

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Полях Ю. А.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
yuliyapolyakh@gmail.com*

Починаючи з раннього дитинства та протягом усього життя, людина як суспільна істота, має бути спроможна успішно пристосовуватися до будь-яких умов сучасного світу. Складна соціально-економічна ситуація, пандемія, що раптово змінила рутинний спосіб існування та війна, що поділила життя кожного з нас на «до» та «після» – все це є факторами, що актуалізують потребу у висококласних фахівцях психологічного профілю. Певна річ, все вищезазначене суттєво впливає і на майбутніх психологів, а своєрідність роботи у даній сфері задає високу планку для емоційних ресурсів такого роду спеціалістів. Таким чином, наше суспільство дуже гостро переживає потребу у великій кількості компетентних психологів

Специфіка роботи у сфері психології ставить високі вимоги перед емоційними ресурсами майбутніх фахівців. Рівень розвитку емоційного інтелекту визначає рівень сформованості емоційної компетентності, необхідної для емоційної готовності до професійної діяльності у означеній сфері. Власне емоційна компетентність є результатом розвитку емоційного інтелекту, який у свою чергу дозволяє розпізнавати, розуміти, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших людей. Умови сучасного життя потребують високого рівня розвитку цієї інтегральної здібності.

Проблему емоційного інтелекту відображено у великому різноманітті аспектів. Аналіз наукової літератури за заданою проблематикою свідчить про те, що введення в науковий обіг поняття «емоційного інтелекту» як утворення, що забезпечує усвідомлення, розуміння та регуляцію власних емоцій та емоцій оточуючих, відбулося завдяки Д. Гоулману (теорія емоційної компетентності), Р. Бар-Ону (некогнітивна теорія емоційного інтелекту), Дж. Майєру, П. Селовею, Д. Карузо (теорія емоційно-інтелектуальних здібностей), Х. Вайсбаху і У. Даксу (емоційний інтелект як уміння «інтелектуально» керувати своїм емоційним життям). Також існують дослідження з проблеми концептуалізації феномена емоційного інтелекту, його функцій (Е. Носенко), вивчення емоційного інтелекту як детермінанти внутрішньої свободи особистості (Г. Березюк) та показника її рівномірного і цілісного розвитку (О. Філатова).

Доцільно зазначити, що питання розвитку емоційного інтелекту у майбутніх психологів нерозривно пов'язане зі сферою їх професійного само-

визначення. Професійне самовизначення – це складний процес вибору та надбання специфічної компетенції, в ході якого індивідом формуються, розвиваються та реалізуються його можливості, генеруються професійні плани та утворюється адекватний образ себе як фахівця у певній галузі знань.

Задля якісного виконання діяльності психолог повинен знати свої сильні та слабкі сторони, і усвідомлювати як саме він може підвищити рівень свого професіоналізму. Тому суттєве значення має розвиток професійної самосвідомості, яка є результатом емоційних переживань в єдності з самопізнанням у професійній діяльності, що і складає підґрунтя майбутнього професіоналізму фахівця.

Емоційний інтелект є панівним аспектом у рамках підготовки професіоналів будь-якого напрямку, а особливо тих, хто в процесі діяльності ґрунтуються на комунікації типу «людина–людина» (соціономічні професії), адже рівень його розвитку визначає ступінь сформованості емоційної компетентності, необхідної для готовності до професійної діяльності [3].

Емоційний інтелект найяскравіше проявляється у когнітивній, емоційній та поведінковій сферах. У когнітивній сфері рівень емоційного інтелекту детермінує ступінь узгодженості уявлень індивіда про себе та своє оточення. Студентів з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту можна охарактеризувати як таких, що мають більш гармонійну дійсність, що відповідає дійсності систему уявлень, аніж студенти з середнім або низьким рівнем емоційного інтелекту [1]. Роль емоційного інтелекту у сфері емоційного самопочуття є регулятивною: високий рівень розвитку емоційного інтелекту у стресові періоди забезпечує більшою комфортністю емоційних станів. Що стосується комунікативної сфери, то достатньо високий рівень емоційного інтелекту пов'язується зі стійкістю статусу студента в групі, стабільності системи взаємних виборів [2].

Поетапний розвиток емоційного інтелекту майбутніх психологів виглядає так: самопізнання, навчання щодо керування власними емоціями, розвиток уміння розпізнавати емоції інших людей, оволодіння вмінням управління станами оточуючих, розвиток психологічного професіоналізму [3].

Отже, необхідність розвитку емоційного інтелекту у майбутніх психологів пояснюється тим, що психологу має бути властива здатність до рефлексії, що і створює можливість об'єктивно оцінювати себе та оточуючих в процесі професійної діяльності, виявляти внутрішньоособистісні та міжособистісні протиріччя, шукати способи їх нейтралізації, розробляти концепції професійного росту та стратегії її втілення у життя. В даному випадку, рівень емоційного інтелекту є еквівалентним рівню якості підготовки фахівців та виступає у якості умови для створення нового, самовдосконалення, творчості і, що не менш важливо, умовою для швидкої адаптації до змін у розрізі професії.

ЛІТЕРАТУРА

1. Зарицька В. В. Необхідність розвитку емоційного інтелекту особистості в процесі її підготовки до професійної діяльності / В. В. Зарицька // Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія. 2010. Т. 15. Вип. 16. С. 13-24.
2. Дерев'янка С. П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук. К., 2009. 20 с.
3. Грицюк І.М. Соціальний потенціал особистості: Емоційний інтелект у професійному самовизначенні // Вісник Одеського Національного університету. 2009. Т. XIV. Вип. 17. Психологія. С.189-195.

ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В РАМКАХ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ОСОБИСТОСТІ, ЩО ПЕРЕЖИЛА ПСИХОТРАВМУ

Рева М. М.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
mreviera@ukr.net*

Актуальність проблеми. У нинішній час, коли вже більше року триває війна, частина країни окупована, а бойові дії та ракетні обстріли призвели до численних і болісних втрат, уся країна перебуває у складному психологічному стані. Велика частина населення уже потребує і потребуватиме у подальшому психологічної допомоги, оскільки через тривалу травматизацію соціально-адаптивні можливості людей істотно зменшилися, був утрачений колишній рівень особистісної цілісності та психологічного благополуччя.

Як свідчать численні дослідження (М. Дворник, В. Горбунова, Ю. Гундერთайло, Л. Карамушка, В. Климчук, Б. Конвей, Б. Лазоренко, Т. Ларіна, Л. Найдьонова, Т. Титаренко, М. Харт та ін.), незаліковані рани війни не загоюються самі, маючи натомість віддалені наслідки навіть у наступних поколіннях. Зважаючи на це, життєво необхідно визначити, як психологи здатні допомогти у терапії воєнної травматизації, як підтримувати і повертати до повноцінного життя різні прошарки населення, які постраждали через війну.

У зв'язку з цим метою статті є аналіз особливостей організації першої психологічної допомоги в рамках психосоціальної підтримки людей, які пережили психотравмуючі події.

Виклад основного матеріалу. Задля організації психосоціальної підтримки застосовують Програму першої психологічної допомоги (Psychological First Aid), яка розроблена Національною мережею дитячого травматичного стресу США та Національним ПТСР-Центром США. Програма «Перша