

Міністерство освіти і науки України
Національний університет «Києво-Могилянська академія»
Факультет соціальних наук і соціальних технологій
кафедра психології та педагогіки

Кваліфікаційна робота

Освітній ступінь - бакалавр

на тему: **«Емоційний інтелект як чинник розвитку професійного
самовизначення майбутнього психолога»**

Виконала студентка 4 року навчання
спеціальності 053 Психологія,
Субоч Єлизавета Михайлівна

Науковий керівник –

Чернобровкін В. М.

доктор психологічних наук, професор

Рецензент _____

Кваліфікаційна робота захищена
з оцінкою

Секретар ЕК

«_____» _____ 2020 р.

Київ - 2020

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА.....	7
1.1. Дослідження проблематики емоційного інтелекту в психології	7
1.2. Теоретичні основи дослідження професійного самовизначення	18
1.3. Взаємозв'язок емоційного інтелекту і професійного самовизначення майбутніх психологів.....	27
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1	30
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА.....	32
2.1. Організація та методи дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту майбутніх психологів та їх професійного самовизначення.....	32
2.2. Аналіз та інтерпретація даних, отриманих у результаті дослідження.....	36
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	45
РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО	

ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА	47
3.1 Теоретичні основи розробки програми розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів в умовах навчання у ЗВО.....	47
3.2. Тренінг розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів.....	51
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 3	54
ВИСНОВКИ.....	55
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	57
ДОДАТКИ.....	63

ВСТУП

Актуальність дослідження. Наразі наше суспільство дуже гостро переживає потребу у великій кількості компетентних психологів. Життя в умовах пандемії, наближення світової економічної кризи, безробіття, невизначеність майбутнього, тривала війна на сході України, непросте політичне становище всередині країни висувають запити у якісних психологічних послугах.

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.

Важливою з практичної точки зору є проблема емоційного інтелекту у контексті розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Проблема емоційного інтелекту у процесі розвитку професійного самовизначення, на нашу думку, є недостатньо дослідженою в психології. Проте, окремо явища емоційного інтелекту і професійного самовизначення вивчалися досить плідно. Теоретичні основи категорії емоційного інтелекту змістовно розроблялися як зарубіжними (І. М. Андрєєва, Д. В. Люсин, Дж. Майєр, П. Саловей, Д. Карузо, Р. Барон, Р. Робертс, Е. Ферхнем, Г. Гарднер, Д. Гоулман, К. В. Петрідес, Г. Г. Гарскова), так і українськими дослідниками (Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига, Є. О. Іванова, К. Р. Маннапова, Ж. П. Вірна, К. І. Брагіна, І. В. Опанасюк).

Професійним самовизначенням, як процесом прийняття рішення щодо майбутньої професії на основі зіставлення власних нахилів і здібностей із

актуальними на момент вибору потребами суспільства, активно займалися В. І. Сафін, Г. П. Ніков, І. В. Кузнєцова, В. В. Чебишева, К. А. Альбуханова-Славська, Л. І. Божович, І. С. Кон, А. К. Маркова, Є. О. Клімов, К. М. Гуревич, П. А. Шавір, Т. В. Кудрявцев, А. В. Сухарьов.

Отже, актуальність та недостатня вивченість даної проблеми й зумовили вибір теми бакалаврського дослідження: «Емоційний інтелект як чинник розвитку професійного самовизначення майбутнього психолога».

Об'єктом дослідження є емоційний інтелект майбутніх психологів.

Предметом дослідження є особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту і розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв'язок емоційного інтелекту і професійного самовизначення майбутніх психологів та розробити програму розвитку емоційного інтелекту для студентів - психологів.

Гіпотезу дослідження склали припущення про те, що існує взаємозв'язок між рівнем емоційного інтелекту і розвитком професійного самовизначення майбутніх психологів.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз психологічних теорій з проблеми емоційного інтелекту і професійного самовизначення.
2. Емпірично дослідити взаємозв'язок емоційного інтелекту і професійного самовизначення майбутніх психологів.
3. Здійснити порівняльний аналіз показників інтегрального емоційного інтелекту у майбутніх психологів, орієнтованих на різні сфери діяльності.
4. Розробити програму розвитку емоційного інтелекту студентів - психологів.

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні понять «емоційний інтелект» та «професійне самовизначення», в доповненні відомостей про зв'язок емоційного інтелекту з професійним самовизначенням майбутніх психологів.

Практичне значення. Отримані результати дослідження та надані рекомендації можуть бути використані психологами закладів вищої освіти з метою визначення рівня емоційного інтелекту майбутніх психологів та вдосконалення їх емоційної компетентності.

Методи наукового дослідження: теоретичний аналіз психологічної літератури, стандартизовані психодіагностичні методики: опитувальник емоційного інтелекту Д. В. Люсина «ЕmІn», методики Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», «Професійне самовдосконалення», а також спостереження і бесіда.

База проведення дослідницько - експериментальної роботи: Національний університет «Києво-Могилянська академія», Національний авіаційний університет, Київський національний університет імені Тараса Шевченка.

Структура та обсяг дипломної роботи: дипломна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (56 найменувань), додатків (3) . Загальний обсяг дипломної роботи викладено на 69 сторінках, основний зміст — 56 сторінок .

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

1.1 Дослідження проблематики емоційного інтелекту в психології

Розуміння проблеми емоційного інтелекту, на нашу думку, передбачає теоретичний розгляд двох фундаментальних для нашого дослідження понять: інтелекту та емоцій.

Великий психологічний словник за редакцією Б. Г. Мещерякова і В. П. Зінченко дає такі визначення інтелекту:

Інтелект (англ. Intelligence; від лат. Intellectus - розуміння, пізнання) — 1. загальна здібність до пізнання та вирішення проблем, яка визначає успішність будь-якої діяльності та лежить в основі інших здібностей;

2. система всіх когнітивних здібностей індивіда;

Поняття інтелекту як загальної розумової здібності людини почасти використовують у якості узагальнення поведінкових характеристик, пов'язаних з успішною адаптацією до нових життєвих завдань [6] .

Р. Стернберг виділяв 3 форми інтелектуальної поведінки:

1. Вербальний інтелект. До нього входять словниковий запас, ерудиція, вміння розуміти прочитане;

2. Здатність вирішувати проблеми;

3. Практичний інтелект — уміння досягати поставлені цілі і т.п. [6].

На початку XX століття інтелект розглядався, як досягнутий рівень психічного розвитку, характерний для певного віку, який проявляється в сформованості когнітивних функцій, а також у ступені засвоєння розумових

умінь і знань. У наш час загально прийнятим є диспозиційне трактування інтелекту як психічної властивості, яка полягає у схильності раціонально діяти в умовах нової ситуації [6] .

Емоції (від лат. *Emovere* — хвилювати, збуджувати) — це специфічний клас психічних процесів і станів, пов'язаних із інстинктами, мотивами, потребами, що відображають у формі безпосереднього переживання (наприклад, радості) значимість явищ і ситуацій, що впливають на індивіда, для здійснення його життєдіяльності. Емоціями супроводжуються практично усі види активності, вони виступають одним із головних механізмів внутрішньої регуляції психічної діяльності і поведінки, спрямованих на задоволення актуальних потреб [6].

Таким чином, емоційний інтелект, який поєднує розглянуті нами вище поняття, передбачає здатність вирішувати проблеми та досягати успіху у будь-якій діяльності, використовуючи емоції.

Призначенням емоцій є відповідь на зовнішні зміни або зміни внутрішнього сприйняття відносин між людиною і навколишнім світом. Як відомо, емоції впливають на мислення і можуть на нього впливати, так, настрій людини може змінити хід її думок. Людина спроможна навчитися усвідомлювати і керувати своїми емоціями, що є основою емоційного інтелекту. [33, с.82]. Емоції, які є усвідомленими і реалізованими, сприяють розвитку особистості і розкриттю її потенціалу.

К. Е. Ізард виділяв десять базових емоцій, які утворюють емоційну систему людини, серед них: радість, сум, гнів, відраза, презирство, страх, сором, провина, подив, цікавість. Усі базові емоції виникли в результаті еволюційно-біологічних процесів, вони сприяють адаптації людини та проявляють себе за допомогою виразної специфічної конфігурації м'язових рухів обличчя або міміки [21; 22]. Кожна базова емоція має під собою природну основу виникнення, і існують загальні для усіх людей причини емоцій, вони не

залежать від культурних та соціально-економічних умов життя, національності або рівня освіти [23].

1. Радість — емоція, яка виникає внаслідок задоволення потреб, бажань, досягнення цілей або передбачення задоволення якогось бажання [23].
2. Сум — емоція, яка виникає внаслідок втрати чогось, що є для людини значимим: втрати безпосереднього психологічного контакту із психологічно значимою людиною, втрати перспективи у досягненні бажаної мети і т. д. [23].
3. Гнів — емоція, яка виникає як реакція на біль, фрустрацію або як реакція на дії та вчинки інших людей, що розцінюються як неправильні або несправедливі [21; 22]
4. Відраза — емоція, що виникає у зв'язку з неприйняттям, відторгненням чого-небудь. Відраза спочатку виникає лише щодо зіпсованої їжі, однак у наслідок дорослішання та соціалізації, людина навчається відчувати відразу до найрізноманітніших об'єктів зовнішнього середовища та іноді до самої себе [21; 22].
5. Презирство — відраза соціального забарвлення у напрямку людини, яка вчинила недостойний вчинок [23]. Ситуації, які активують гнів, одночасно активують емоції відрази та презирства. Комбінація цих трьох емоцій у психології розглядається як триада ворожості [21; 22].
6. Страх — емоція, яка втілює захисну реакцію людини на переживання нею реальної або уявної загрози для її здоров'я та благополуччя [23].
7. Інтерес — емоція, пов'язана з переживанням новизни певного об'єкта [21; 22].
8. Збентеження — емоція, що виникає в ситуації соціальної взаємодії, вона приймає форму швидкоплинного почуття та невідповідності потребам конкретної ситуації [21; 22].

9. Сором — емоція, пов'язана з усвідомленням власного невміння, непридатності або неадекватності в умовах певної ситуації або виконання певного завдання. Сором почасти супроводжується негативним переживанням тривоги і хвилювання [21; 22].

10. Провина — емоція, яка виникає у результаті здійснення дії, яка суперечить моральним, етичним та релігійним нормам [21; 22].

Збентеження, сором і провина мають загальну психологічну характеристику і пов'язуються з оцінкою свого «Я» і з ситуацією невідповідності цієї оцінки нормам: у випадку сорому та збентеження — невідповідності зовнішнім соціальним нормам, у випадку провини — невідповідності внутрішнім морально - етичним нормам [7].

Проблема співвідношення інтелектуального і емоційного активно розглядалася на теренах радянського простору у роботах Л. С. Виготського та С. Л. Рубінштейна [12; 46; 47]. Видатний психолог Л. С. Виготський виділяв проблему єдності афекту та інтелекту серед основних питань психології, розглядаючи її як основу теорії психічного розвитку особистості. Він критикував спроби розглядати мислення ізольовано від сфери емоцій і наполягав на динамічному взаємозв'язку афекту і інтелекту та їх взаємовпливі на всіх етапах психічного розвитку [12]. Наступного висвітлення проблема єдності афекту і інтелекту набула у працях С. Л. Рубінштейна, який підтримував і розвивав ідеї Виготського. Ідея про взаємозв'язок інтелектуальної і емоційної сфери нині простежується в основі усіх сучасних моделей емоційного інтелекту.

Передумовою виникнення поняття емоційного інтелекту в психології прийнято вважати роботи американського психолога Г. Гарднера, який висунув концепцію множинності проявів інтелекту і підкреслював взаємопов'язаність усіх форм інтелекту. У структурі інтелекту Гарднер окремо виділяв внутрішньоособистісний — інтерперсональний та міжособистісний —

інтраперсональний інтелект, складовою яких виступають емоційні здібності [55]. Внутрішньоособистісний інтелект він розглядав як ключ до самопізнання, розуміння власних емоцій, а також їх причин з метою регуляції поведінки, а міжособистісний — як здатність розуміти інших людей та їх емоції і на основі цього вибудовувати ефективну взаємодію. Таким чином, внутрішньоособистісний інтелект спрямований на власні емоції, а міжособистісний - на емоції інших людей.

Власне поняття «емоційний інтелект» є відносно новим в психології і увійшло у науковий обіг у 1990р. завдяки працям американських дослідників Дж. Майєра та С. Саловея, які вперше вжили цей термін і розпочали дослідницьку діяльність пов'язану з його вивченням. Учені розглядали емоційний інтелект як підструктуру соціального інтелекту, представлену сукупністю когнітивних здібностей, спрямованих на ідентифікацію, розуміння і управління емоціями, і трактували його як здатність людини визначати емоції, інтерпретувати їх значення, а також використовувати їх продуктивно для оптимального мислення і вирішення проблем [56].

Запропонована вченими у 1990 році структура емоційного інтелекту включала такі компоненти як ідентифікація та вираження емоцій (власних та інших людей), регуляція емоцій (власних та інших людей), використання емоцій у мисленні та діяльності. Дж. Майєр і С. Саловей, як і Г. Гарднер, зазначали про два види емоційного інтелекту — внутрішньоособистісний і міжособистісний, що означало спрямованість емоційного інтелекту на власні і чужі переживання [2; 4]. Введення поняття емоційного інтелекту у психологічний тезаурус сприяло інтенсивному зростанню кількості наукових досліджень, спрямованих на вивчення цього феномену.

Дж. Майєр виділяє 5 етапів становлення терміну емоційного інтелекту:

- 1) у 1900-1969 рр. здійснювалося дослідження емоцій та інтелекту;

2) у 1970-1989 рр. увага зосереджувалася на взаємовпливі когнітивних та емоційних процесів;

3) у період 1990-1993 рр. емоційний інтелект було визначено як предмет психологічних досліджень;

4) у 1994-1997 рр. концепт було затверджено;

5) з 1998 року і до сьогодні відбувається роз'яснення сутності феномену [2; 3].

Теоретичний аналіз наукової літератури дозволяє виділити дві моделі емоційного інтелекту, які представлено у сучасних роботах:

1. Модель здібностей, побудована на ідеї перетину пізнання і емоцій, до якої належить теорія емоційної інтелекту П. Саловея, Дж. Майєра та Д. Карузо;

2. Змішана модель інтелекту, яка наголошує на поєднанні інтелектуальних, емоційних і особистісних властивостей індивіда. До неї відносять теорію емоційної компетентності Д. Гоулмана, некогнітивну модель емоційного інтелекту Р. Бар - Она, диспозиційну модель емоційного інтелекту К. В. Петрідеса та Е. Фернхема, двокомпонентну теорію емоційного інтелекту Д. В. Люсіна, синтетичну теорію емоційного інтелекту І. М. Андрєєвої, інформаційно-перероблювану модель емоційного інтелекту Е. Л. Носенко [38].

У межах моделі здібностей емоційний інтелект, передусім, розглядається як здатність переробляти інформацію, що міститься в емоціях. Представники цієї моделі є Дж. Майєр, П. Саловей та Д. Карузо розглядають емоційний інтелект як групу ментальних здібностей, спрямованих на усвідомлення, розуміння емоцій та їх регулювання. Запропонована дослідниками у 1990 році модель емоційного інтелекту була доопрацьована у 2000 році. Її вдосконалений варіант включає 4 компоненти, які мають спрямованість як на власні, так і на чужі емоції, серед них такі:

1. Емоційне сприйняття — здатність до емоційного ідентифікування за пантомімічною і лицевою експресією, вокалізацією.
2. Емоційна інтеграція — використання емоцій у підвищенні ефективності мислення і діяльності, управління плануванням.
3. Емоційне розуміння — здатність розуміти комплекси емоцій, зв'язок між ними, їх причини, переходи від однієї до іншої, вербальну інформацію емоцій.
4. Емоційне управління — контроль емоцій, зниження інтенсивності негативних емоцій, усвідомлення власних, вирішення емоційних проблем без придушення негативних емоцій [4, с.54].

У рамках цієї моделі емоційний інтелект визначається набором ієрархічно організованих навичок, безпосередньо пов'язаних з переробкою інформації. Ця ієрархічна структура базується на таких міркуваннях: вміння розпізнавати і виражати емоції — перша група, є необхідною основою для викликання емоцій з метою вирішення певних завдань — друга група. Маючи процедурний характер, ці два вміння є основою декларативної здатності до розуміння подій, що передують емоціям і йдуть за ними — третя група. Усі ці здібності є необхідними для внутрішньої регуляції власних емоцій і для успішних дій, спрямованих на зовнішнє середовище, що призводять до управління як власними, так і чужими емоціями — четверта група [18].

Згідно з моделлю здібностей, людина є господарем власних емоцій, усвідомлює свої емоції і володіє ними. На нашу думку, це одна з найбільш переконливих моделей емоційного інтелекту, адже як зазначає Г. М. Бреслав, у ній виділено дві соціальні функції — регуляторно - експерсивну та регуляторно - емпатійну, а також два види саморегуляції на рівні пізнання і мотивації поведінки [7].

Концепції емоційного інтелекту, які відносять до змішаної моделі, розглядають поняття як складний психологічний феномен, який поєднує когнітивні здібності з мотиваційними та особистісними якостями особистості.

У своїй теорії емоційної компетентності, яка входить до зазначеної вище моделі, Д. Гоулман представляє 4-компонентну структуру, до якої входять такі складові: самосвідомість, самоконтроль, соціальні навички і управління стосунками [14]. Слід зауважити, що ця структура диференціюється стосовно різних категорій людей.

Важливим у історії становлення емоційного інтелекту, як психологічної категорії, є 1985 рік, коли Р. Бар-Он ввів поняття «коефіцієнту емоційності» (англ. EQ — emotinal quotient, за аналогом IQ), за допомогою якого запропонував вимірювати емоційний інтелект.

У рамках авторської некогнітивної моделі емоційного інтелекту Р. Бар-Он описує категорію як сукупність взаємно пов'язаних емоційних і соціальних компетенцій, які визначають як ефективні люди розуміють і виражають себе, взаємодіють з іншими і регулюють повсякденні проблеми і потреби [10].

На думку вчених К.В. Петрідеса та Е. Фернхема, існують певні особистісні риси, які є безпосередньо пов'язаними з емоційним інтелектом особистості. Серед них вони виділяють адаптивність, асертивність, усвідомлення власних емоцій та емоцій інших людей, емоційну експресію, емоційну саморегуляцію та регулювання емоцій інших людей, низьку імпульсивність, стосунки з іншими людьми, самооцінку, самомотивацію, соціальну обізнаність, управління стресом, емпатію, оптимізм, щастя як особистісну рису. У межах цього підходу емоційний інтелект трактується як здатність до обробки емоційної інформації і як особистісну рису — «емоційну самоефективність» [4, с. 60].

До змішаних моделей належить також двокомпонентна теорія емоційного інтелекту Д. В. Люсіна. У рамках цієї моделі Д. В. Люсин розглядає емоційний інтелект як здатність розуміти свої емоції та емоції інших людей, а також

управляти ними. Його структура емоційного інтелекту складається з двох компонентів: внутрішньоособистісного та міжособистісного. Згідно з Д.В.Люсиним, на емоційний інтелект здійснюють вплив такі фактори, як когнітивні здібності — швидкість і точність переробки отриманої шляхом емоцій інформації, особливості емоційності — емоційна чутливість і емоційна стійкість і уявлення про емоції, як ті, що мають цінність і є важливим джерелом інформації про себе та інших [10; 34].

Українські дослідниці Е. Л. Носенко та Н. В. Коврига розглядають поняття емоційного інтелекту у рамках спільної концепції емоційної розумності, як форму виявлення позитивної позиції людини щодо світу, щодо інших і щодо себе [39]. Цікавими для нашого дослідження є посилання у монографії на дані про статистично значущі зв'язки показників емоційного інтелекту із складовими частинами «Великої П'ятірки»: додатного кореляційного зв'язку з доброзичливістю, екстраверсією, відкритістю новому досвіду і сумлінністю та від'ємного зв'язку з нейротизмом. На основі цих статистичних даних вони виділили внутрішні (онтологічні та феноменологічні) та зовнішні (ті, що доступні сенсорному сприйманню) компоненти емоційного інтелекту [39, с. 74-85]. У якості онтологічних компонентів емоційного інтелекту розглядаються чотири з п'яти факторів особистості — емоційна стійкість, сумлінність, відкритість до досвіду, доброзичливість у спілкуванні. У якості феноменологічних компонентів емоційного інтелекту поряд з уявленнями про устрій речей у світі, вони розглядають цінності, настанови, ідеали і особистий досвід людини, що відображається у навичках до самоконтролю, пластичності при спілкуванні, почутті психологічного благополуччя, самооцінці, виборі копінг — стратегій [39]. У якості зовнішніх аспектів вони розглядають перебіг емоційного процесу — і якісні, і кількісні його характеристики, такі, як інтенсивність, частота виникнення емоційних процесів, знак основної емоції, що супроводжує емоційний процес; модальність емоційного процесу,

конгруентність або неконгруентність модальності емоційного процесу ситуаційним подразникам [39].

Докладніше розглянемо трактування поняття емоційного інтелекту в українській психології. Дана категорія активно досліджувалася у науковій діяльності таких українських дослідників, як Є. О. Іванова, К. Р. Маннапова, Ж. П. Вірна, К. І. Брагіна, І. В. Опанасюк та ін. [38].

Є. О. Іванова розглядає емоційний інтелект як здатність спостерігати власні емоції та емоції інших людей, диференціювати їх і використовувати отриману інформацію для вирішення проблем і регуляції поведінки [38].

К. Р. Маннапова визначає емоційний інтелект як групу ментальних здібностей особистості, які допомагають усвідомлювати та розуміти власні та чужі емоції [38].

Ж. П. Вірна і К. Р. Брагіна розглядають емоційний інтелект як внутрішній регулятор поведінкової діяльності людини і показник професійної стійкості [38].

І. В. Опанасюк визначає емоційний інтелект як пізнавальну спроможність людини, яка є здатністю виявляти ті емоційні складники об'єктів, способи їх використання, а також впливу на них, які сприяють вирішенню емоційно забарвлених проблем, розв'язування задач на основі розуміння власних емоційних переживань та емоційних процесів і станів інших людей - когнітивна та предикативна емпатія, як факторів мотивації та безпосередніх спонук вчинків, поведінки, а також як психологічний феномен, який має власну структуру та функції і загалом є комплексом розумових спроможностей, які забезпечують розуміння суб'єктом своїх емоційних переживань та емоційних процесів і станів інших людей, а отже управління цими процесами та поведінкою [38].

Таким чином, емоційний інтелект серед українських дослідників розглядається як психологічний феномен, здібність, сукупність здібностей, група ментальних здібностей, здатність, регулятор тощо.

Ми визначили, що емоційний інтелект більшістю дослідників визначається як сукупність ментальних здібностей особистості до розуміння власних емоцій і емоцій інших людей, а також керування емоційною сферою.

Вчені також виділяють чинники, які визначають рівень емоційного інтелекту, серед них біологічні (рівень ЕІ батьків, властивості темпераменту, правопівкульний тип мислення) та соціальні (рівень розвитку самосвідомості, синтонія, сімейний прибуток та рівень освіти батьків, релігійність, емоційно благополучні стосунки між батьками, зовнішній локус контролю, андрогінність, гендерні особливості виховання) передумови. [3].

Однак, дослідниця Г. Г. Гарскова зазначає, що емоційний інтелект можливо і потрібно розвивати [13].

Аналіз різноманітних авторських концепцій емоційного інтелекту дозволяє стверджувати, що окремі його структурні компоненти пов'язані з певною групою здібностей: сприйняття емоцій та їх розуміння — з когнітивними здібностями, здатність до управління емоціями — з емоційними здібностями, управління емоціями в стресових ситуаціях і самомотивація — з адаптаційними здібностями, соціальна емпатія і управління чужими емоціями — із соціальними здібностями особистості [50].

Ми визначили, що емоційний інтелект є інтегративною характеристикою особистості, зумовленою, передусім, динамічною єдністю афекту та інтелекту. Ця характеристика опосередкована взаємодією когнітивних, емоційних і мотиваційних властивостей і спрямована на розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, вона забезпечує управління емоційним станом і сприяє самопізнанню і самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду.

Отже, у цьому параграфі нами було проаналізовано різні підходи зарубіжних і українських дослідників до трактування поняття емоційного інтелекту, розглянуто його історію і 2 моделі емоційного інтелекту — змішану модель і модель здібностей. При дослідженні ми спиралися на трактування Дж. Майєра, П. Саловея, Д. В. Люсіна, К. В. Петрідеса, Е. Фернхема, Р. Бар-Она, Е. Л. Носенко, Є. О. Іванова, К. Р. Маннапова, І. В. Опанасюк та ін. Нами було з'ясовано, що поняття емоційного інтелекту має спрямованість на свої емоції та емоції інших людей та передбачає усвідомлення, розуміння та керування емоційною сферою.

1.2 Теоретичні основи дослідження професійного самовизначення

Глибше розуміння категорії професійного самовизначення в психології, на нашу думку, вимагає попереднього теоретичного розгляду психологічного змісту поняття «самовизначення».

У психологічному словнику за редакцією А. В. Петровського та М. Г. Ярошевського поняття «самовизначення» визначають як свідомий акт виявлення та затвердження особистісної позиції у контексті проблемних ситуацій [44]. Воно розглядається як один з центральних механізмів становлення зрілості особистості, що є опосередкованим свідомим вибором особистістю власного місця в системі соціальних стосунків.

Основи дослідження поняття самовизначення були закладені С. Л. Рубінштейном: «... усяка детермінація необхідна як детермінація іншим, зовнішнім, і як самовизначення (визначення внутрішніх якостей суб'єкта)...» [46, с. 359]. Учений протиставляв поняття самовизначення зовнішній детермінації і розумів її як самодетермінацію [46]. У цьому понятті виражалася активна природа «внутрішніх умов», через які переломлюються зовнішні впливи. Відштовхуючись від позицій С. Л. Рубінштейна, професійне самовизначення, яке ми досліджуємо, можна інтерпретувати як свідомий процес формування особистістю свого ставлення до професійно - трудової

сфери і спосіб саморегуляції поведінки, який відбувається через узгодження внутрішньособистісних та соціально - професійних потреб — зовнішніх впливів. Інтерпретуючи думки С. Л. Рубінштейна, професійне самовизначення студента слід трактувати як самодетермінований процес, який, не зважаючи на низку соціальних чинників (зовнішню детермінацію), відбувається із власної ініціативи його суб'єкта, як особистісна діяльність.

На думку К. О. Абульханової - Славської, яка у своїх працях розвивала підхід С. Л. Рубінштейна, самовизначення являє собою ніщо інше, як виявлення власної позиції по відношенню до свого життя, визначення способу життя, який формується у системі соціальних відносин. К.О. Альбуханова - Славська підкреслювала, що система ставлень людини до суспільства, свого місця у ньому та його є визначним у процесі самовизначення особистості, її активності та цілеспрямованому характері, ставленні до власної життєдіяльності [1].

Л. І. Божович трактувала самовизначення як вибір майбутнього шляху, потребу у пошуку свого місця в праці, суспільстві, в житті, пошук смислу свого існування [5].

О. І. Вітківська виділяла три аспекти самовизначення — духовний, психічний і соціально-психологічний [11].

Духовний полягає в акті виборів, самопізнання і знаходження свого призначення. Вони є рушійними силами, які стимулюють і спрямовують розвиток особистості і визначають її долю і життєвий шлях.

Психічний аспект трактується через складний комплекс почуттів людини, способу приймання дійсності і системи її відносин, які формуються в індивідуальному життєвому досвіді.

Соціально-психологічна сторона самовизначення проявляється в потребі визначення свого місця у людській діяльності і системі соціальних стосунків.

М. С. Пряжніков виділяв таку типологію самовизначення, у якій надавав обґрунтування сутності його типів [42]:

1. Життєве самовизначення — передбачає не тільки вибір і реалізацію людиною тих чи інших соціальних ролей, але й вибір життєвого шляху та образу життя загалом. В даному випадку професія може стати засобом реалізації певного образу життя.
2. Особистісне самовизначення — це найвищий прояв життєвого самовизначення, коли людина знаходить самотутній образ свого «Я», розвиває й утверджує його серед інших людей, володіючи ситуацією та власним життям загалом. При цьому людина не тільки оволодіває соціальними ролями але й створює нові.
3. Професійне самовизначення — це самовизначення особистості в конкретній трудовій функції на конкретній трудовій посаді за певною професією та спеціальністю.

Суть професійного самовизначення, на думку вченого, полягає не лише у новому виборі, але й у пошуку нових смислів у своїй професійній діяльності. Він трактував його як «самостійний та усвідомлений пошук смислів у роботі, яку виконуєш, та у всій життєдіяльності в конкретній культурно-історичній (соціально-економічній) ситуації» [42, с.14].

Потреба молодій людині самовизначитися в різних сферах життя стає головною рушійною силою її подальшого розвитку. Тому професійне самовизначення розглядається не тільки, як аспект, частина життєвого, соціального, особистісного самовизначення, але, як цілісний, інтегративний процес, у якому реалізуються основні життєві цінності людини, конкретизуються аспекти її життєвого, особистісного, соціального самовизначення [11].

У психологічному словнику за редакцією В. І. Войтка професійне самовизначення трактується як процес особистісного прийняття рішення щодо майбутньої професії. Професійне самовизначення полягає в усвідомленні

особистістю себе суб'єктом певної професійної діяльності та передбачає самооцінювання людиною своїх індивідуально - психологічних якостей, зіставлення власних можливостей із психологічними вимогами професії до фахівця, усвідомлення свого місця у системі соціальних відносин, своєї соціальної місії, а також відповідальності за успішне виконання професійної діяльності та свою професійну самореалізацію і нарешті, саморегуляцію поведінки, спрямованої на досягнення поставленої мети [43, с. 138].

Д. О. Леонт'єв підкреслював, що в основі професійного самовизначення лежить конструктивно - пізнавальна діяльність щодо побудови можливих варіантів майбутнього, яка здійснюється як самодетермінований вибір альтернатив. Наслідки цієї діяльності впливають на всі аспекти життя загалом [32].

Згідно з А. К. Марковою професійне самовизначення — це визначення людиною себе щодо вироблених у суспільстві і прийнятих людиною критеріїв професіоналізму [35].

Для однієї людини критерієм професіоналізму є факт належності до професії або одержання фахової освіти, і, відповідно, оцінює себе з цих позицій. Інша людина обирає критерієм професіоналізму особистий творчий внесок у свою професію, збагачення своєї особистості засобами професії, а, отже, й по-іншому з цієї високої — планки себе самовизначає й далі самореалізує. Динаміка професійного самовизначення складається із зміни ставлення до себе й зміни критеріїв цього ставлення [35].

І. С. Кон визначав професійне самовизначення як «процес поетапного прийняття особистістю рішень щодо збалансованості своїх схильностей, з одного боку, та потребами існуючої системи суспільного поділу праці — з іншого» [25, с.224].

І. С. Кон розглядав процес професійного самовизначення в рамках 3 підходів: соціологічного, соціально - психологічного і диференційно - психологічного

[26]. Соціологічний підхід трактує професійне самовизначення як серію завдань, які суспільство визначає перед особистістю на стадії її формування, і які вона поступово має вирішити протягом певного проміжку часу.

У соціально - психологічному підході професійне самовизначення розглядається як процес прийняття рішень, завдяки яким особистість опосередковано формує та оптимізує баланс своїх схильностей і вподобань з потребами актуальної системи суспільного розподілу праці.

І, нарешті, диференційно - психологічний підхід до професійного самовизначення трактує його, як процес формування індивідуального стилю життя, до складу якого входить професійна діяльність [26]. І.С. Кон вважав, що успіх професійного самовизначення залежить від індивідуальної активності суб'єкта, специфіки його життєвої позиції, які уможливають цілеспрямоване здійснення вибору професійної діяльності із наступною підготовкою до неї.

У першому підході професійне самовизначення обумовлене запитами суспільства, у останньому — індивідуальними властивостями особистості, а соціально-психологічний передбачає поєднання двох попередніх.

Таким чином, у психологічному розумінні професійне самовизначення полягає в усвідомленні особистістю, чого вона хоче, що вона собою являє і чого від неї чекає суспільство.

У цілому, в психологічній літературі визначають два підходи до визначення сутності поняття професійного самовизначення. З одного боку такі дослідники як Г. П. Ніков [48], В. В. Чебишева [52], В. І. Сафін [48], І. В. Кузнєцова [29] визначають його як вибір професії.

В. І. Сафін визначає самовизначення як самостійний етап соціалізації, всередині якого індивід набуває готовності до самостійної творчої діяльності на основі усвідомлення і співвіднесення «хочу» – «можу» – «вимагають» і стає

спроможним приймати самостійні рішення відносно життєвих цілей, які мають для нього зміст та значення для суспільства [48].

У межах цього підходу здійснюється активне вивчення етапів особистісного розвитку, які передують вибору професії та власне, здійсненню акту вибору.

З іншого боку, під цим поняттям розуміють одну з форм самовизначення особистості загалом, такого підходу притримуються більшість дослідників на чолі з Є. А. Клімовим [24], А. В. Сухарьовим [28], К.М. Гуревич [17], Т. В. Кудрявцевим [27; 28] , П. А. Шавіром [54].

Є.О. Клімов стверджує: «Професійне самовизначення є системоутворюючим центром для всієї системи можливих «самовизначень» підростаючої людини як суб'єкта діяльності й громадянина» [24, с. 14]. Є. О. Клімов трактує професійний шлях, як найважливіший аспект життєвого шляху, а такі події , як зміна або вибір професії, вступ до навчального закладу він розглядає як «факти побудови долі».

Узагальнюючи зазначені вище підходи, ми дійшли до висновку, що професійне самовизначення є процесом усвідомлення себе суб'єктом конкретної професійної діяльності і передбачає такі складові:

- 1) свідоме формування особистісного ставлення до конкретної професійної діяльності;
- 2) Самооцінка власних індивідуальних і професійних якостей і їх зіставлення із існуючими у суспільстві вимогами до конкретної професійної діяльності;
- 3) Перманентний пошук смислів у своїй професійній діяльності;
- 4) Саморегуляція власних поведінкових особливостей із узгодженням індивідуальних потреб із соціально - професійними для досягнення певної мети.

Власне, професійне самовизначення визначається як багатовимірний процес, бо передбачає наступне:

- серію завдань, які суспільство і соціум ставлять перед особистістю, що формується, і які їй потрібно вирішити за обмежений проміжок часу;
- процес поетапного прийняття рішення щодо майбутньої професійної діяльності, який передбачає дотримання балансу між власними бажаннями і нахилами з одного боку і вимогами, які ставить суспільство перед індивідом — з іншого;
- процес формування індивідуального стилю життя, до складу якого входить і професійна діяльність.

На нашу думку, професійне самовизначення передбачає реалізацію таких завдань:

1. Формування професійних планів.
2. Формулювання власних професійних цілей і мотивів професійної діяльності.
3. Власне вибір професії із наступним вибором навчального закладу.
4. Будування пріоритетів у фаховому навчанні.
5. Вибір спеціалізації.
6. Вибір напрямку для побудови своєї кар'єри.
7. Вибір пріоритетів у професійній діяльності і визначення місця професійної діяльності у своєму життєвому шляху.

У психології виділяють наступні рівні розвитку професійного самовизначення:

- 1) високий: сформованість інтересів, відповідність особистісних якостей обраній професії, впевненість у правильності вибору;
- 2) середній: відсутність стійкого інтересу та впевненості у правильності вибору;

3) низький: відсутність інтересу, волі, бажання досягати високих результатів, низька активність та оцінка себе стосовно майбутньої професії [53, с.29-30].

Оскільки професійне самовизначення є багатомірним і багатоступінчастим процесом, воно залежить від багатьох чинників, які впливають на його розвиток.

Можна виділити зовнішні і внутрішні умови професійного самовизначення. До зовнішніх умов відносять особливості сучасного ринку праці, розвиток засобів виробництва, соціально - економічне становище в країні, умови здобуття професійної освіти та праці в різних галузях економіки, об'єктивну необхідність вступу в «доросле» життя для юнацтва, сім'ю, її матеріальний і духовний стан тощо [36].

До внутрішніх умов відносять: індивідуально-психологічні особливості особистості, її ціннісно - смислову сферу, Я - концепцію, життєву позицію, мотивацію, здібності та ін. [36].

А. В. Массанов також окремо виділяє певні бар'єри для професійного самовизначення, серед яких: недостатня зацікавленість, лінощі, невизначеність власних інтересів, невпевненість у собі, розгубленість через незнання своїх можливостей, стан розпачу через брак інформації, сумнів щодо успіху задуманого, сумніву правильності вибору, страх критики й осміяння, страх піти проти думки оточення, страх поразки, побоювання можливих неприємностей, труднощів, страх відповідальності, страх самостійності, страх виявити ініціативу, страх припуститися помилки, страх ризикувати, страх перед невизначеністю ситуації та ін. [36].

Грунтовними є наукові доробки у сфері професійного самовизначення дослідника - сучасника Є. В. Кучеренка. Він виділяє наступні структурні компоненти професійного самовизначення: мотиваційний, особистісний, змістовий, ціннісно - цільовий та регулятивно - поведінковий [30].

Мотиваційний компонент він виносить за межі професійного самовизначення,

оскільки мотивація, що спонукає до даного процесу, має різний характер і природу. Мотиви професійного самовдосконалення, як вважає психолог, викликані загальною мотивацією розвитку. Професійний розвиток Є. Кучеренко трактується як закономірні зміни особистості в процесі професійної діяльності. «У студента дані зміни обумовлені навчально-професійною діяльністю, власне професійна діяльність з її атрибутами є тільки ідеальною метою — професійною мрією, що може мати ціннісно - смислову значущість та виступати як намір» [31, с. 210], зазначає Є. Кучеренко. Він вважає, що мотивація професійного самовизначення виникає на основі суперечностей професійної «Я - концепції», що й спричиняє інтеграцію особистісних компонентів даного процесу, результатом якого є узгоджена професійна «Я - концепція» з новим змістом. У якості спонукання до самовизначення для студента може виступати мотив вибору професії, здобуті фахові знання, які стали особистісно значущими для саморозвитку, потреба у кар'єрному становленні, самоствердженні через реалізацію сформованих умінь та якостей, будь-який з цих мотивів може стати провідним у професійному самовизначенні студента.

У якості змістового аспекту дослідник розглядає образ реального «Я» студента та ідеальний образ «Я» професіонала, а у ціннісно - цільовому компоненті — професійну цінність, мету та допоміжні цілі. Спираючись на методологічні розробки М. С. Пряжнікова, Є. В. Кучеренко пропонує трактувати категорію як особистісну діяльність в процесі професійного становлення та розвитку людини як суб'єкта праці.

Регулятивно - поведінковий компонент професійного самовизначення складає програма дій щодо самоосвіти та самовиховання. Заключною метою професійного самовизначення студента, на думку Є. В. Кучеренка, є інтеграція особистісних компонентів на рівні навчально-професійної діяльності як професійного дійсного та обраної трудової діяльності як професійного майбутнього. Результатом такої інтеграції є сформована професійна «Я-концепція» студента, яка є наслідком узгодженості між усвідомленими

можливостями студента, сформованим образом «Я» професіонала, професійною метою та допоміжними цілями для її досягнення, а також програмою активних дій спрямованих у напрямку реалізації запланованого на основі провідних мотивів [30].

Отже, у цьому параграфі нами було проаналізовано трактування поняття професійного самовизначення різними дослідниками, розглянуто його методологічні основи, проаналізовано аспекти і компоненти професійного самовизначення і його етапи. Ми спиралися на визначення таких дослідників як К. О. Альбуханова - Славська, М. С. Пряжников, А. К. Маркова, І. С. Кон, В. І. Сафін, Є. О. Клімов та ін. Також ми розглянули чинники, які впливають на професійне самовизначення і можливі психологічні бар'єри. Ми з'ясували, що професійне самовизначення — це багатоступінчатий процес, який передбачає усвідомлення людини себе, як суб'єкта певної професійної діяльності і включає прийняття рішення щодо майбутньої професії на основі зіставлення своїх індивідуальних здібностей і нахилів з актуальними у поділі праці потребами суспільства.

1.3 Взаємозв'язок емоційного інтелекту і професійного самовизначення майбутніх психологів.

За академічним тлумачним словником української мови психолог — це 1. фахівець з психології;

2. той, хто тонко розуміється на характерах, поведінці і т. ін. людей [49].

Ю. О. Приходько виділяє такі типи професій психолога:

1. Практичний психолог;
2. Викладач психології;
3. Психолог - дослідник [41].

Спираючись на матеріали проведених Д. Гоулманом досліджень та опитувань у сфері емоційного інтелекту, які доводять, що емоційний інтелект на 80% зумовлює життєвий успіх особистості, сприяючи особистісному зростанню, ефективності професійної діяльності та кар'єрі особистості, ми припускаємо, що емоційний інтелект є провідним фактором професійного самовизначення представників соціономічних професій, до яких відносяться майбутні психологи [9; 14; 45].

Соціономічними професіями, за визначенням Л. В. Буркової, є такі, де предметом праці виступають соціальні стосунки на різних рівнях соціальної взаємодії, їх вивчення, формування, корекція, управління та ін. [8]. За Бурковою, особливістю спеціалістів соціономічних професій є те, що такі фахівці в своїй професійній діяльності мають справу з людьми, які мають різного роду соціальні проблеми і формують специфічний клас задач, що частіше всього характеризуються складністю, динамічністю і невизначеністю.

За В. В. Зарицькою, взаємодія між людьми завжди включає когнітивний, емоційний і поведінковий аспекти, які взаємопов'язані і взаємообумовлені, адже поведінковий аспект, як правило, обумовлюється тим, який характер має емоційне забарвлення когнітивного аспекту, тобто наскільки емоції впливають і регулюють усвідомлене вираження думки чи дії [20].

Процес професійного самовизначення майбутніх психологів у цій роботі ми розглядаємо у ситуації вибору, перед майбутніми фахівцями постає проблема: яку стабільну позицію зайняти, який професійний вибір зробити, до яких ідеалів прагнути.

Специфіка роботи в сфері психології ставить високі вимоги до емоційних ресурсів майбутніх фахівців, «...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» [16, с.242].

Емоційна компетентність вченими визначається 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» [20, с. 244].

Фахівець у сфері психології має володіти підходом, який дозволить йому зрозуміти сутність іншої людини — високим емоційним інтелектом, який передбачає регуляцію власних емоційних реакцій, їх контроль, глибоке розуміння емоцій іншої людини, і відповідно, контроль і управління ними. Ми пропускаємо, що розвинений емоційний інтелект є визначним і необхідним фактором професійного самовизначення для майбутніх психологів.

Отже, у цьому параграфі ми розглянули трактування поняття «психолог», типи професій психолога і дослідили теоретичні основи взаємозв'язку емоційного інтелекту і розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів. Ми спиралися на визначення В. В. Зарицької, Л. В. Буркової і Д. Гоулмана. Ми визначили, що фахівець у сфері психології повинен володіти емоційною компетентністю, яка є результатом розвиненого емоційного інтелекту.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

Нами проаналізовані теоретичні підходи щодо таких понять, як інтелект, емоції, емоційний інтелект, самовизначення, професійне самовизначення, психолог.

Ми з'ясували, що всі концепції емоційного інтелекту, що існують, поділяються на 2 моделі: модель здібностей і змішані моделі. Коротко опрацювавши історію вивчення цих явищ, ми також проаналізували попередній досвід дослідників як у галузі емоційного інтелекту, так і у галузі професійного самовизначення. Нами було проаналізовано теоретичні засади виникнення цих понять, розглянуто їх структуру, класифікацію, компоненти, підходи до трактування їх сутності.

Поняття емоційного інтелекту має відносно коротку історію, проте методологічні засади зв'язку емоцій і інтелекту закладалися ще такими радянськими дослідниками - Л. С. Виготським та С. Л. Рубінштейном. Особливо значущою для нашого дослідження є праця Д. В. Люсина, який розробив двокомпонентну модель емоційного інтелекту і саме на якій базується одна з методик, що входить до складу нашого дослідження. Д. В. Люсин розглядає емоційний інтелект як здатність розуміти свої емоції, емоції інших людей та управляти ними. Він виділяє внутрішньоособистісний інтелект і міжособистісний. Ми розглянули також чинники, які впливають на емоційний інтелект, серед них біологічні (рівень ЕІ батьків батьків, властивості темпераменту, правопівкульний тип мислення) та соціальні (рівень розвитку самосвідомості, синтонія, сімейний прибуток та рівень освіти батьків, релігійність, емоційно благополучні стосунки між батьками, зовнішній локус контролю, андрогінність, гендерні особливості виховання).

Ми встановили, що певні структурні компоненти емоційного інтелекту пов'язані з певною групою здібностей: сприйняття емоцій та їх розуміння — з когнітивними здібностями, здатність до управління емоціями — з емоційними

здібностями, управління емоціями в стресових ситуаціях і самотивація — з адаптаційними здібностями, соціальна емпатія і управління чужими емоціями — із соціальними здібностями особистості.

Нами були проаналізовані методологічні основи професійного самовизначення, його аспекти, етапи і структура, взаємозв'язок емоційного інтелекту і розвитку професійного самовизначення майбутніх психологів, спираючись на визначення В. В. Зарицької, Л. В. Буркової і Д. Гоулмана. Ми визначили, що фахівець у сфері психології повинен володіти емоційною компетентністю, яка є результатом розвиненого емоційного інтелекту.

Ці теоретичні положення було покладено в основу для проведення емпіричного дослідження.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ І РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

2.1. Організація та методи дослідження емоційного інтелекту і професійного самовизначення.

Метою нашого емпіричного дослідження є підтвердження гіпотези про взаємозв'язок рівня емоційного інтелекту і професійного самовизначення студентів-психологів. Задля цього нами було обрано арсенал психодіагностичних методик, які дозволяють дослідити ці компоненти:

- 1) Опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (Д. В. Люсин);
- 2) Методика «Типи професій психолога» (Є. В. Кучеренко);
- 3) Методика «Професійне самовдосконалення психолога» (Є. В. Кучеренко).

Крім того, нами було використано методи спостереження і бесіду.

Коротко опишемо використані у дослідженні методики, їхні характеристики та особливості.

Опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» був розроблений Д. В. Люсиним у 2004 році на основі його двокомпонентної теорії емоційного інтелекту. Цю теорію можна віднести до змішаних моделей, автор визначає поняття як когнітивну здатність до розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними. І здатність до розуміння, і здатність до управління може мати спрямованість як на власні, так і чужі емоції, таким чином автором вводяться поняття внутрішньоособистісного і міжособистісного емоційного інтелекту, вони передбачають актуалізацію різних когнітивних навичок і процесів і мають бути пов'язані один з одним. Кінцеву версію опитувальника було опубліковано пізніше в 2006 році [34]. Стимульний матеріал опитувальника складається з 46

тверджень за чотирибальною шкалою. Твердження об'єднані у 4 шкали загального порядку, які у свою чергу, поділяться на 5 субшкал. Основні шкали:

- Шкала MEI вимірює міжособистісний емоційний інтелект здатність до розуміння емоцій інших людей і управління ними. Діапазон оцінювання: 0 - 39 — низький рівень, 40 - 52 — середній рівень, 53 і вище — високий рівень;
- Шкала BEI вимірює внутрішньособистісний інтелект — здатність до розуміння власних емоцій і управління ними. Діапазон оцінювання: 0-38 — низький рівень, 39 - 48 — середній рівень, 55 і вище — високий рівень;
- Шкала PE вимірює розуміння емоцій — здатність до розуміння як власних, так і чужих емоцій. Діапазон оцінювання: 0 - 39 — низький рівень, 40 - 53 — середній рівень, 54 і вище — високий рівень.
- Шкала UE вимірює управління емоціями — здатність до управління як своїми, так і чужими емоціями. Діапазон оцінювання: 0 - 39 — низький рівень, 40 - 53 — середній рівень, 54 і вище — високий рівень.

Субшкали:

- Субшкала MP вимірює розуміння чужих емоцій — здатність до розуміння емоційного стану людини на основі зовнішніх проявів емоцій — міміки, жестів, звучання голосу і інтуїтивно — чуйність до внутрішнього стану інших людей. Діапазон оцінювання: 0 - 22 — низький рівень, 23 - 30 — середній рівень, 31 і вище - високий рівень;
- Субшкала МУ вимірює здатність викликати в інших людей ті чи інші емоції і знижувати інтенсивність небажаних емоцій. Діапазон оцінювання: 0 - 17 — низький рівень, 18 - 24 — середній рівень, 25 і вище — високий рівень;
- Субшкала ВУ вимірює здатність і необхідність управляти власними емоціями, викликати та підтримувати бажані емоції та тримати під контролем небажані. Діапазон оцінювання: 0 - 12 — низький рівень, 13 - 17 — середній рівень, 18 і вище — високий рівень;

- Субшкала ВЕ вимірює контроль експресії — здатність контролювати зовнішні прояви власних емоцій. Діапазон оцінювання: 0 - 39 — низький рівень, 40 - 53 — середній рівень, 54 і вище — високий рівень:

Опитувальник дозволяє отримати показник загального рівня емоційного інтелекту шляхом сумування шкал МП, МУ, ВП, ВУ, ВЕ. Діапазон оцінювання: 0 - 71 — дуже низьке значення, 72 - 78 — низьке значення, 79 - 92 — середнє значення, 93 - 104 — високе значення, 105 і вище — дуже високе значення [34].

А. В. Жмай, аналізуючи опитувальник, вказує на те, що за допомогою нього ми маємо можливість отримати достатньо повну картину розвиненості емоційної сфери завдяки показникам внутрішньоособистісних аспектів і аспектів емоційної взаємодії між людьми [19].

Методика «Типи професій психолога» була розроблена Є.В. Кучеренком у 2009 році [31]. В основу методики покладено 3 типи професії психолога, які виділяє практичний психолог, психолог - дослідник і викладач психології Ю. О. Приходько [41, с. 10 - 11].

Методика «Типи професій психолога» дозволяє визначити рівні розвитку професійного самовизначення щодо конкретних типів професій психолога: визначений (високий) , невизначений (середній) та нульовий рівні.

Стимульний матеріал методики «Типи професій психолога» складається з двох частин. Перша частина методики представлена п'ятнадцятьма парами тверджень щодо видів психологічної діяльності, у кожній парі тверджень студенту-психологу необхідно обрати таке, якому б він надав перевагу у питанні професійного самовизначення і професійної діяльності. Друга частина методики представлена запитанням з альтернативними відповідями стосовно бажаної професії у майбутньому із наступними варіантами відповідей: викладач психології, психолог - дослідник, практичний психолог і «не за спеціальністю, яку здобуваю». Останній варіант відповіді визначає нульовий рівень професійного самовизначення стосовно професії психолога.

Рівень професійного самовизначення щодо однієї з професій психолога визначається за допомогою розподілу набраних балів за трьома типами професії психолога та визначення переваги у балах щодо певного типу. На наступному етапі аналізується кількість відповідей у другому завданні методики і здійснюється співвідношення попередніх показників, яке може бути повним, частковим або не співпадати взагалі. Ця методика є дуже цінною у практичному застосуванні та не має аналогів.

Наступну психодіагностичну методику було також розроблено Є. В. Кучеренком. Якщо попередня методика дозволяє визначити рівень професійного самовизначення щодо конкретної професії і вказує на напрямок професійного самовизначення у бік однієї з професій, то ця методика дозволяє виміряти загальний рівень професійного самовизначення у студентів-психологів. Вона має назву «Професійне самовдосконалення психолога», кожен із способів професійного самовдосконалення, зазначених у методиці, відповідає навчально - професійній дії у професійному самовизначенні [31]. Таким чином вона досліджує регулятивно - поведінковий компонент професійного самовизначення майбутніх психологів.

Стимульний матеріал методики представлений дванадцятьма твердженнями за двобальною шкалою — «Так» або «Ні». Всі твердження характеризують різні навчально-професійні дії з професійного самовдосконалення.

Методика дозволяє визначити рівень показника професійного самовизначення майбутніх психологів за набраними у ході опитування балами. Діапазон оцінювання: від 1 до 4 балів — низький рівень професійного самовизначення, від 5 до 8 — середній і від 9 до 12 балів — високий рівень розвитку професійного самовизначення.

Апробація, валідація та стандартизація двох останніх методик проводилася за участі шістдесяти студентів других, третіх та четвертих курсів спеціальності психологія київського Інституту педагогіки та психології НПУ

імені М. П. Драгоманова у вересні та жовтні 2009 року, тому можуть вважатися надійними.

Ми організували наше дослідження поетапно. На першому етапі було визначено теоретичні гіпотези дослідження, уточнено гіпотези та завдання, виявлено особливості організації та проведення дослідження, здійснено підбір психодіагностичного інструментарію, підготовлено бланки та тексти опитувальників.

На другому етапі було проведено електронне тестування респондентів. Опитування проводилося із використанням інтернет - ресурсу «Гугл-форми».

На третьому етапі дослідження було здійснено обробку та вимірювання результатів опитування.

На четвертому завершальному етапі було проведено аналіз і інтерпретування результатів тестування і сформульовано висновки.

Вибірку нашого емпіричного дослідження складають 50 респондентів. Всі респонденти є студентами та студентками трьох різних ЗВО міста Києва спеціальності психологія, здобувачі освіти за ступенем бакалавра і магістра, різного віку і року навчання.

2.2. Аналіз та інтерпретація даних, отриманих у результаті дослідження

В результаті використання методики Д. В. Люсіна ми отримали наступні результати:

- 1) Дуже низький рівень емоційного інтелекту: 4 студенти (8%).
- 2) Низький рівень емоційного інтелекту: 5 студентів (10%).
- 3) Середній рівень емоційного інтелекту: 11 студентів (22%).
- 4) Високий рівень емоційного інтелекту: 15 студентів (30%).

5) Дуже високий рівень емоційного інтелекту: 15 студентів (30%).

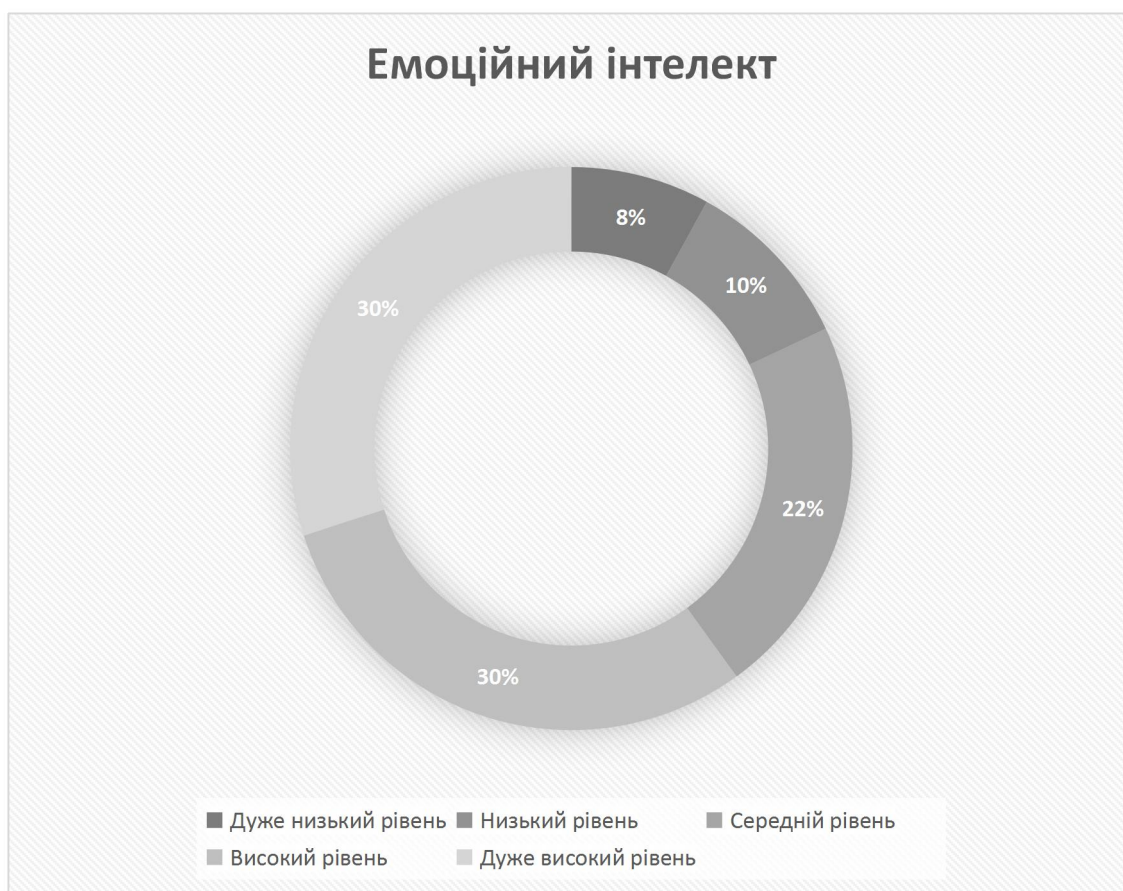


Рис. 1. Результати визначення рівня емоційного інтелекту за методикою «ЕмІн» Д. В. Люсина

Як бачимо, у загальному інтегральний показник емоційного інтелекту у студентів - психологів є досить високим. Порівняно мало студентів із низьким і дуже низьким рівнем емоційного інтелекту.

В результаті використання методики Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога» ми отримали такі результати:

- 1) Практичний психолог: 21 студент (42%).
- 2) Викладач психології: 11 студентів (22%).

3) Психолог-дослідник: 8 студентів (16%).

4) Не за спеціальністю, яку здобуваю: 10 студентів (20%).



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

В результаті використання методики Є. В. Кучеренка «Професійне самовдосконалення» для визначення рівня професійного самовизначення ми отримали такі результати:

1) Низький рівень професійного самовизначення: 8 студентів (16%).

2) Середній рівень професійного самовизначення: 20 студентів (40%).

3) Високий рівень професійного самовизначення: 22 студенти (44%).

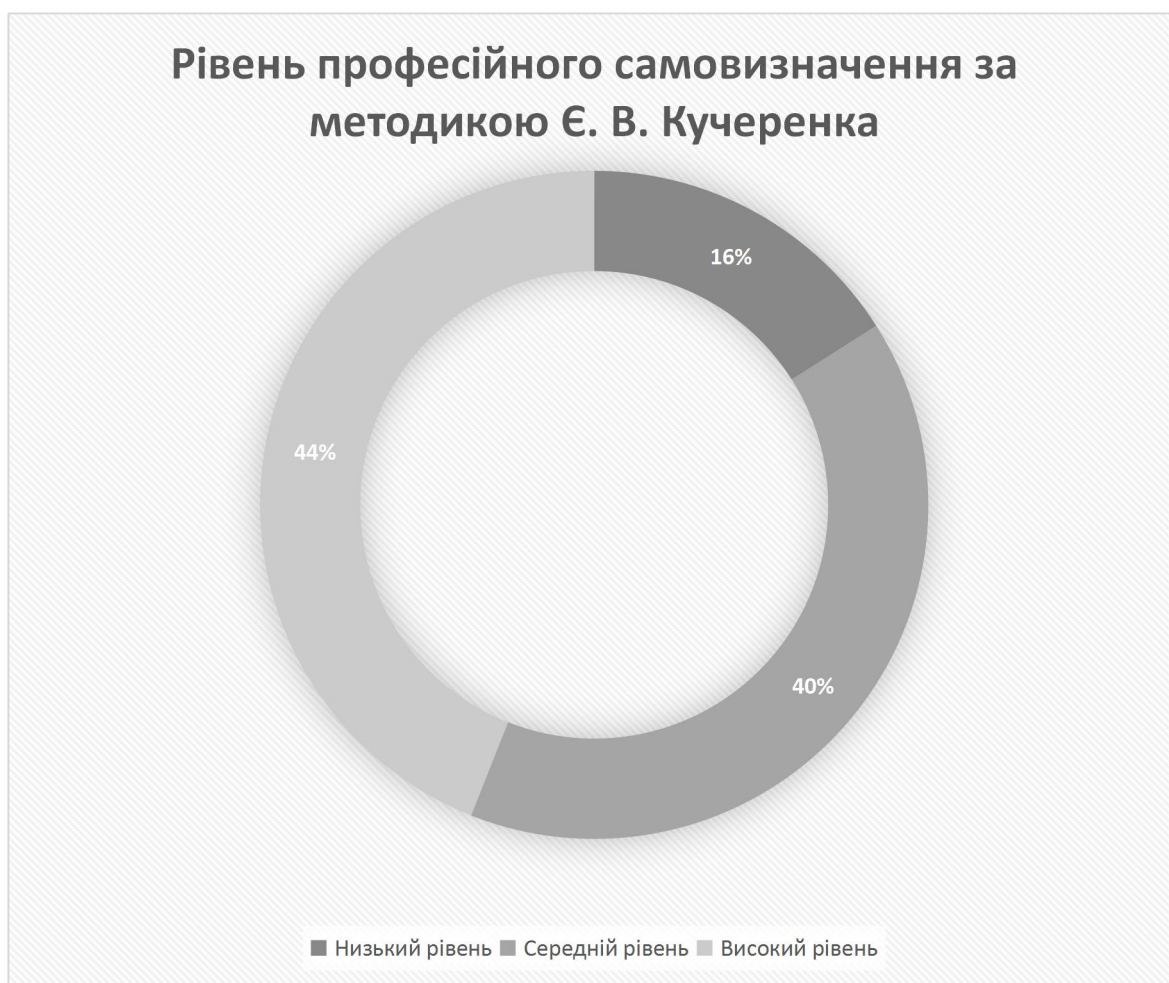


Рис. 3. Результати опитування рівня професійного самовизначення за методикою «Професійне самовдосконалення» Є. В. Кучеренко

Наступним кроком інтерпретації нашого дослідження було проведення математично - статистичного аналізу.

Наша гіпотеза полягає в тому, що існує взаємозв'язок між рівнем емоційного інтелекту і професійним самовизначенням майбутніх психологів.

Оскільки наша вибірка становить 50 респондентів і її розподіл не є нормальним, доцільним було використання непараметричного критерію - коефіцієнту кореляції Спірмена, який показує залежність різних параметрів в одній вибірці.

У таблиці Excel ми задали і розраховали числові значення для x - незалежної змінної (загальний показник емоційного інтелекту) та y - залежної змінної (рівень професійного самовизначення за методикою «Професійне самовдосконалення» Є. В. Кучеренка).

За результатами статистичного обчислення, коефіцієнт кореляції Спірмена (ρ) дорівнює 0,788, отже зв'язок між досліджуваними ознаками - прямий, сила зв'язку за шкалою Чеддока — висока. Число ступенів свободи (f) становить 48. Критичне значення критерію Спірмена при даному ступені свободи становить 0,279. Отже, $\rho_{\text{досл.}} > \rho_{\text{крит.}}$ залежність ознак статистично значуща ($p < 0,05$).

Серед 50 респондентів, за методикою «Типи професій психолога», 10 респондентів обрали варіант «не за спеціальністю, яку здобуваю», що свідчить про нульовий рівень професійного самовизначення стосовно професії психолога. 21 студент надав перевагу професії практичного психолога, 11 визначилося у бік професії викладача психології, а решта — 8, обрали професію психолога-дослідника.

Ми визначили рівень емоційного інтелекту окремо у кожній з груп студентів, які обрали різні типи професій психолога у методиці Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога».

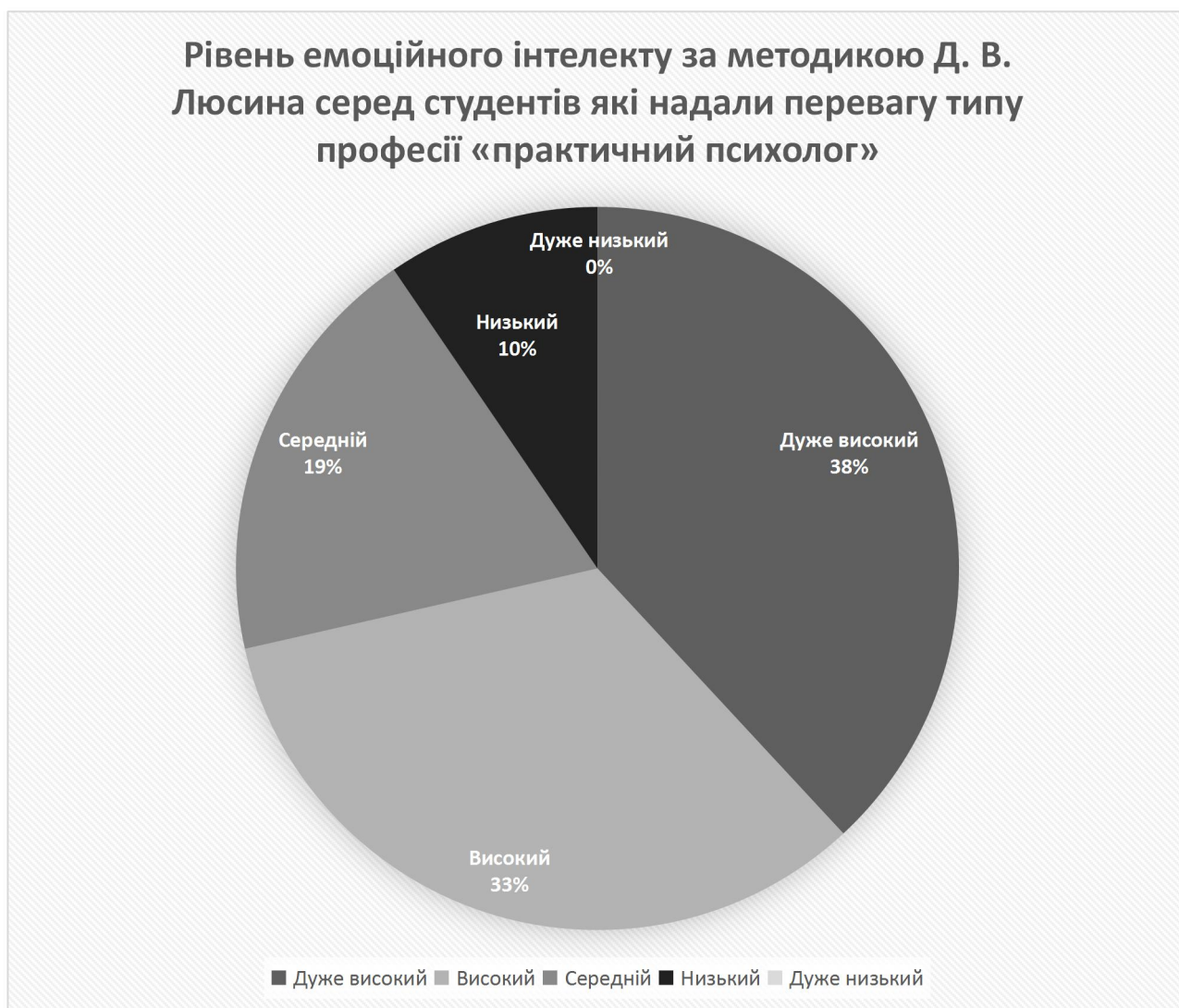


Рис. 4. Результати визначення рівня емоційного інтелекту серед майбутніх практичних психологів

Ми встановили досить високі показники емоційного інтелекту серед студентів, які у методиці Є. В. Кучеренка надали перевагу професійному самовизначенню у напрямку типу професії практичного психолога. Серед 21 студента не було виявлено дуже низького рівня емоційного інтелекту взагалі (0 - 71 балів), лише 2 студенти показали низький рівень у діапазоні 72-78 балів, 4 студенти - середній рівень (79 - 92 бали), 7 студентів показали високий рівень емоційного інтелекту, набравши від 93 до 104 балів і 8 студентів - дуже високий (105 і вище балів).

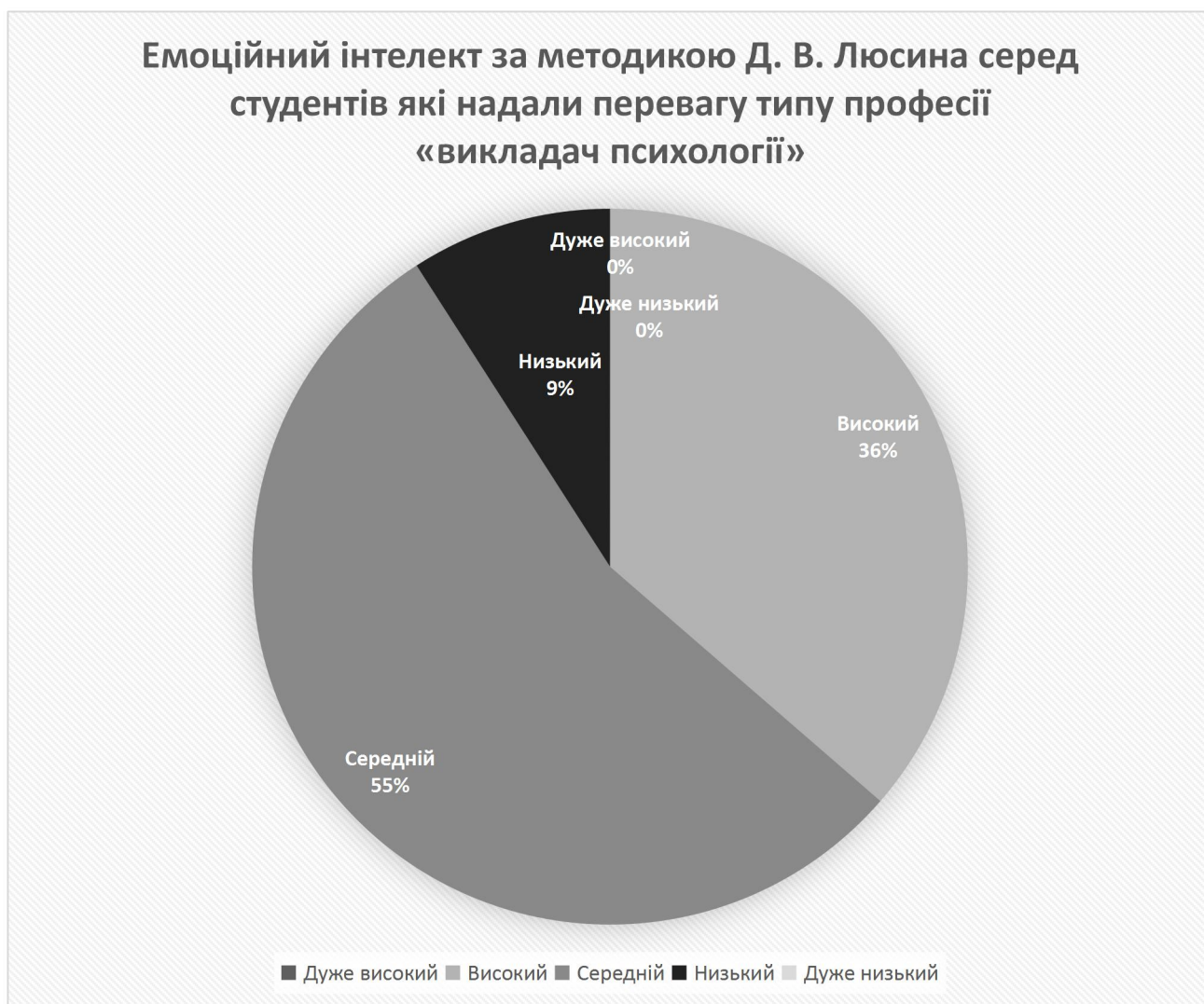


Рис.5. Результати визначення рівня емоційного інтелекту серед майбутніх викладачів психології

Дещо нижчими є показники рівня емоційного інтелекту серед 11 студентів, які визначилися у напрямку викладання психології: тут також не було виявлено респондентів із дуже низьким рівнем емоційного інтелекту, 1 респондент продемонстрував низький рівень у діапазоні від 72 до 78 балів, 6 студентів показали середній рівень, набравши від 79 до 92 балів, 4 продемонстрували високий рівень, набравши від 93 до 104 балів, відсутніми тут були студенти із дуже високим рівнем емоційного інтелекту.

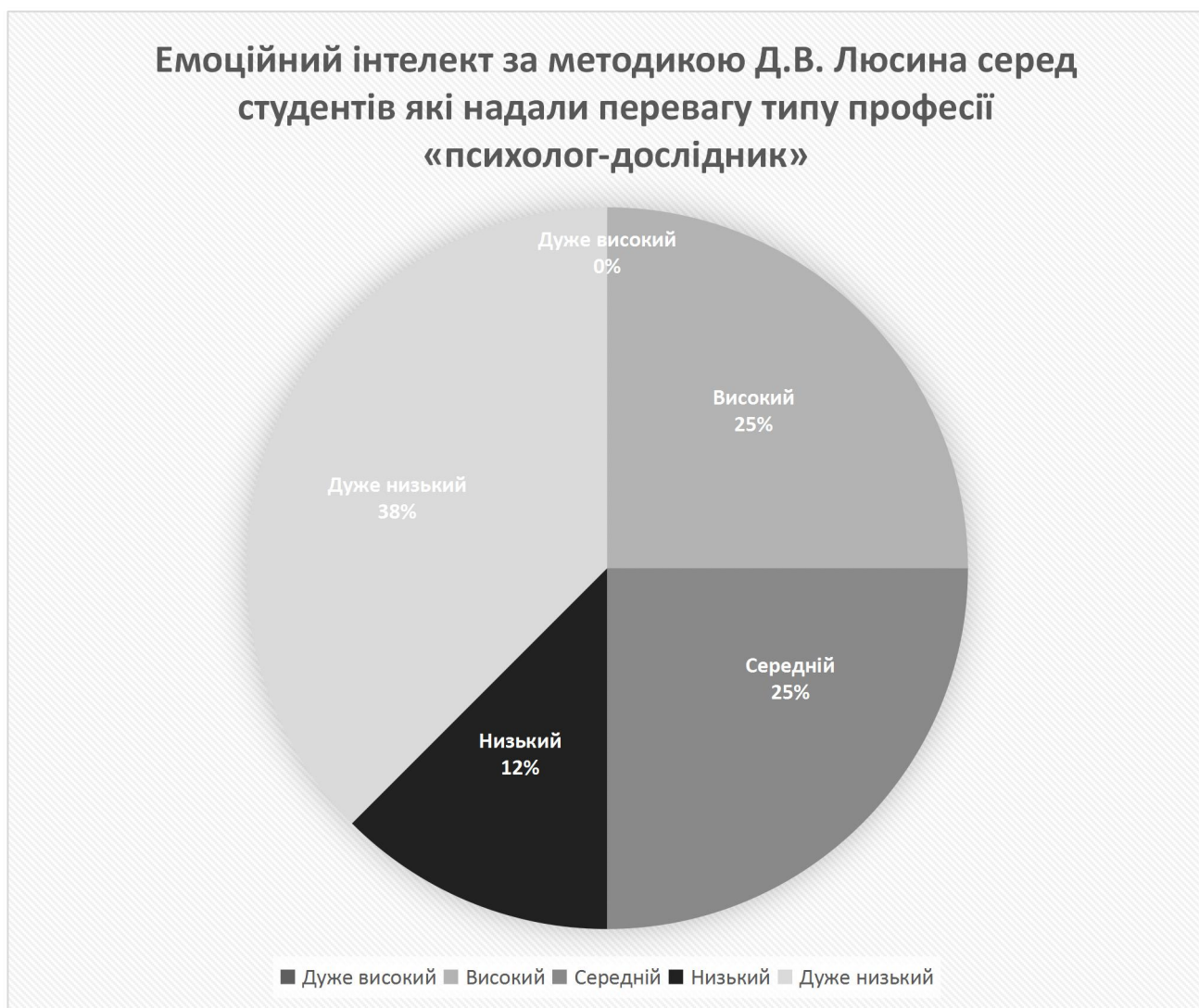


Рис.6 . Результати визначення рівня емоційного інтелекту серед майбутніх психологів - дослідників

Ще нижчими виявилися показники емоційного інтелекту серед 8 студентів, які обрали тип професії психолога - дослідника. 3 з них продемонстрували дуже низький рівень емоційного інтелекту, показавши результат у діапазоні від 0 до 71 балів), 1 з них продемонстрував низький рівень у діапазоні 72 - 78 балів, 2 з них — середній рівень (79 - 92 бали), ще 2 студенти показали високий рівень емоційного інтелекту, набравши від 93 до 104, відсутніми були студенти із дуже високими показниками емоційного інтелекту (105 і вище балів).

Отже, ми бачимо що інтегральний показник емоційного інтелекту у студентів спеціальності психологія є досить високим, рівень емоційного інтелекту

корелює із рівнем професійного самовизначення і найвищими показники емоційного інтелекту є у студентів, які обрали тип професії практичного психолога і викладача психології у методиці «Типи професій психолога».

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

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

За результатами опитувальника «ЕмІн» Д. В. Люсіна 8% студентів — психологів мають дуже низький рівень емоційного інтелекту, 10% — низький, 22% мають середній рівень емоційного інтелекту, 30% — високий, і ще 30 % — дуже високий рівень емоційного інтелекту. Це досить високі результати, зважатимемо на те, що психологія входить до соціономічних професій, тому потребує гарного розвитку емоційного інтелекту і студенти, згідно з методикою Люсіна, є досить підготовленими для роботи у сфері «людина - людина».

За результатами методики Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», 42% опитуваних обрали професію практичного психолога, 22% надали перевагу викладанню психології, 16% обрали тип професії психолог - дослідник і ще 20% зазначили варіант «не за спеціальністю яку здобуваю», що вказує на нульовий рівень професійного самовизначення стосовно професій психолога. Як бачимо, найбільшою популярністю серед студентів різного року навчання і віку користується професія практичного психолога. У доповнення до отриманих результатів, ми вирішили порівняти показники інтегрального емоційного інтелекту окремо у кожного типу професій психолога. Найнижчий результат маємо у студентів, які обрали варіант «психолог-дослідник», середні показники маємо у викладачів психології і найвищі показники емоційного інтелекту, за графіками, ми маємо у студентів, які надали перевагу типу професії «практичний психолог».

Показники професійного самовизначення студентів за результатами методики Є. В. Кучеренка «Професійне самовдосконалення» є наступними: 16% респондентів мають низький рівень, 40% — середній, і 44% високий — рівень професійного самовизначення.

Ми порівняли інтегральні показники емоційного інтелекту за методикою Д. В. Люсіна із рівнем професійного самовизначення за методикою Є. В. Кучеренка за допомогою кореляційного аналізу. Використавши непараметричний критерій кореляції Спірмена у зв'язку з ненормальним розподілом вибірки, ми задали значення для незалежної змінної — рівня емоційного інтелекту (x), і залежної змінної — рівня професійного самовизначення (y) і отримали результат $\rho = 0,788$, що означає, що зв'язок між досліджуваними ознаками — прямий, адже сила зв'язку за шкалою Чеддока — висока. Число ступенів свободи (f) становить 48. Критичне значення критерію Спірмена при даному ступені свободи становить 0.279. Отже, $\rho_{\text{досл.}} > \rho_{\text{крит.}}$ залежність ознак статистично значуща ($p < 0,05$). Гіпотезу, висунуту на початку дослідження, було підтверджено.

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 А. Я. Чебикіним, включають такі [51]:

1. Розвиток навичок усвідомлення невербального потоку інформації клієнта та раціонального підтвердження його не випадковості, зв'язку з психологічними проблемами клієнта;
2. Розвиток навичок динамічно - ситуативного використання невербальної інформації для посилення терапевтичного впливу, побудови сценаріїв реагування клієнта і т. п.;
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 умінь розпізнавати базові риси особистості (емоційна стійкість - нейротизм, екстраверсія - інтроверсія, депресивність, чутливість) та їх інтенсивність за визначеною шкалою;
7. Розвиток навичок розпізнавання акцентуйованих, 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.

І. М. Мещерякова розділяє процес розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів на 5 етапів [37].

1 етап включає самопізнання. Його метою є розвиток когнітивного компоненту емоційного інтелекту та його складових: уміння усвідомлювати свої емоції, довіряти собі, аналізувати і висловлювати почуття словами, здійснювати самоаналіз та аналіз своїх ціннісних орієнтацій, вдосконалювати навички рефлексії, формувати вміння встановлювати зворотній зв'язок.

2 етап зосереджений навколо освоєння навичок управління своїми емоціями й почуттями. Він спрямований переважно на розвиток поведінкового компоненту емоційного інтелекту і його складових. Особлива увага на цьому етапі приділяється розвитку толерантних настанов у студентів-психологів.

3 етап має на увазі розвиток навичок студентів-психологів розпізнавати емоції інших людей, розуміти почуття партнера по спілкуванню. Для ідентифікації необхідний сильний емоційний зв'язок і орієнтація на іншу людину, що, у свою чергу, буде підвищувати показники продуктивності діяльності психолога. Важливою умовою емпатичного осягнення особистості клієнта є інтенсивний підсвідомий намір такого проникнення в особистість людини, що є результатом професійного тренінгу і автоматизованої звички пізнання будь-якої людини на основі техніки емоційного інтелекту. Це дуже складна задача тренінгової підготовки майбутніх фахівців, яка не може бути вирішена лекційним методом – лише індивідуальною цілеспрямованою взаємодією, що формує уміння діагностування іншої людини на основі технік емоційного інтелекту.

4 етап розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів передбачає оволодіння вмінням управління емоційним станом партнерів по спілкуванню.

5 етап формування емоційного інтелекту студентів-психологів зосереджений на розвитку психологічного професіоналізму.

І. М. Мещерякова переконана, що серед головних видів робіт, які слід використовувати з метою розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів, мають бути: лекції, діагностичні методи, групові дискусії, ігрові методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції методи, методи арт-терапії, психогімнастика, самостійна робота [37].

М. В. Грудцина вказувала у своїх дослідженнях, що широкі можливості для формування навичок емоційного пізнання дає: по-перше, вузівська практика: у ході практики необхідно надати студенту можливість знайомства з різноманітними ситуаціями професійного спілкування та взаємодії; по друге, в аудиторну і самостійну роботу необхідно включати завдання, сформовані за методом конкретних ситуацій [15].

Навчальні ситуації повинні припускати використання як раціонального, так і емоційного способу пізнання. Створити умови для застосування емоційного інтелекту можна шляхом обмеження часу для вирішення завдання, що робить аналітичний шлях вирішення неефективним. Другий варіант – підбір завдань, вирішення яких складно піддається вербалізації і тому вимагає цілісного емоційного «схоплення». На думку М. В. Грудциної великий потенціал є і у тренінгового методу. Тренінг дає можливість поглянути на змодельовані ситуації з різних сторін. Подібна децентрація є важливою у формуванні емоційного інтелекту [15].

Досягнення техніками емоційного інтелекту рівня дієвого психологічного інструменту психолога потребує врахування гендерного фактору, який зумовлює принципово відмінну постановку задачі з фахової підготовки психологів чоловічої і жіночої статі. Для чоловіків – це задача розвитку вміння

відкривати підсвідомий потік зупинкою раціональних фільтрів, а для жінок, які це вміють з генетичних, біологічних і гендерних причин, ключова задача полягає у посиленні саме раціонального інтелекту та вміння переривати ним власний підсвідомий потік образів і почуттів

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.

- Вправа «Вгадай емоцію»

Обладнання: зображення людей в різних емоційних станах; папір і ручка для кожного учасника.

Тренер демонструє учасникам групи зображення людей в різних емоційних станах: «Уважно подивіться на зображення і занотуйте назви емоцій або почуттів, які, на вашу думку, відчуває людина на картинці». Потім усі зображення обговорюються в групі. Аналізуються причини помилок при визначенні емоцій. Підведення підсумків.

- Вправа «Відображення почуттів»

Учасники тренінгу розділяються на пари. Один з учасників пари проговорює емоційно забарвлену фразу, інший спочатку розповідає своїми словами зміст того, що сказав перший, а потім намагається визначити почуття, які відчував

партнер у момент проговорювання фрази. Партнер дає оцінку точності обох словесних відображень, після чого партнери міняються ролями.

- Вправа «Дзеркальне відображення суджень»

Учасники тренінгу змінюють пари. Один з партнерів описує ситуацію з негативної сторони, другий знаходить позитивні аспекти проговореної ситуації.

- Вправа «Список емоцій»

Ведучий пропонує учасникам тренінгу назвати якомога більше слів на позначення різних емоцій. Потім один з учасників виходить і показує емоцію за допомогою жестів та міміки, а решта намагаються здогадатись, що це за емоція, перший, хто вгадає, виходить показати свою емоцію. Вправа продовжується допоки учасники групи не продемонструють усі можливі емоції.

- Вправа «Хто ти?»

Учасники тренінгу пишуть характеристику невербальної поведінки одного зі студентів групи. Потім по черзі зачитують характеристику і група має визначити, кому належить прочитана характеристика.

- Вправа «Передай емоцію»

Вправа виконується в колі. Тренер пантомімічними методами, без слів, передає за годинниковою стрілкою якусь емоцію учаснику, що знаходиться зліва. Той - наступному учаснику. Гра продовжується до кінця кола. Останній учасник в колі повідомляє, що за емоцію він отримав. Після закінчення вправи - обмін почуттями. Вправу можна повторити з різними емоціями 3-4 рази.

- Вправа «Внутрішній голос»

Учасники тренінгу знову формують коло. Один з учасників тренінгу обирає іншого, хто буде грати роль його внутрішнього голосу. Той, хто грає роль внутрішнього голосу, стає за спиною свого партнера і говорить «Я (називає ім'я свого партнера), зараз відчуваю... тому що... через те, що...». Після чого

ведучий задає запитання людині, роль внутрішнього голосу якої грали « Чи має рацію твій внутрішній голос? Чи все він сказав з того, що ти б хотів почути? Можливо, ти хотів би обрати інший внутрішній голос?» Далі наступний учасник обирає собі «внутрішній голос».

- Вправа «Зрозумій іншого»

Кожен учасник групи протягом 2 хвилин описує емоційний стан одного із студентів. Для цього треба уявити, відчувати людину, її стан, емоції, настрої, переживання і описати все це на папері. Коли всі завершать, записи озвучуються і обговорюється їх достовірність.

- Вправа «Психологічна скульптура»

Учасникам тренінгу пропонується в статиці і в динаміці зобразити різні емоції, наприклад, радість, переляк, тугу, захват і т.д. Після вправи необхідний обмін почуттями.

- Вправа «Психомалюнок»

За одну хвилину необхідно намалювати свій настрій, чи не малюючи нічого конкретного, тільки лінії, форми, різні кольори. Потім передати свій малюнок сусідові справа. Розглянути уважно отриманий малюнок і спробувати здогадатись, який настрій на ньому зображено.

Виконання вправ завершується груповим обговоренням отриманого досвіду тренінгу, складних, простих і цікавих моментів, обміном зворотнім зв'язком, обговоренням нового і підведенням підсумків.

Отже, дотримуючись запропонованих нами концептуальних положень розвитку емоційного інтелекту, а також виконуючи практичні вправи, майбутні психологи зможуть підвищити інтегральний рівень емоційного інтелекту. Ми вважаємо, що розроблена нами тренінгова програма зможе сприяти розвитку структурних компонентів емоційного інтелекту.

ВИСНОВКИ ДО ТРЕТЬОГО РОЗДІЛУ

Ми розробили програму психорозвивальної роботи щодо розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів. У якості концептуальних положень ми використали психологічні ідеї А. Я. Чебикіна, І. М. Мещерякової, М. В. Грудциної.

Ми вважаємо, що серед головних видів робіт, які слід використовувати з метою розвитку емоційного інтелекту студентів-психологів, мають бути: лекції, діагностичні методи, групові дискусії, ігрові методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції методи, методи арт-терапії, психогімнастика, самостійна робота.

Фундаментальними положеннями є розвиток когнітивного, поведінкового компонентів емоційного інтелекту, навичок розпізнавання і розуміння емоцій співрозмовника, оволодіння умінням управління емоційним станом партнера по спілкуванню, розвиток професіоналізму. Розвиток когнітивного компоненту включає пізнання себе, уміння усвідомлювати свої емоції, довіряти собі, аналізувати і висловлювати почуття словами, здійснювати самоаналіз та аналіз своїх ціннісних орієнтацій, вдосконалювати навички рефлексії, формувати вміння встановлювати зворотній зв'язок. Розвиток поведінкового компоненту спрямований на освоєння навичок управління своїми емоціями й почуттями.

У рамках психорозвивальної роботи ми розробили комплекс вправ, які дозволяють поліпшити рівень розвитку окремих компонентів емоційного інтелекту студентів-психологів.

Вважаємо, що запропоновану нами програму і практичні вправи доцільно використовувати у рамках тренінгової роботи з розвитку емоційного інтелекту.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретичне та емпіричне дослідження проблеми емоційного інтелекту як чинника розвитку професійного самовизначення майбутнього психолога дає можливість сформулювати такі висновки:

1. Емоційний інтелект - це інтегративна характеристика особистості, зумовлена динамічною єдністю афекту та інтелекту, опосередкована взаємодією когнітивних, емоційних і мотиваційних властивостей і спрямована на розуміння власних емоцій та емоцій інших людей забезпечує та управління емоційним станом і сприяє самопізнанню і самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду. Майбутній психолог має володіти емоційною компетентністю, яка передбачає високий рівень емоційного інтелекту і забезпечує успіх у професійному самовизначенні і професійній діяльності. Він має володіти навичками розпізнавання і розуміння власних і чужих емоцій та використовувати їх для регуляції діяльності, управління своїми та чужими емоціями.

2. Емпірично встановлено, що психологи володіють достатньо високим рівнем емоційного інтелекту, що корелює з їх професійним самовизначенням у означеній діяльності ($\rho = 0,788$, при $p < 0,05$).

3. За результатами опитувальника «ЕмІн» Д. В. Люсина 8% студентів — психологів мають дуже низький рівень емоційного інтелекту, 10% — низький, 22% мають середній рівень емоційного інтелекту, 30% — високий, і ще 30 % — дуже високий рівень емоційного інтелекту. За результатами методики Є. В. Кучеренка «Типи професій психолога», 42% опитуваних обрали професію практичного психолога, 22% надали перевагу викладанню психології, 16% обрали тип професії психолог - дослідник і ще 20% зазначили варіант «не за спеціальністю, яку здобуваю», що вказує на нульовий рівень професійного самовизначення стосовно професій психолога. Встановлено, що найбільшою популярністю серед студентів різного року

навчання і віку користується професія практичного психолога. Показники професійного самовизначення студентів за результатами методики Є. В. Кучеренка «Професійне самовдосконалення» є наступними: 16% респондентів мають низький рівень, 40% — середній, і 44% високий — рівень професійного самовизначення.

4. В результаті порівняння показників інтегрального емоційного інтелекту у майбутніх психологів, орієнтованих на різні сфери діяльності, встановлено, що найнижчий рівень розвитку емоційного інтелекту у студентів, які орієнтовані на сферу діяльності «психолог-дослідник», середні показники встановлено у варіанті «викладач психології» і найвищі показники емоційного інтелекту - у студентів, які орієнтовані на сферу діяльності «практичний психолог».

5. На основі теоретичного аналізу проблеми дослідження та емпіричної її частини нами розроблено програму розвитку емоційного інтелекту студентів - психологів.

Перспективи подальшого розгляду проблеми емоційного інтелекту як чинника розвитку професійного самовизначення майбутнього психолога ми вбачаємо в дослідженні цієї проблеми в гендерному контексті.

Список використаних джерел

1. Абульханова-Славская К. А. Жизненные перспективы личности / К. А. Абульханова-Славская // Психология личности и образ жизни / отв. ред. Е. В. Шорохова. – М. : Наука, 1987. – С. 137 – 145.
2. Андреева И.Н. О становлении понятия «эмоциональный интеллект» / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2008. – № 5. – С. 83–95.
3. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект : исследование феномена / И. Н. Андреева // Вопр. психологии. – 2006. – No 3. – С. 78–86.
4. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. – Новополюцк : ПГУ, 2011. – 388 с.
5. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.
6. Большой психологический словарь. Под ред. Мещерякова Б. Г., Зинченко В. П. М.: 2003 - 672 с.
7. Бреслав Г. М. Психология эмоций. / Г. М. Бреслав – 3-е изд., «Академия», 2007.
8. Буркова Л.В. Теоретико-методологічні засади застосування інноваційних технологій у підготовці фахівців соціономічних професій у вищій школі: автореф. дис. на здобуття наук. Ступеня д.пед.наук: спец 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Л.В. Буркова. – Черкаси, 2011. – 36 с.
9. Вайсбах Х. Эмоциональный интеллект / Х. Вайс-бах, У. Дакс. – М.: Лик Пресс, 1998. –160 с
10. Вірна Ж.П., Брагіна К.І. Емоційний інтелект у смисловому локусі професіоналізації особистості. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць ДВНЗ «Запорізький національний університет» та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. No 2 (8). С. 38-43.

11. Вітковська О. І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації: автореф. дис. На здобуття наук. Ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна і вікова психологія» /О. І. Вітковська. –К. ,2002. – 18с
12. Выготский Л. С. Психология / Л. С. Выготский. М.: Апрель пресс: Экс-мо-Пресс, 2000. - 1008 с
13. Гарскова Г.Г. Введение понятия "эмоциональный интеллект" в психологическую теорию / Г.Г. Гарскова // Тезисы науч.-практ. конф. "Ананьевские чтения". – СПб . : Изд-во СПб. ун-та, 1999. – С. 26
14. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. - М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. - 478 с.
15. Грудцина М. В. Эмоциональный интеллект как фактор эффективности профессиональной подготовки / М. В. Грудцина. Горизонти освіти. Психологія. Педагогіка [Текст]: науково-методичний журнал. № 1, Севастополь : РИБЭСТ, 2012. – С. 14-18.
16. Грицюк І.М. Соціальний потенціал особистості: Емоційний інтелект у професійному самовизначенні / Грицюк І.М. // Вісник Одеського Національного університету. – 2009. – Т. XIV. – Вип. 17. Психологія. – С.189 – 195
17. Гуревич К. М. Профессиональная пригодность и основные свойств нервной системы / К. М. Гуревич. – М. : Наука, 1970. – 272 с.
18. Діомідова Н.Ю. Теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту / Н.Ю. Діомідова // Міжнародний науковий журнал «Науковий огляд», 2015. – Т. 4. – Вип. 14. – С. 17–22.
19. Жмай А. В. Сравнительная характеристика тестов для определения уровня эмоционального интеллекта (EQ) согласно теориям Холла и Люсина / А. В. Жмай, Т. Е. Сорокова // Ринкова економіка: сучасна теорія і практика управління. - 2016. - Т. 15, вип. 3. - С. 130-141

20. Зарицька В. В. Емоційна компетентність як детермінантна складова професійного становлення фахівців соціономічного напрямку / В. В. Зарицька, В. М. Борисенко // Молодий вчений. - 2017. - № 4. - С. 241-245.
21. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард – СПб.: Издательство «Питер», 1999. – 464 с
22. Изард К. Э. Эмоции человека / К. Э. Изард ; пер. с англ. /Под ред. Л. Я. Гозмана, М. С. Егоровой. – М.: Изд-во МГУ, 1980. – 439 с
23. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб: Питер, 2001. - 752 с
24. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учебное пособие [для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальностям: 031000 - Педагогика и психология, 031300 – Социальная педагогика, 033400 – Педагогика]/ Евгений Александрович Климов.– Москва: Академия, 2007. – 512с.
25. Кон И. С. Психология ранней юности : [книга для учителя] / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1989. – 255 с.
26. Кон И. С. Психология юношеского возраста: проблемы формирования личности / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1979. – 175 с.
27. Кудрявцев Т. В. Психолого-педагогические проблемы высшей школы / Т. В. Кудрявцев // Вопросы психологии. – 1981. – № 2. – С. 20 – 30.
28. Кудрявцев Т. В. Влияние характерологических особенностей личности на динамику профессионального самоопределения / Т. В. Кудрявцев, А. В. Сухарев // Вопросы психологии – 1985. – № 1. – С. 86 –93.
29. Кузнецова И.В. Психологический анализ принятия решений о выборе профессии. Профессиональная ориентация школьников: Сборник статей / Отв. ред. В.Б. Успенский. Ярославль, 1976. - 84с.
30. Кучеренко Є. В. Інтеграційно-діяльнісний підхід до проблеми структури професійного самовизначення студента / Є. В. Кучеренко // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання незайнятого

населення в умовах фінансово-економічної кризи : зб. наукових праць за матеріалами IV Всеукр.наук-практ. конф., 30 жовт. 2009 р. / уклад. Л.М.Капченко та ін.. – К. : ІПК ДСЗУ, 2009. – С. 172 – 180.

31. Кучеренко Є. В. Розвиток професійного самовизначення майбутніх психологів: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Є. В. Кучеренко. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. – 252 с.
32. Леонтьев Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего / Д. А. Леонтьев, Е. В. Шалобанова // Вопросы психологии. – 2001. – № 1. – С. 57 – 66.
33. Локтионова О. С. Эмоциональный интеллект / О. С. Локтионова // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2010. – Том, No3. – С. 78-87.
34. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – No 4. –С. 3-22.
35. Маркова А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – М. : Международный гуманитарный фонд —Знание, 1996. – 308 с.
36. Массанов А. В. Психологічні бар'єри в професійному самовизначенні особистості : дис. докт. псих. наук : 19.00.07 / Массанов А. В. – Одеса, 2010. – 413 с.
37. Мещерякова И. Н. Формирование эмоционального интеллекта студентов-психологов в процессе обучения в вузе / И. Н. Мещерякова // Вестник ТГУ. – 2010. – Вып. 1. – С. 157–161.
38. Назарук Н. В. Психологічний аналіз моделей емоційного інтелекту / Н. В. Назарук. // Теорія і практика сучасної психології. – 2018. – №3. – С. 61–65.
39. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. К.: 2003. – 159 с

40. Орел Е. А. Эмоциональный интеллект : понятие и способы диагностики. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://flogiston.ru/articles/general/eq>(дата 09.08.2016). – Название с экрана.
41. Приходько Ю. О. Практична психологія: введення в професію : [навч.посібник для студ. вищ. навч. закладів] / Юлія Олексіївна Приходько. – К. : НПУ імені М.П.Драгоманова, 2008. – 180 с.
42. Пряжников Н. С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н. С. Пряжников. – М. : Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. – 256 с.
43. Психологічний словник / [за ред. Войтко В. І.] – К. : Радянська школа, 1982. – 216 с.
44. Психологический словарь /Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. — 2-е изд., испр. и доп. — М., — 494 с.
45. Робертс Р. Д. Эмоциональный интеллект : проблемы теории, измерения и применения на практике / Р. Д. Робертс // Психология : Журнал Высшей Школы Экономики. – 2004. – Т. 1. – No 4. – С. 3-24.
46. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. –М. –Х. –Мн.: Питер, 1999. –712с.
47. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1976. – 416 с
48. Сафин. В. Ф. Психологический аспект самоопределения / В. Ф. Сафин, Г. П. Ников // Психологический журнал. – 1984. – №4. – С. 65 – 74.
49. Словник української мови [Електронний ресурс] / Академічний тлумачний словник 1970–1980. – Режим доступу:<http://sum.in.ua/s/psychologh>– Назва з екрана.
50. Собченко О.М. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості // Наука. Релігія. Суспільство. – 2010. No 4. – С.84-87.

51. Чебикин А. Я. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности : Научно-методическое пособие / А. Я. Чебикин. – Одесса : Астропринт, 1999. – 158 с.
52. Чебышева В. В. Психологические проблемы профориентации школьников / В. В. Чебышева // Вопросы психологии. – 1971. – № 1. – С. 31 – 39.
- Чистяков Н. Н. Профессиональная ориентация молодежи: учебное пособие ... Ю. А. Захаров, Т. Н. Новикова, Л. В. Белюк. — Кемерово: КГУ, 1988. — 85 с.
53. Чистяков Н. Н. Профессиональная ориентация молодежи: учебное пособие ... Ю. А. Захаров, Т. Н. Новикова, Л. В. Белюк. — Кемерово: КГУ, 1988. — 85 с.
54. Шавир П. А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности / П. А. Шавир. – М. : Знание, 1981. – 96 с.
- Маркова А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – М. : Международный гуманитарный фонд —Знание, 1996. – 308 с.
55. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice / H. Gardner. – New York : Basic Books, 1993. – 304 p.
56. Mayer J.D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey // Intelligence. – 1993. – V.17. – No 4. – P. 433–442.

ДОДАТОК А

Опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (Д. В. Люсин)

Інструкція:

Дайте правдиву відповідь стосовно себе на кожне з 46 тверджень. Поставте «+» у стовпчику, який найкраще відображає Вашу думку у бланку для відповідей. Намагайтеся довго не задумуватись і відповідати перше, що спаде на думку.

Бланк для відповідей

№		Зовсім не погоджу юсь	Скоріше не погоджуюс ь	Скоріше погоджуюсь	Повністю погоджую сь
1.	Я помічаю, коли близька людина нервує, навіть якщо вона намагається це приховати.				
2.	Якщо людина на мене ображається, я не знаю, як відновити з нею гарні стосунки				
3.	Я легко здогадуюсь про почуття людини за її виразом обличчя				
4.	Я добре знаю, чим зайнятись, щоб поліпшити собі настрій				
5.	Зазвичай у мене не виходить вплинути на емоційний стан співрозмовника				
6.	Коли я дратуюсь, я не можу стриматися, і говорю все, що спаде на думку				
7.	Я добре розумію, чому мені подобаються або ні ті чи інші люди				
8.	Я не одразу помічаю, коли починаю злитись				
9.	Я вмію поліпшити настрій оточуючим				
10.	Якщо я захоплююсь розмовою, то говорю занадто гучно і активно жестикулюю				
11.	Я розумію душевний стан деяких людей без слів				
12.	В екстримальній ситуації зусиллям волі я не				

	можу опанувати себе				
13.	Я легко розумію міміку і жести інших				
14.	Коли я злюсь, я знаю, чому				
15.	Я знаю, як підбадьорити людину, яка знаходиться у складній ситуації				
16.	Оточуючі вважають мене надто емоційною людиною				
17.	Я здатний(а) заспокоїти близьких, коли вони напружені				
18.	Мені буває складно описати, що я відчуваю по відношенню до інших				
19.	Якщо я ніяковію у розмові з незнайомими людьми, можу це приховати				
20.	Дивлячись на людину, я можу легко зрозуміти її емоційний стан				
21.	Я контролюю вираження почуттів на своєму обличчі				
22.	Буває, що я не розумію, чому відчуваю те чи інше почуття				
23.	В критичних ситуаціях я вмію контролювати вираження своїх емоцій				
24.	Якщо треба, я можу розізлити людину				
25.	Коли я відчуваю позитивні емоції, я знаю, як підтримати цей стан				
26.	Як правило, я розумію, яку емоцію я відчуваю				
27.	Якщо співрозмовник намагається приховати емоції, я одразу це відчуваю				
28.	Я знаю, як заспокоїтись, коли розізлився(ась)				
29.	Можна визначити, що відчуває людина, просто прислухаючись до звучання її голосу				
30.	Я не вмію керувати емоціями інших людей				

31.	Мені складно відрізнити почуття провини від почуття сорому				
32.	Я вмію точно здогадуватись, що відчувають мої знайомі				
33.	Мені складно дати раду поганому настрою				
34.	Якщо уважно слідкувати за виразом обличчя людини, можна зрозуміти, які емоції вона приховує				
35.	Я не знаходжу слів, щоб описати свої почуття друзям				
36.	Мені вдається підтримати людей, які діляться зі мною своїми переживаннями.				
37.	Я не вмію контролювати свої емоції				
38.	Якщо мій співрозмовник починає дратуватись, я помічаю це надто пізно				
39.	За інтонаціями мого голосу можна легко здогадатися про те, що я відчуваю				
40.	Коли близька мені людина плаче, я гублюсь				
41.	Мені буває сумно і весело без якоїсь причини				
42.	Мені складно передчути зміну настрою в оточуючих				
43.	Я не вмію переборювати страх				
44.	Буває, що я хочу підтримати людину, а вона цього не відчуває, не помічає				
45.	У мене трапляються почуття, які я не можу точно визначити				
46.	Я не розумію, чому деякі люди на мене ображаються				

ДОДАТОК Б

«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?

№п.п.	Варіанти А		Варіанти 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 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.

ДОДАТОК В

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

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

№ п/п	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-долідницькою 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