

УДК 159.942-057.87

ORCID <https://orcid.org/0000-0001-5101-6211>

*Андрусик Олена Олександрівна,*

*аспірантка кафедри психології,*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини,*

*м. Умань, Україна*

*oandrusik555@ukr.net*

## **ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ**

### **ВИПУСКНИКІВ ЗВО**

*В статті розглядаються проблеми формування емоційної компетентності випускників ЗВО, що являється визначальним фактором розвитку інтелектуального потенціалу особистості.*

*Важливість вивчення емоційної компетентності викликана не тільки значенням емоцій у житті та діяльності, а й тим, що вивчення емоційної компетентності є новою складовою у вивченні емоційної сфери особистості в цілому і майбутнього фахівця – зокрема.*

*Емоції є одним з основних сегментів у структурі особистості, а емоційні характеристики обумовлюють характер взаємостосунків людини з навколишньою дійсністю.*

*Емоційна компетентність випускників ЗВО розглядається як важлива особистісно-професійна якість, складова професійної діяльності особистості, що виявляє певний рівень емоційної зрілості особистості і є важливим чинником професійного становлення.*

**Ключові слова:** *емоційна компетентність, типи інтелекту, структура і функції емоційної компетентності.*

**Andrusyk Olena Oleksandrivna,**  
*Posgraduate student of the Department of Psychology,  
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University,  
Uman, Ukraine  
oandrusik555@ukr.net*

## **FORMATION OF EMOTIONAL COMPETENCE GRADUATES OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION**

*The article considers the problems of formation of emotional competence of graduates of higher education, which is a determining factor in the development of intellectual potential of the individual.*

*The importance of studying emotional competence is caused not only by the importance of emotions in life and work, but also by the fact that the study of emotional competence is a new component in the study of the emotional sphere of personality and future specialist - in particular*

*Emotions are one of the main segments in the structure of personality, and emotional characteristics determine the nature of human relationships with the surrounding reality.*

*The aim of the study is to theoretically study the psychological features of the formation of emotional competence of students in the process of professional training in higher education.*

*To achieve the goal and objectives used theoretical methods:*

- theoretical and methodological analysis of the literature;*
- systematization and interpretation of the received information;*
- comparison and generalization of theoretical material.*

*Emotional competence of graduates of higher education is considered as an important personal and professional quality, a component of professional activity of the individual, which reveals a certain level of emotional maturity of the individual and is an important factor in professional development.*

*In order to train qualified specialists with a high level of emotional development, a project of training "Formation of emotional competence of graduates of higher education" was developed. which is aimed at learning the features of their own emotional sphere, mastering the skills of regulation of emotional states, in the process of performing exercises for professional training.*

***Key words:** emotional competence, types of intelligence, structure and functions of emotional competence.*

**Постановка проблеми.** Важливість емоційних процесів у життєдіяльності людини привертала і привертає увагу дослідників різних історичних епох (П.М. Якобсон, П.В. Симонов, А. Маслоу Л.І. Божович, Л.С. Виготський, Б.Г. Додонов, О.М. Леонтьєв, , С.Л. Рубінштейн, В.К. Вілюнас), як важливий феномен, за яким визначається внутрішній світ і вчинки людини [1; 2; 5]. Основну увагу вчені звертали переважно на вивчення зовнішнього прояву емоцій, і недостатньо вивчався вплив окремих емоційних станів на життя та діяльність людини. У дослідженнях емоцій на різних етапах виявлялись термінологічні розбіжності та невдалі поєднання певних психічних станів з термінами «емоції», «емоційність», «почуття», «афекти», «пристрасті» тощо.

Наукове трактування емоцій вперше з'явилося в кінці ХІХ ст., як спроба дослідити фізіологічні механізми емоцій ( психолог У. Джеймс), яка називалась периферійною теорією емоцій. Її методи і техніки експериментального дослідження вивчали, головним чином, фізіологічну сторону проблеми емоцій, а психологія емоцій відстала від досліджень пізнавальних процесів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** «Емоційна компетентність», «емоційний інтелект» поняття, які з'явилися в психологічній науці для розуміння особливої значущості емоцій в житті

людей. Це необхідні складові успішного функціонування особистості (Е.Л. Носенко, Г. Гарднер, Г.М. Бреслав, Д. Мейер, П. Селовей, Д.В. Люсін, Д. Гоулман та ін.). Найбільш популярним є вивчення емоційного інтелекту, структури, шляхів розвитку.

Незважаючи на безліч проведених досліджень, проблема емоційної компетентності та її значення у професійній діяльності є недостатньо дослідженою. Також, аналіз психологічної літератури показує неоднозначність розуміння поняття емоційної компетентності у психології, що ускладнює виокремлення професійно значущих якостей, які характеризують даний феномен.

**Формулювання мети статті.** Теоретичне вивчення психологічних особливостей формування емоційної компетентності студентів.

Визначені наступні завдання:

1. Зробити теоретичний аналіз сучасних підходів щодо вивчення та дослідження проблеми емоційної сфери та емоційної компетентності особистості в українській та зарубіжній психології.

2. Визначити психологічні особливості сутності поняття емоційної компетентності та її структуру у професійній діяльності психолога.

3. Розробити проект тренінгу формування емоційної компетентності випускників ЗВО в процесі професійної підготовки.

Для досягнення мети та поставлених завдань застосовувалися теоретичні методи:

- теоретико-методологічний аналіз літератури;
- систематизація та інтерпретація отриманої інформації;
- порівняння й узагальнення теоретичного матеріалу.

**Виклад основного матеріалу та результатів дослідження.** Сучасне українське суспільство ставить більш значні вимоги до професійних якостей майбутнього фахівця у сфері «людина-людина». Насиченість

професійного та особистого життя емоційними переживаннями показує актуальність вивчення емоційної компетентності як важливого компонента успіху особистості. Однією з важливих складових високого професіоналізму особистості є емоційна компетентність, від рівня розвитку якої буде залежати її професійне становлення. Все це визначає потребу у формуванні емоційної компетентності особистості.

Д. Гоулман - засновник терміну «емоційна компетентність», вказує, що розвиток даного явища є важливим з таких причин:

1. емоції виявляються у спілкуванні, виражають ставлення до дійсності;
2. розуміння власного емоційного світу - можливість краще пізнати, зрозуміти та відчувати себе більш впевненим;
3. важливість вивчення емоційної сфери - здатність правильно виражати себе;
4. здатність адекватно визначати емоційний стан дає можливість передбачати стресові ситуації, уникати їх або адаптуватись.

Тому формування емоційної компетентності – це ще один крок людини у напрямку до самореалізації. [4].

Сучасна система вищої освіти передбачає формування у студентів професійних та загальнокультурних компетентностей, необхідних як для становлення майбутнього професіонала в будь-якому виді діяльності, так і для розвитку його особистих якостей.

Безумовно, що першочерговою задачею навчальної системи являється формування спеціальних знань і умінь на основі інформаційного і практичного відбору компонентів, які розвивають інтелектуальні особливості студента.

Мірою якості оволодінням навчальним матеріалом, його об'ємом і глибиною засвоєння інформаційного поля є підсумкові тести, по

результатах яких оцінюється інтелектуальний потенціал студентів і виводиться рівень їх професійної компетентності.

По підсумках сесії студентів виявлено одну, можливо і нехарактерну в цілому, але особливість, яка полягає в тому, що успішні студенти, які вчаться протягом всього семестру, несподівано показують низький або незадовільний результат. В якості пояснення вони називають різні причини: неуважність при прочитанні питання, несподівано поставлене питання, невміння правильно інтерпретувати відповіді, хвилювання, поспіх, а також інші емоційні та психологічні причини.

В даному випадку проявляється нездатність студентів використовувати соціальний інтелект, поняття, яке психолог Р. Стерберг називав вирішальним фактором при вирішенні практичних ситуацій, на відміну від академічних здібностей, притаманних студентам [3, с. 542].

Традиція виділення різних типів інтелекту, притаманна західній психології (Г. Гарднер, Р. Стернберг), припускає, крім соціального інтелекту, виділення «особистісного інтелекту», який складається з п'яти життєвих сфер:

1. Усвідомлення власних емоцій – психічний стан індивіда, що становить основу його емоційної компетентності, що дозволяє помічати перехід від одного стану до іншого.
2. Управління, вміння справлятися зі стресом, здібність справлятися з емоціями на основі їх усвідомлення.
3. Організація мотивації емоцій на виконання мети і творче її виконання.
4. Емпатія – адекватна відповідність власних емоцій почуттям і настрою оточуючим.
5. Соціальна компетентність сприяє ефективній міжособистісній взаємодії [3, с. 543].

Соціальний інтелект і особистий інтелект є базовими складовими емоційної компетентності, яку психолог Д. Гоулман визначає як «здібність

усвідомлювати і визнавати власні почуття, а також почуття інших для самомотивації, для керування своїми емоціями в середині себе і у відносинах з іншими» [6].

Відповідно до мети нашого дослідження під емоційною компетентністю, розуміємо системне, цілісне і динамічне особистісне утворення, що має структуру, яка представлена системою знань про розуміння емоцій.

Відповідно до даного визначення виділяється структура емоційної компетентності:

1. Самосвідомість – здатність аналізувати власні почуття і відповідні їм вчинки.
2. Самоконтроль – здатність до організації і управління емоційною ситуацією.
3. Здатність враховувати інтереси інших людей відповідає створенню емоційного стану – емпатії.
4. Здатність до комунікації, використовувати різні канали і типи комунікативної поведінки [6].

Традиційно на протязі XX століття вважалося, що особистий та кар'єрний успіх забезпечується рівнем IQ, інтелектуальним розвитком людини, об'ємом інформаційної пам'яті, діловими навиками і професіоналізмом його власника.

Представлена структура емоційної компетентності проста і зрозуміла як по формі, так і по змісту, виявилася формулою успіху, так як емоційний самоконтроль і здатність до адекватного сприйняття емоційного світу іншої людини в процесі комунікації формує і проявляє інтелект більш точно, чим вміння володіти логікою і методом математичного аналізу.

Практичне застосування і дослідження емоційної компетентності привело аналітиків до виділення коефіцієнта EQ (емоційний інтелект) не

просто як доповнення до IQ, а як вирішальний фактор успішності інтелектуальної діяльності.

Порівняльний аналіз функціонування емоційного інтелекту і академічного інтелекту показав, що вирішальне значення в діловій комунікації на 85% належить коефіцієнту EQ, а на IQ залишається тільки 15% .

На відміну від емоційного інтелекту, емоційна компетентність менш вивчене поняття. Вона визначається умінням усвідомлювати та оцінювати свої емоції та почуття, причини їх виникнення та наслідки, керуванням своїми емоційними проявами, умінням розуміти людей, їх емоції, уміння будувати взаємини з іншими.

Ефективність діяльності установи прямо залежить від розвитку рівня емоційної компетентності працівників, що дозволяє керівнику успішно виконувати керівну роль.

Розглядаючи різні варіанти співвідношення IQ та EQ (високий рівень коефіцієнта IQ і низький рівень коефіцієнта EQ і навпаки) в діяльності керівників економічних і політичних сфер, Д. Гоулман проводить цікавий гендерний аналіз, де опис чоловіків і жінок відрізняється деякими особливостями.

Чоловік з високим інтелектом характеризується такими рисами, як честолюбство, продуктивність, наполегливість, і в той же час, він передбачуваний, критичний і вибагливий, емоційно стриманий і холодний. Чоловік, який володіє емоційною компетентністю, етичний і соціально стабільний, життєрадісний і відданий справі, співчуває іншим, товариський.

Жінки з високим коефіцієнтом IQ впевнені в собі, мають естетичний смак, легко висловлюють свої думки, схильні до самоаналізу, але тривожність і почуття провини не дозволяють їм відкрито виражати свої почуття.



Навпаки, жінки з високим коефіцієнтом EQ проявляють впевненість в собі, відчуваючи своє значення, адекватно виражають свої думки і почуття, соціально адаптовані, безпосередні і відкриті, рідко схильні до почуттів тривоги і провини [3, с. 544].

Емоційна компетентність ніяк не пов'язана з повсякденною емоційністю людини, представляючи собою постійно стабільний емоційний фон, на основі якого формуються і діють цінності усвідомлення себе як особистості, здатною володіти собою і впливати позитивно емоційно на оточуючих.

Дійсно, емоційна компетентність поширюється на все соціально-комунікативне поле суб'єкта, при цьому необхідно враховувати суб'єктно-об'єктивні відносини, коли суб'єкт емоційної компетентності одночасно є об'єктом для інших суб'єктів, тому так важливо, щоб рівні коефіцієнта емоційної компетентності взаємодіючих суб'єктів співпадали.

Формування емоційної компетентності у студентів передбачає системну роботу на лекціях та семінарських заняттях, та під час їхньої самостійної роботи.

Робота по встановленню емоційної компетентності студента передбачає два суттєвих напрямки: по-перше, управління емоційно-вольовою сферою особистості студента; по-друге, контроль і вплив на емоційно-вольову сферу іншого в інтересах позитивної комунікативної взаємодії.

Так, під час лекційних та практичних занять викладач використовує різні прийоми і методи, які розвивають емоційний інтелект студента:

- пізнавальна функція передбачає новизну інформації, здатну зацікавити студентів;
- аксіологічна функція представляє інформацію як цінність, актуальну в даний час;

- комунікативна функція розвивається за допомогою проведення семінару у вигляді колоквиуму чи диспуту, де враховується думка кожного учасника;

- когнітивна функція. Розуміння власних емоційних станів, емоційна зрілість, мотивація до розвитку власної емоційної компетентності;

- інтегральна функція систематизує рівень і властивості емпатії особистості;

- рефлексивна функція свідчить про степінь стресостійкості суб'єкта.

Таким чином, надзавданням системи формування емоційної компетентності студентів є вироблення навичок і умінь усвідомлення на раціональному рівні власних емоцій, способів управління емоційним станом, відповідно до соціально-культурного середовища, що в кінцевому рахунку створює стабільно позитивний стійкий тип емоційної компетентності будь-якого напрямку, незалежно від характеру і настрою соціального оточення.

Отже, важливим чинником у професійній діяльності є власне психологічний чинник особистості фахівця, його емоційна компетентність, розвиток цієї особистісної якості майбутнього фахівця визначає його професійний розвиток. Особливості професійної діяльності вимагають від особистості знань власних емоцій, вмінь керувати емоційними станами. Тому формування емоційних компетенцій має бути ще в процесі навчання у закладі вищої освіти, а не лише в період професійної діяльності. Отже, розвиток емоційних особливостей особистості є одним із чинників процесу формування емоційної компетентності майбутнього фахівця.

З метою підготовки кваліфікованих фахівців з високим рівнем розвитку емоційних якостей розроблено проект навчального тренінгу «Формування емоційної компетентності випускників ЗВО», який передбачає оволодіння знаннями з основ емоційної сфери, про роль емоцій в життєдіяльності людини, а формування емоційної компетентності

проходить у практичній підготовці, яка спрямована на пізнання особливостей власної емоційної сфери, оволодіння навичками регуляції емоційних станів, в процесі виконання вправ щодо фахової підготовки.

Тренінг «Формування емоційної компетентності випускників ЗВО», має проводитися зі студентам протягом року.

Програма тренінгових занять із формування емоційної компетентності складається з 8 занять, тривалість кожного - 3 години. 24 години – це тривалість тренінгу. Тренінгова група має містити 10-15 учасників. Систематизовані заняття сприятимуть підвищенню рівня емоційної компетентності майбутнього фахівця. Так, перше заняття носить ознайомчий характер. Останнє заняття за програмою традиційно носить підсумковий характер. На кожному занятті здійснюється реалізація завдань кожного з етапів програми, спрямовані на формування складових емоційної компетентності випускників (когнітивний, соціальний, регулятивний та емпатійний).

Мета першого заняття:

- створення умов для роботи групи;
- ознайомлення учасників з принципами тренінгу;
- встановити правила роботи групи;
- налаштування на продуктивну роботу над своїми емоційними вміннями та навичками.

Метою другого тренінгового заняття є закріплення активного тренінгового стилю взаємодії, сприяння закріпленню навичок самоаналізу, запровадження активних технік для формування емоційної компетентності і розвитку емоційної сфери.

Сприяння згуртуванню групи та поглиблення процесів саморозкриття, розвиток вмінь у сфері емоцій, повноцінному самовираженню – це мета третього заняття. На четвертому та п'ятому заняттях відбувається опанування емоційними вміннями та формування

навичок. На шостому занятті здійснюється закріплення отриманих емоційних навичок та вмінь у сфері емоцій. Вдосконалення вмінь, закріплення емоційних вмінь та навичок – завдання сьомого заняття. Ну і на останньому занятті відбувається підведення підсумків.

**Висновки та перспективи подальших розвідок.** У статті емоційна компетентність розглядається як систематичне, ціле та динамічне психологічне утворення, як суттєва особистісно-професійна якість, складник професійної діяльності особистості, виступає засобом ефективної взаємодії, та сприяє успіху у подальшій професійній діяльності.

Узагальнюючи вище сказане можна дійти висновку, що провідним напрямком подальшої роботи є здійснення аналізу досліджень, присвячених розвитку емоційної компетентності особистості з урахуванням особливостей професійної спеціалізації, у більш глибокому вивченні зовнішніх та внутрішніх чинників формування емоційної компетентності в професійній діяльності випускників ЗВО.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бочелюк В. Й. Методика та організація наукових досліджень з психології: навч. посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 360 с.
2. Бредберри Т., Гривс Дж. Эмоциональный интеллект: самое важное : Москва : АСТ, 2008. 187 с.
3. Гоулман Д. Эмоциональная компетентность. *Психология мотиваций и эмоций* / под. ред. Ю.Б. Гиппенрейтера. Москва, 2009. 704 с.
4. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство. *Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта* / Москва : Альпина Бизнес Букс, 2005. 301 с.
5. Додонов Б. І. У світі емоцій : Київ: Політздат України, 1987. 140 с.

6. Сысоева А.А., Заднепровская А.В. Эмоциональная компетентность как фактор успеха [Электронный ресурс]. Живое дело: электронный журнал; URL: <http://www.zhyvoedelo.com/press/articles/detail.php?ID=875//>

## REFERENCES

1. Bochelyuk V. Y. (2008). *Metodyka ta orhanizatsiia naukovykh doslidzhen z psykholohii: navch. posibnyk*. [Methods and organization of scientific research in psychology: textbook. manual]. Kyiv : Tsentr uchbovoi literatury. 360. [in Ukrainian].
2. Bredberri T., Grivs Dzh. (2008). *Emotsionalnyi intellekt: same vashnoe*. [Emotional intelligence: what matters most] Moskva : AST. 187. [in Russian].
3. Goleman D. (2009). *Emotsionalnaya kompetentnost*. [Emotional competence]. Psychology of motivations and emotions. Moscow. 704. [in Russian].
4. Goleman D. (2005). *Emotsionalnoe liderstvo*. [Emotional Leadership]. The art of managing people based on emotional intelligence . Moscow: Alpina Business Books. 301. [in Russian].
5. Dodonov B. I. (1987). *V mire emotsiy*. [In a world of emotions]. Kiev. Politizdat of Ukraine.140. [in Ukrainian].
6. Sysoeva A.A., Zadneprovskaya A.V. *Emotsionalnaya kompetentnost kak faktor uspeha*. [Emotional competence as a factor of success]. [Electronic resource]. Living business: electronic journal. [in Ukrainian].