

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-322-7-8>

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

Зарицька В. В.

*доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри практичної психології
Класичного приватного університету
м. Запоріжжя, Україна*

Проблема розвитку особистості одна із найважливіших в психології, бо змінюються форми і методи навчання, зміст освітнього процесу, навчальні програми у закладах вищої освіти, але завжди стоїть завдання входження людини у суспільство після завершення навчання. Під час кардинальних змін у суспільстві проблема особистості як суб'єкта власного життя виходить на перший план. Процес вибору життєвого шляху стає дуже складним, а для молоді, яка не готова правильно реагувати на навколишній події, керувати, своїми емоціями, оцінювати свій особистісний потенціал, не готова долати труднощі стає проблемою, яку вони не здатні розв'язати, що часто призводить певних проблем у житті. Це не дивно, бо соціальні зміни, які здійснюються у суспільстві більш доступні спогляданню, ніж процеси, які відбуваються у внутрішньому стані індивіда.

Подальший перебіг суспільних трансформацій значною, вирішальною мірою визначається, з одного боку, тим, наскільки кожний індивід як особистість адаптується у нових умовах середовища, а з іншого – наскільки він глибоко і адекватно здійснює самооцінку і як це впливає на міру його життєдіяльності, самопочутті, життєвої активності. Під впливом, у даному випадку, розуміється процес і результат зміни індивідом поведінки, установок, намірів, оцінок, уявлень та інших психічних станів і процесів при взаємодії з іншими людьми у різних життєвих ситуаціях та професійній підготовці.

Психологічний вплив оточуючого середовища багато в чому обумовлює характер спілкування і діяльності, процеси адаптації, засоби і методи життєвизначеності особистості, спричинені особливостями

емоційного сприймання цього впливу та здатністю індивіда адекватно реагувати на нього завдяки умінню керувати власними емоціями.

Практика показує, що найбільших успіхів у житті досягають ті люди, які здатні у критичні моменти не піддаватися як негативним так і позитивним емоціям, тобто люди, які здатні керувати своїми емоціями. Якщо молода людина наділена такою здатністю, то вона розсудливо себе веде у будь-якій емоційно напруженій ситуації, тобто емоційно розумно діє у кожному конкретному випадку.

У зв'язку з цим, останнім часом зростає зацікавленість проблемою співвідношення емоцій і розуму, їх взаємодії і взаємовпливу. Хороші розумові здібності, високі показники IQ ще не є гарантією успішності людини у житті та у кар'єрному зростанні, бо високий рівень інтелекту є важливою умовою самореалізації особистості у житті, але недостатньою, бо не менше значення має здатність будувати позитивні стосунки з іншими людьми, враховуючи їх внутрішній стан, особливості його прояву в емоціях, переживаннях, уміння протистояти стресам і залишатися оптимістом.

Сучасні роботодавці все більше схильні брати на роботу тих фахівців, які швидко орієнтуються в життєвих ситуаціях, професійних проблемах, здатні проявляти активність, брати ініціативу в свої руки, оптимістично налаштовані на можливості досягати успіху, сміливо і виважено підходять до планування і здійснення роботи, здатні довести справу до логічного завершення, перебудовуватись, якщо того вимагає справа.

Проблема розвитку емоційної сфери людини, її відкритості у своїх емоційних переживаннях, пов'язуючи її можливості з гармонійною взаємодією серця і розуму, афекту та інтелекту сьогодні особливо на часі. Відрив інтелектуальної сторони нашої свідомості від емоційної та вольової сторони є одним із головних і корінних недоліків усієї традиційної психології.

Усвідомлення власної індивідуальності людиною є не що інше як усвідомлення власних емоційних реакцій і станів, які вказують на індивідуальне ставлення до того, що відбувається.

У сучасному суспільстві проблема розуміння і прояву емоцій стоїть досить гостро, оскільки в ній штучно насаджується культ раціонального ставлення до життя як еталону, в якому немає місця емоціям. Відомо, що заборона емоцій веде до їх витіснення із свідомості людини. В свою чергу, неможливість психологічної переробки емоцій сприяє розростанню їх фізіологічного компоненту, що призводить до неврозів.

Феномен «емоційний інтелект» стає все більш популярним у науковому і бізнесовому світі. Різні тлумачення аспектів цього поняття мали

місце в усі часи при вивченні проблеми емоційної культури людини, суспільства.

Емоційний інтелект це здатність особистості розпізнавати, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших і використовувати ці здатності для досягнення життєво важливих цілей [1]. Це визначення найбільш повно відображає сутність поняття «емоційний інтелект», розкриває шляхи його розвитку і значущість для життєдіяльності людини .

Процес розвитку емоційного інтелекту має свої особливості у кожному віковий період життя, проте основні структурні елементи емоційного інтелекту починають розвиватися у молодшому шкільному віці, а з віком у дитини не зникають, а удосконалюються упродовж всього шкільного навчання, і особливого значення набувають у процесі професійної підготовки.

Розвиток емоційного інтелекту у студентський період не просто важливий і бажаний, для цього є об'єктивні передумови [2].

В останнє десятиліття значно вдосконалився інструментарій вивчення емоцій завдяки розробці інноваційних методів дослідження їх енергетичних аспектів, впровадженню методів резонансної томографії мозку. Існує відповідний інструментарій, який дозволяє досліджувати і розпізнавати переживання певних почуттів людиною, її уявлень, мрій; визначати наскільки ці почуття викликають сльозу, гнів або радість. Це розуміння нейрофізіологічних механізмів функціонування емоцій дає можливість сконцентрувати увагу на виявленні нових засобів для подолання емоційних криз людини чи всього людства. Останнім часом місце почуттів у ментальному житті людини значно переменшувалося вченими, залишаючи емоції значною мірою «недослідженим компонентом» у науковій психології. Нині психологія має змогу досить авторитетно відповісти на складні запитання щодо появи емоцій та можливих форм їх свідомого регулювання [2].

У вітчизняній психології уже існують певні теоретичні традиції вивчення складної детермінації психічної діяльності людини, на які можуть спиратися подальші дослідження з проблеми емоційного інтелекту. Не дивлячись на те, що, як і кожна особливість людини, емоційний інтелект у певній мірі передбачений генетично і основа для повного використання потенціалу закладається у дитинстві, значна кількість необхідних якостей може бути розвинена у людини.

Особливу важливість і актуальність розвиток емоційної сфери набуває вже у молодшому шкільному віці, оскільки саме в цей період відбувається активне емоційне становлення особистості до себе та до інших, удосконалення самосвідомості, здатність до рефлексії і децентралізації.

Цілеспрямований розвиток емоційного інтелекту доцільний зі старшими підлітками та юнацтвом, які відрізняються високою сенситивністю і гнучкістю усіх психічних процесів, а також глибоким інтересом до сфери свого внутрішнього світу. Юність представляє собою бурхливий період у розвитку особистості [1]. Вийшовши з дитинства і ще не ставши дорослим, молода людина стикається з багатьма проблемами. Першочерговим завданням цього періоду є досягнення певного розумового та емоційного розвитку, що дає юнакові нові відчуття, формує нові установки; утверджується власна ідентичність, виходячи із самосприйняття та взаємостосунків з іншими людьми і вимогами культури.

Ефективність розвитку емоційного інтелекту залежить не тільки від наявності об'єктивних факторів, а й від створення психологічних умов в освітньому закладі, наявності методичного забезпечення, готовності учасників освітньо-виховного процесу до здійснення цієї роботи [1].

Література

1. Зарицька В.В. «Емоційний інтелект: актуальність проблеми». *Вісник ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Психологія*. Харків : ХНПУ, 2008. Вип. 24. 192 с. С. 56–65.
2. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. «Емоційна розумність» як детермінанта успішної життєдіяльності людини і шляхи її операціоналізації. *Вісник Дніпропетровського ун-ту. Педагогіка і психологія*, 2000. Вип. 6. С. 3–7.