитку емоційного інтелекту в процесі професійного навчання є формування емоційної готовності. Емоційна готовність розглядається як комплексна, динамічна характеристика особистості, що визначається знаннями про емоції, їх ефективним використанням та є важливим ресурсом особистості.

3. Емпіричні дослідження показали, що психологи володіють задовільним рівнем емоційного інтелекту, що корелює з їх професійним самовизначенням у відповідній сфері діяльності (коефіцієнт кореляції $\rho = 0.832$ та функціональна залежність $R > 0.7$ при $p < 0,05$).

4. Згідно з результатами опитувальника «SSEIT», 18% майбутніх психологів показали низький рівень емоційного інтелекту, 22% мають середній, а 60% мають високий рівень. За методикою Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», 42% опитуваних вибрали професію практичного психолога, 22% надали перевагу викладанню психології, 16% – професії психолога-дослідника, а 20% зазначили «не за спеціальністю, яку здобувають». Це свідчить про низький рівень професійного самовизначення щодо професії психолога. Найбільш популярною професією серед студентів є практичний психолог. За

результатами методики Є. В. Кучеренка «Професійне самовдосконалення», 16% студентів мають відносно низький рівень, 40% – середній, а 44% – високий рівень професійного самовизначення.

5. В порівнянні інтегрального емоційного інтелекту у студентів, які орієнтовані на різні сфери діяльності, встановлено, що студенти, орієнтовані на сферу діяльності «психолог-дослідник», мають найнижчий рівень розвитку емоційного інтелекту. У варіанті «викладач психології» було встановлено середні показники, а найкращі показники емоційного інтелекту спостерігаються у студентів, які орієнтовані на сферу діяльності «практичний психолог».

6. Було розроблено програму для розвитку емоційного інтелекту студентів–психологів, виходячи з теоретичного аналізу проблеми та діагностичних даних емпіричної частини дослідження.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Академічний тлумачний словник української мови. Академічний тлумачний словник української мови. URL: <http://sum.in.ua/s/psykhologh>.
2. Борисенко В., Зарицька В. Емоційна компетентність як детермінантна складова професійного становлення фахівців соціономічного напрямку. *Молодий вчений*. 2017. № 4. С. 241–245.
3. Буркова Л. Теоретико–методологічні засади застосування інноваційних технологій у підготовці фахівців соціономічних професій у вищій школі : автореф. дис. д–ра пед. наук : 13.00.04. Черкаси, 2011. 13 с.
4. Вірна Ж., Брагіна К. Емоційний інтелект у смисловому локусі професіоналізації особистості. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць ДВНЗ «Запорізький національний університет» та Інституту психології імені Г. С. Костюка* / ред.: С. Максименка, Н. Шевченко, М. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. № 2 (8). С. 38–43.
5. Вітківська О. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.07. К., 2002. 18 с.
6. Грицюк І. Соціальний потенціал особистості: емоційний інтелект у професійному самовизначенні. *Вісник Одеського Національного університету*. 2009. Т. XIV, Вип. 17. С. 189–195.
7. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків: Vivat, 2018. 512 с.
8. Діомідова Н. Теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту. *Міжнародний науковий журнал «Науковий огляд»*. 2015. Т.4. Вип.14. С. 17–22.
9. Костюк Г. Роль професійного самовизначення у формуванні особистості: Професійна орієнтація учнів. К : Радянська школа, 1971.
10. Кучеренко Є. В. Інтеграційно–діяльнісний підхід до проблеми структури професійного самовизначення студента. *Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання незайнятого населення в*

умовах фінансово–економічної кризи. 30 жовт. 2023 р. / уклад. Л. Капченко. К., 2009. С. 172–180.

11. Кузнецова С. В. Вплив батьківських установок на професійне самовизначення старшокласників. *Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія*. 2014. Т. 19, Вип. 1. С. 159–165. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vonu_psi_2014_19_1_21

12. Кучеренко Є. Розвиток професійного самовизначення майбутніх психологів : дис. канд. психол. наук : 19.00.07. К., 2011.

13. Максименко С. Д. Прогнозування розвитку особистості як наукова проблема. *Науковий Вісник Миколаївського державного педагогічного ун–ту ім. В. О. Сухомлинського; серія «Психологічні науки»*. 2010. Т. 2. № 5. С. 3–19.

14. Массанов А. Психологічні бар'єри в професійному самовизначенні особистості : дис. д-ра психол. наук : 19.00.07. Одеса, 2010. 413 с.

15. Назарук Н. Психологічний аналіз моделей емоційного інтелекту. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 3. С. 61–65.

16. Носенко Е., Коврига Н. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. К, 2003. 159 с.

17. Оліховська Л. Теоретичні основи професійного самовизначення: психологічний аспект. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота*. 2016. № 2. С. 161–164.

18. Приходько Ю. Практична психологія: введення в професію : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів. К : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2008. 180 с.

19. Психологічний словник / ред. В. Войтко. К : Радянська школа, 1982. 216с.

20. Радчук Г. Особистісне та професійне самовизначення як чинник професійного становлення особистості. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2012. № 5. С. 47–54.

21. Сафин В., Ников Г. Психологический аспект самоопределения. *Психологический журнал*. 1984. № 4. С. 65–74.

22. Собченко О. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості. *Наука. Релігія. Суспільство*. 2010. № 4. С. 84–87.
23. Чебыкин А. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности : Научно–методический пособник. Одесса : Астропринт, 1999. 158 с.
24. APA Dictionary of Psychology. APA Dictionary of Psychology. URL: <https://dictionary.apa.org/emotion>
25. APA Dictionary of Psychology. APA Dictionary of Psychology. URL: <https://dictionary.apa.org/self-determination>
26. Characteristic emotional intelligence and emotional well-being / N. S. Schutte et al. *Cognition and emotion*. 2002. Vol. 16, no. 6. P. 769–785. URL: <https://doi.org/10.1080/02699930143000482>
27. Charlesworth W. R. The role of surprise in cognitive development // D. Elkind, J.H. Flavell (eds.). *Studies in cognitive development*. London, Oxford University Press, 1969. P. 257–314.
28. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York: Basic Books, 1993. 304p.
29. Holland J. L. Making vocational choices: a theory of vocational personalities and work environments. 3rd ed. Odessa, Fla : Psychological Assessment Resources, 1997. 303 p.
30. Izard C. E. Human Emotions. Springer London, Limited, 2013.
31. Izard C. E. The Psychology of Emotions. Boston, MA : Springer US, 1991. URL: <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0615-1>
32. Lievens F., Chan D. Practical intelligence, emotional intelligence, and social intelligence. *Handbook of employee selection. Second edition*. | New York, NY : Routledge, 2017., 2017. P. 342–364. URL: <https://doi.org/10.4324/9781315690193-15>
33. Mayer J.D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 1993. V.17. No 4. P.433–442.

33. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. Models of emotional intelligence. *Handbook of intelligence*. 2000. P. 396–420. URL: <https://doi.org/10.1017/cbo9780511807947.019>
34. Petrides K. V., Furnham A. On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and individual differences*. 2000. Vol. 29, no. 2. P. 313–320.
35. Plutchik R. A general psychoevolutionary theory of emotion // R. Plutchik, H. Kellerman (eds.). *Emotion: Theory, research and experience, v. 1: Theories of emotion*. N.-Y., Acad. Press, 1980. P. 3–31.
36. Salovey P., Mayer J.D. Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 1990. 9. P.185–211.
37. Sternberg R. J. The concept of intelligence and its role in lifelong learning and success. *American psychologist*. 1997. Vol. 52, no. 10. P. 1030–1037. URL: <https://doi.org/10.1037/0003-066x.52.10.1030>

ДОДАТКИ

Опитувальник «SSEIT» (N. Schutte)

Інструкція:

Вкажіть, якою мірою кожен пункт стосується вас, використовуючи наступне масштаб:

1 = категорично не згоден

2 = не згоден

3 = ні не згоден, ні згоден

4 = згоден

5 = повністю згоден

№	Твердження	1	2	3	4	5
1.	Я знаю, коли говорити про свої особисті проблеми іншим					
2.	Коли я стикаюся з перешкодами, я згадую випадки, коли я стикався з подібними перешкодами та подолав їх					
3.	Я очікую, що у мене буде добре виходити більшість речей, які я пробую					
4.	Іншим людям легко довіряти мені					
5.	Мені важко зрозуміти невербальні повідомлення інших людей*					
6.	Деякі важливі події мого життя змусили мене переоцінити, що є важливим, а що ні					
7.	Коли мій настрій змінюється, я бачу нові можливості					
8.	Емоції – це одне з речей, завдяки яким варто жити					
9.	Я усвідомлюю свої емоції, коли їх					

	переживаю					
10.	Я очікую, що стануться хороші речі					
11.	Я люблю ділитися своїми емоціями з іншими					
12.	Коли я відчуваю позитивну емоцію, я знаю, як зробити так, щоб вона тривала					
13.	Я влаштовую заходи, які подобаються іншим					
14.	Я шукаю заняття, які приносять мені задоволення					
15.	Я усвідомлюю невербальні повідомлення, які надсилаю іншим					
16.	Я представляю себе так, щоб справляти гарне враження на інших					
17.	Коли я в позитивному настрої, мені легко вирішувати проблеми					
18.	Я впізнаю емоції, які відчувають люди, дивлячись на їхню міміку					
19.	Я знаю, чому мої емоції змінюються					
20.	Коли я в позитивному настрої, я здатний висувати нові ідеї					
21.	Я контролюю свої емоції					
22.	Я легко розпізнаю свої емоції, коли я їх переживаю					
23.	Я мотивую себе, уявляючи хороший результат виконання завдань, які я беруся виконувати					
24.	Я роблю компліменти іншим, коли вони роблять щось добре					

25.	Я усвідомлюю невербальні повідомлення, які надсилають інші люди					
26.	Коли інша людина розповідає мені про важливу подію у своєму житті, я відчуваю це майже так наче я сам пережив цю подію					
27.	Коли я відчуваю зміну емоцій, я схильний придумувати нові ідеї					
28.	Коли я стикаюся з проблемою, я здаюся, бо вірю, що зазнаю невдачі*					
29.	Я знаю, що відчувають інші люди, просто дивлячись на них					
30.	Я допомагаю іншим людям відчувати себе краще, коли вони засмучені					
31.	Я використовую гарний настрій, щоб допомогти собі продовжувати намагатися, стикаючись з перешкодами					
32.	Я можу зрозуміти, що люди відчувають, слухаючи тон їхнього голосу					
33.	Мені важко зрозуміти, чому люди відчувають те, що відчувають*					

Ключі до методики.

Шкала «Розуміння емоцій» включає такі твердження: 1,5–9, 15, 18, 21, 24–26, 28, 31–32.

Шкала «Управління емоціями» включає такі твердження: 2–4, 10–14, 16–17, 19–20, 22–23, 27, 29–30.

Шкала «Емоційний інтелект» є сумою балів за шкалами «Розуміння емоцій» та «Управління емоціями»

Твердження 5,28,33 є зворотними

«Типи професій психолога» (Є. В. Кучеренко)

Інструкція.

Оберіть один із варіантів (А або Б) в кожній з п'ятнадцяти пар тверджень, а відповіді зафіксуйте у бланку відповідей на наступній сторінці.

Якій психологічній діяльності Ви б надали перевагу як майбутній фахівець?

№	Варіант А		Варіант Б
1.	Психологічно підтримувати особистість	або	Досліджувати психологічні явища
2.	Передавати психологічні знання	або	Надавати психологічні рекомендації
3.	Висувати психологічні теорії та концепції	або	Проводити психологічні тренінги
4.	Оцінювати психологічні знання	або	Висувати психологічні гіпотези і перевіряти їх
5.	Проводити психологічне тестування	або	Проводити психологічні спостереження та експерименти
6.	Проводити лекції з психології	або	Проводити психологічні опитування
7.	Досліджувати закономірності психіки	або	Розробляти навчальні курси з

			психології
8.	Надавати рекомендації тим, хто вивчає психологію	або	Надавати психотерапевтичну допомогу
9.	Проводити психологічну профілактику	або	Досліджувати властивості особистості
10.	Займатись психологічною просвітою	або	Проводити психоконсультативні і бесіди
11.	Розробляти підручники з психології	або	Розробляти методи психологічних досліджень
12.	Аналізувати результати психологічних досліджень	або	Приймати іспити з психології
13.	Коригувати психологічні стани та поведінку людини	або	Планувати психологічні дослідження
14.	Писати наукові праці з психології	або	Розробляти методи викладання психології
15.	Сприяти самостійному вивченню психології	або	Проводити психологічну експертизу

Бланк відповідей

1.А	1.Б	
2.Б		2.А
3.Б	3.А	
	4.Б	4.А
5.А	5.Б	
6.Б		6.А
	7.А	7.Б
8.Б		8.А
9.А	9.Б	
10.Б		10.А
	11.Б	11.А
	12.А	12.Б
13.А	13.Б	
	14.А	14.Б
15.Б		15.А

Ким би Ви хотіли працювати у майбутньому? (обведіть варіант відповіді):

- а) викладачем психології;
- б) психологом–дослідником;
- в) практичним психологом;
- г) не за спеціальністю, яку здобуваю.

**Методика «Професійне самовдосконалення психолога» (Є. В.
Кучеренко)**

Інструкція. Чи погоджуєтесь Ви із запропонованими твердженнями? Дайте правдиву відповідь на кожне з 12 тверджень.

№	Твердження	Так	Ні
1.	У вільний від навчання час я займаюсь самоосвітою (читаю психологічну літературу, відвідую психологічні семінари та лекції тощо)		
2.	Я розвиваю в собі нові професійні навички, вміння та якості психолога		
3.	Найближчим часом я збираюсь шукати роботу за фахом		
4.	Моє професійне самовдосконалення вичерпується навчанням в університеті		
5.	Я рідко займаюсь самостійним вивченням літературних джерел		
6.	Я вдосконалюю свої професійні навички та вміння, які розвинув(а) в собі, навчаючись в університеті		
7.	Я часто переглядаю наукові телепередачі з психології або ж подібні відео в інтернеті		
8.	Я виховую в собі професійні якості для майбутньої психологічної роботи		
9.	Якби я зараз працював(а), то тільки за освітою яку здобуваю на майбутнє.		
10.	Я відвідує психологічні тренінги з метою професійного саморозвитку		
11.	Як студент, я займаюсь (планую займатись) науково–дослідницькою роботою		
12.	Я не обмежуюсь навчанням в університеті для мого		

	професійного самовдосконалення.		
--	---------------------------------	--	--

Обробка результатів

Кожна відповідь, яка співпадає з ключем до тесту оцінюється в один бал (відповідь «Так» позначено як «+», відповідь «Ні» як «-»).

1. +
2. +
3. +
4. -
5. -
6. +
7. +
8. +
9. +
10. +
11. +
12. +

Інтерпретація результатів

Кожен із способів професійного самовдосконалення майбутнього психолога відповідає його учбово-професійній дії у професійному самовизначенні (регулятивно-поведінковий компонент). Нижче подано рівні розвитку професійного самовизначення.

Від 8 до 12 балів – високий рівень розвитку.

Від 5 до 8 балів – середній рівень розвитку.

Від 1 до 5 балів – низький рівень розвитку.