

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ ПІДЛІТКІВ

THE ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN THE PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION OF ADOLESCENTS

У статті розглядається роль емоційного інтелекту під час підготовки учнів до професійної орієнтації. Нині помічені колосальні зміни в умовах, що стосуються інститутів освіти, якості навчання фахівців і рівня сформованості знань. Способи навчання в освітніх установах сприяють розвитку кар'єрних, ціннісних і духовних навичок у підлітків. Не дивлячись на те, що в соціумі затребувані розвиток компетентностей в обраній сфері, посидючість в освітніх установах, придушення емоційних спалахів, останні дослідження вчених доводять той факт, що рівень IQ тільки на 20% використовуються людиною протягом усього життя. Разом з тим, водночас дослідження показують, що ступінь їх емоційного інтелекту набагато вищий, ніж у дітей, які старанно навчаються. 80% використовуються у зв'язку з отриманою інформацією і навичками в способах комунікувати з іншими, усвідомлювати і розуміти себе протягом усього життя. Зараз такий феномен, як емоційний інтелект (EQ) має популярність як у науковій сфері, так і в соціальному житті кожного. Важливість теми підкреслює попит, який підтверджує кількість наукових робіт і досліджень, затребуваний запит на отриманні знання з метою духовної просвіти і практичного застосування в повсякденності.

У статті доведено, що рівень емоційного інтелекту є серйозним компонентом, що містить у своєму складі сумарність поведінкових, розумових і чуттєвих навичок, здатних сформувати усвідомлення і розуміння особистих почуттів, почуттів інших і, що не менш важливо, вплинути на взаємодію між людьми. Конструкція самого емоційного інтелекту утворює поведінкові, емоційні і розумові елементи, що формуються в процесі групових сесій із застосуванням перерахованих вище способів взаємодії. Необхідною умовою успішної професіоналізації є активна свідома саморегуляція особистості, яка виражається в умінні управляти своєю поведінкою і своєю діяльністю, що характеризує процес професійного становлення і його спрямованість.

Ключові слова: емоційний інтелект, підлі-

ток, особистість, професійне самовизначення, психодіагностика.

The article considers the role of emotional intelligence in preparing students for vocational guidance. At present, enormous changes have been noticed in the conditions concerning the institutes of education, the quality of training of specialists and the level of knowledge formation. Ways of learning in educational institutions contribute to the development of skills in adolescents in career, values and spirituality. Despite the fact that society demands the development of competencies in the chosen field, perseverance in educational institutions, suppression of emotional outbursts, recent research proves the fact that IQ is only 20% used by humans throughout life. However, studies show that the level of their emotional intelligence is much higher than that of children who study hard. 80% are used in connection with the received information and skills in ways to communicate with others, to realize and understand themselves throughout life. Currently, a phenomenon such as EQ is popular both in science and in the social life of everyone. The importance of the topic is emphasized by the demand, which is confirmed by the growing number of scientific works and researches, the demanded demand for knowledge for the purpose of spiritual enlightenment and practical application in everyday life.

The article proves that the level of emotional intelligence is a serious component, which includes a set of behavioral, mental and sensory skills that can form awareness and understanding of personal feelings, feelings of others and that it is equally important to influence interaction between people. The construction of the emotional intelligence itself forms behavioral, emotional and mental elements, formed in the process of group sessions using the above methods of interaction. A necessary condition for successful professionalization is active, conscious self-regulation of the individual, which is expressed in the ability to manage their behavior and their activities, which characterizes the process of professional development and its orientation.

Key words: emotional intelligence, teenager, personality, professional self-determination, psychodiagnostics.

УДК 616.896-053.6-085.851

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.12>

Завязкіна Н.В.

д.психол.н.,
доцент кафедри психодіагностики
та клінічної психології
факультету психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Лисенко І.П.

д.психол.н.,
завідувач кафедри клінічної психології
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Полудень І.В.

магістр психології
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Підлітковий вік має особливе значення в становленні особистості людини, оскільки він є «перехідним» від дитинства до дорослості. Велика увага в цьому віці приділяється розумінню місця і ролі людини в соціумі. Саме на цьому етапі закладаються основи майбутнього професійного вибору, ставлення до своєї громадянської позиції, сім'ї, соціуму, навколишнього світу та ін. Проведене дослідження дає змогу розробити поради, спрямовані на визначення впливу пізнавального емоційного інтелекту підлітків старших класів із залученням програм, спрямованих на роз-

виток пізнавального емоційного інтелекту підлітків, рекомендацій для вчителів щодо використання різних форм урочної, позаурочної та позакласної діяльності підлітків.

Мета статті – емпірично дослідити роль емоційного інтелекту в професійному самовизначенні підлітків з урахуванням вікових та статевих відмінностей.

У період становлення особистості підлітка особливу роль мають професійні орієнтації старших підлітків, які сприяють самовияву, що суттєво позначається на їх соціалізації. Цей факт свідчить про важливість спрямованості

орієнтацій підлітка і його активності в їх реалізації. Над цієї темою працювали такі дослідники, як І. Зязюн, Е. Карпова, Н. Кічук, Н. Кузьміна, А. Ліненко, Л. Міщик, Г. Нагорна, Л. Хомич). Проблема професійного самовизначення розкривається в роботах Є. Климова, Є. Зеєра, М. Пряжиникова, Є. Головахи та ін. Процес професійного самовизначення розглядається з точки зору узгодження внутрішньоособистісних і соціально-професійних потреб, вибору кар'єри, саморозвитку, а також спрямований на формування практичного ставлення особистості до професії і саморозвитку.

Наразі помічені колосальні зміни в умовах, що стосуються інститутів освіти, якості навчання фахівців і рівня сформованості знань. Способи навчання в освітніх установах сприяють розвитку кар'єрних, ціннісних і духовних навичок у підлітків. Емоційний інтелект відіграє важливу роль у підготовці учнів до професійної орієнтації, яка спрямована на взаємодію з людьми [1; 2; 3; 4; 5].

Поняття «емоційний інтелект» введено П. Селовеєм і Дж. Мейером у 1990 році, з цього моменту багато вчених трактують його по-різному. За визначенням П. Селовея, Дж. Мейєра і Д. Гоулмана, під емоційним інтелектом розуміють групу ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточення (модель здібностей). Емоційний інтелект – це здатність ефективно розбиратися в емоційній сфері людського життя (розуміти емоції людей, використовувати емоції для вирішення завдань, пов'язаних із відносинами і мотивацією) [6].

Важливість емоційно-вольової регуляції у професійній діяльності підкреслюється багатьма вченими. Діяльність у багатьох професійних сферах має емоціогенний характер, супроводжується стресами, що зумовлено високою відповідальністю, інтенсивними міжособистісними відносинами. Тому дуже важливим показником ефективності роботи фахівця є емоційно-вольова регуляція. До професійно важливих якостей, які співвідносяться з емоційною сферою, зараховують емоційну врівноваженість, стриманість, емпатію, здатність повести за собою інших, активізувати їхню діяльність, знайти способи емоційно-вольових впливів, комунікативні здібності, здатність керувати емоціями в спілкуванні [1; 7].

Нині дослідження в галузі вивчення впливу емоційного інтелекту на людей, які представляють різні сфери діяльності, досить актуальні. Успішність же будь-якої сфери діяльності багато в чому визначається саме здатністю фахівця вступати в ефективні міжособистісні контакти з колегами і керівництвом, ураховуючи те, що будь-яка сфера діяльності так чи інакше супроводжується напруженими ситуаціями, пов'язаними з необхідністю емоційного реагування.

Рівень розвитку емоційного інтелекту впливає і на внутрішню регуляцію власних емоційних станів, які знаходять своє відображення і в діяльності людей, що показують успіхи в науковій (технічній) професійній діяльності. Інтенсивні міжособистісні контакти висувають високі вимоги до емоційної компетентності представників творчих і наукових професій [1; 8].

Дослідження вираженості рівня емоційного інтелекту в різних видах професійної діяльності ще не досить значні і розгорнуті, тому варто вивчити детально це питання. Порівняння рівня розвитку емоційного інтелекту професіоналів у своїй галузі, які навчаються за цим напрямом, покаже дійсний вплив емоційного фактора на вибір професії та досягнення високого рівня розвитку професіоналізму.

У наукових дослідженнях зроблена спроба розмежувати біологічні та соціальні підстави розвитку емоційного інтелекту. Біологічними передумовами є спадкові задатки емоційної здібності як ступеня успішності адаптації емоційного відгуку на стимул до обставин, правопівкульний тип мислення, екстраверсія тощо; соціальними – емоційна сфера, тобто інтерес до внутрішнього світу людини (у тому числі і до власного), схильність до психологічного аналізу поведінки, цінності, що приписуються емоційним переживанням. Факторами, що визначають розвиток емоційного інтелекту, називають особливості емоційності, когнітивні здібності, уявлення про емоції. Вона підкреслює, що рівень емоційного інтелекту залежить від віку, який значно зростає в період між раннім підлітковим віком (11–13 років) і ранньою дорослістю (20–40 років). Можна припустити, що недостатній рівень емоційного інтелекту може стати тим важелем, який «запускає» механізм віктимної поведінки осіб юнацького віку [1; 7; 9].

Згідно з висунутою метою дослідження використано такі психодіагностичні методики: профорієнтаційну тестову батарею «Магеллано Університет», методику Н. Холла на визначення рівня емоційного інтелекту, методику діагностики рівня рефлексивності А. Карпова.

Оскільки основна мета роботи – установлення впливу емоційного інтелекту на професійне самовизначення підлітків, ми скористалися кореляційним аналізом для того, щоб встановити кореляційні зв'язки шкал опитувальника діагностики емоційного інтелекту Холла зі шкалами опитувальником «Магеллано Університет».

Загальний обсяг вибірки склав 56 підлітків, із яких 36 дівчат та 20 хлопців (віком від 14 до 16 років) – учні 9–10-х класів однієї з київських шкіл за спеціальною міжнародною програмою, яка орієнтована на вступ у вищі навчальні заклади за кордоном та включає викладання майже всіх дисциплін англійською мовою.

Міжнародна програма передбачає обов'язкові професійне самовизначення учнів та вибір вищого навчального закладу наприкінці 9-го – початку 10-го класу.

У процесі емпіричного дослідження встановлено високі кореляційні зв'язки професійних інтересів із показниками емоційного інтелекту за такими шкалами: «Психологічний інтерес» позитивно корелював зі шкалами «Емоційна усвідомленість» (0.303*), «Управління емоціями інших» (0.270*) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (0.309*). «Техніко-механічний інтерес» негативно корелював зі шкалами «Самотивація» (-0.302*) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (-0.298*). «Соціальна робота» позитивно корелює зі шкалами «Управління емоціями інших» та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту»; «Юридичний інтерес» позитивно корелює зі шкалою «Управління своїми емоціями».

Серед чотирьох шкал найбільш привабливих видів діяльності за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено кореляційні зв'язки з такими показниками емоційного інтелекту: «Науково-технічний (культурний) інтерес» негативно корелював зі шкалами «Емоційна усвідомленість» (-0.345**), «Управління своїми емоціями» (-0.350**), «Самотивація» (-0.414**), «Управління емоціями інших» (-0.294**) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (-0.430**). «Соціально-психологічний інтерес» позитивно корелював зі шкалами «Емоційна усвідомленість» (0.310*), «Управління своїми емоціями» (0.307*), «Самотивація» (0.311*), «Управління емоціями інших» (0.379**) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (0.427**). Шкала «Спілкування» (найбільш привабливі види діяльності) позитивно корелювала зі шкалами «Управління своїми емоціями» (0.341*) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (0.2750*).

Серед шкал опитувальника діагностики емоційного інтелекту Холла найбільше кореляції зі здібностями та вмінням вирішувати проблеми встановлено за шкалою «Самотивація». Вона позитивно корелювала зі шкалами «Ставлення до проблем» (0.366**) та «Здатність взаємодіяти з іншими людьми» (0.391**). Шкала «Управління своїми емоціями» позитивно корелювала зі шкалами «Ставлення до проблем» (0.366**) та «Самовизначення» (0.274*).

Серед шкал мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено позитивну кореляцію Контролю тривоги зі шкалами «Управління своїми емоціями» (0.382**), та «Самотивація» (0.306*). Зі шкалою «Емоційна усвідомленість» негативно корелюють шкали «Ставлення до навчального процесу» (-0.321*) та «Концентрація уваги» (-0.306*). Аналіз і відбір інформації негативно корелює з «Управління емоціями інших»

(-0.274*), а «Відбір стратегій навчання» – зі шкалою «Самотивація» (-0.283*).

За допомогою перевірки гіпотез про середні встановлено, що за шкалами опитувальника діагностики емоційного інтелекту Холла дівчата мають достовірно вищий рівень емпатії, ніж хлопці, та достовірно вищий рівень управління емоціями інших ($p = 0.081$). За шкалами опитувальника «Магеллано Університет» встановлено серії відмінності між дівчатами та хлопцями за більшістю напрямів.

Серед шкал професійних інтересів опитувальника «Магеллано Університет» встановлено, що хлопці мають достовірно вищий рівень за шкалами «Гуманітарний», «Лінгвістико-туристичний», «Мистецтво», «Комерційний», «Адміністративний» та «Юридичний» професійні інтереси (рис. 1).

Щодо шкал мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що хлопці мають достовірно вищий рівень контролю тривоги (табл. 1).

Щодо шкал «Уміння вирішувати проблеми» за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що хлопці мають вищий рівень, ніж дівчата, за шкалою «Ставлення до проблем» (табл. 2).

Оскільки вибірка складалася з учнів двох рівнів за навчанням (9 класи (30 осіб) та 10 класи (26 осіб)), ми вирішили також встановити відмінності між цими групами.

За опитувальником діагностики емоційного інтелекту Холла не встановлено відмінностей між 9 та 10 класами.

Серед шкал професійних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9 класи мають вищий рівень за шкалою «Екологія» (табл. 3).

Серед шкал найбільш привабливих видів діяльності встановлено, що 9 класи мають достовірно вищий рівень за шкалою «У природних умовах» (табл. 4).

Щодо шкали культурних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9 класи мають вищий рівень за шкалою «Гуманітарно-літературний інтерес» (табл. 5).

Щодо шкал мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9-ті класи мають вищий рівень, ніж 10-ті класи, за шкалами «Аналіз і відбір інформації», «Самоконтроль навчання», «Виділення головних ідей» (табл. 6).

Серед шкали «Уміння вирішувати проблеми» за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9-ті класи мають вищий рівень за шкалою «Здатність сприймати критику і зауваження» (табл. 7)

Рівень емоційного інтелекту є серйозним компонентом, що містить сумарність поведінкових, розумових і чуттєвих навичок, здатних

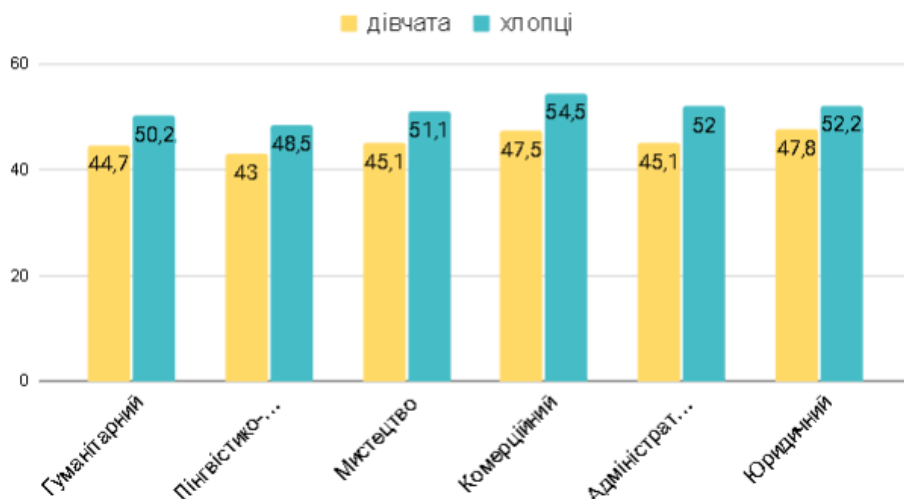


Рис. 1. Розподіл професійних інтересів між дівчатами та хлопцями

Таблиця 1

Відмінності в групах хлопців та дівчат за шкалами мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Контроль тривоги	t-критерій Стьюдента	2.17	54.0	0.017	хлопці > дівчата
Мотивація до навчання	t-критерій Стьюдента	1.55	54.0	0.064	хлопці > дівчата
Виділення головних ідей	U критерій Манна-Уїтні	267	54.0	0.056	хлопці > дівчата

Таблиця 2

Відмінності в групах хлопців та дівчат за шкалами вміння вирішувати проблеми за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Ставлення до проблем	t-критерій Стьюдента	2.63	54.0	0.005	хлопці > дівчата

Таблиця 3

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами професійних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Екологія	t-критерій Стьюдента	2.24	54.0	0.015	9 класи > 10 класи

Таблиця 4

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами найбільш привабливих видів діяльності за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
У природних умовах	t-критерій Уелча	2.13	51.8	0.019	9 класи > 10 класи

Таблиця 5

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами культурних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Гуманітарно-літературний	U критерій Манна-Уїтні	244	0.008	9 класи > 10 класи

Таблиця 6

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Аналіз і відбір інформації	t-критерій Стьюдента	2.04	54.0	0.023	9 класи > 10 класи
Самоконтроль навчання	t-критерій Стьюдента	1.73	54.0	0.044	9 класи > 10 класи
Виділення головних ідей	t-критерій Стьюдента	2.35	54.0	0.011	9 класи > 10 класи

Таблиця 7

Відмінності в групах 9-х і 10-х класів за шкалами «Вміння вирішувати проблеми» за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Здатність сприймати критику і зауваження	t-критерій Стьюдента	1.83	54.0	0.036	9 класи > 10 класи

сформувані усвідомлення і розуміння особистих почуттів, почуттів інших і, що не менш важливо, вплинути на взаємодію між людьми. Конструкція самого емоційного інтелекту утворює поведінкові, емоційні і розумові елементи, що формуються в процесі групових сесій із застосуванням перерахованих вище способів взаємодії.

Необхідною умовою успішної професіоналізації є активна свідома саморегуляція особистості, яка виражається в умінні управляти своєю поведінкою і своєю діяльністю, що характеризує процес професійного становлення і його спрямованість. У теоретичній частині нашого дослідження ми, спираючись на авторитетні джерела, виявили сутність проблеми психологічної готовності студентів, її структурні компоненти, специфічні особливості розвитку особистості підлітків у процесі професійного самовизначення. Завдяки проведеному дослідженню вдалося зазначити етапи цього процесу, визначити мотиви, цілі й особливості спрямованості розвитку підлітка в процесі професійного розвитку, наголосити на вікових та статевих розбіжностях, а також підкреслити роль розвитку емоційного інтелекту та його впливу на професійне самовизначення підлітка.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексеєнко Т.Ф. Виховання соціально-значущих якостей підростаючої особистості: метод. посіб. / за ред. Т.Ф. Алексеєнко. Ніжин : ПП Лисенко, 2015. 192 с.
2. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітка. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. 340 с.
3. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць / за ред. С.Д. Максименка. Київ : інст. псих. ім. Г.С. Костюка АПН України, 2008. 365 с.
4. Дальто Ф. На стороні підлітка. Санкт-Петербург, 2016. 424 с.
5. Джун Ван. Психологічні особливості самосприйняття як фактор соціалізації підлітків : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Укр. держ. пед. ун-т ім. К.Д.Ушинського. Одеса, 2009. 19 с.
6. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Москва : АСТ, 2008. 478 с.
7. Анопрієнко О.В. Сім'я як чинник виникнення психоемоційних порушень підлітків. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Серія 12. 2012. Вип. 37. С. 171–174.
8. Боришевський М.Й. Особистість у вимірах самосвідомості: монографія. Київ : Еллада, 2012. 608 с.
9. Вовчик-Блакитна О.О. Індивідуальні особливості емоційного розвитку дитини: стратегії педагогічного супроводу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 4. С. 1–3.