

В. В. ЗАРИЦЬКАдоктор психологічних наук, професор
Класичний приватний університет**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ЕФЕКТИВНОСТІ
ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

У статті обґрунтовано емоційний інтелект як чинник ефективності професійної діяльності. Проаналізовано різні підходи до тлумачення сутності професійної діяльності, місця й цінності в ній емоційного інтелекту. Розглянуто умови забезпечення психологічної готовності студентів до виконання професійних обов'язків: адаптація, поведінкові та емоційні реакції; закономірні зв'язки, психологічні ознаки праці.

Ключові слова: емоції, емоційний інтелект, готовність особистості до професійної діяльності.

Наукова проблема полягає в тому, що немає чіткого обґрунтування необхідності належного рівня розвитку емоційного інтелекту для забезпечення високого рівня готовності особистості до професійної діяльності.

У процесі підготовки студентів до професійної діяльності цінність емоційного інтелекту полягає в тому, щоб розвинути в них таку якість, як “захопленість роботою”, яка супроводжується емоційними підйомами та не допускає “професійного вигорання”, що призводить до емоційного виснаження, втрати бажання працювати, коли робота стає повсякденним тягарем.

Для “захопленості роботою” характерні такі складові, як: енергійність, активне включення в роботу, професійна ефективність, тоді як для “професійного вигорання” – емоційне виснаження, цинізм, редукція особистих досягнень, втрата інтересу до професійної діяльності або зовсім негативне ставлення до неї [17].

Ефективність професійної діяльності залежить від того, наскільки особистість готова до цього процесу. Поняття “готовність до професійної діяльності” в сучасній науковій літературі тлумачать по-різному. Існують, як мінімум, три наукових підходи до визначення сутності цього поняття: діяльнісний; особистісний; поєднання діяльнісних і особистісних засад.

З погляду діяльнісного підходу, поняття “готовність до професійної діяльності” тлумачать як якісну характеристику суб'єкта діяльності – представника певної професії, що визначається мірою володіння студентом сучасним змістом і засобами вирішення професійних завдань, продуктивними способами їх здійснення [13]. Таке визначення доцільно використовувати для позначення великої сукупності елементів, які відображають високу продуктивність професійної діяльності особистості [14].

Професійна діяльність не зводиться лише до того, що може бачити сторонній спостерігач, її необхідно розглядати як багаторівневу систему, яка має не тільки зовнішні, а й складні різноманітні внутрішні психічні функції [2; 3].

Професійну діяльність можна розглядати як певну системну організацію свідомості, психіки людини [10].

Професійна діяльність є інтегральною характеристикою суб'єкта діяльності, що виявляється в діяльності та спілкуванні; це не тільки досягнення людиною високих виробничих показників, а й особливості її професійної мотивації, система її устремлень, ціннісних орієнтацій, сенсу праці для самого фахівця [6]. Це означає, що в процесі підготовки студентів до професійної діяльності дослідники все частіше звертаються до особистісних аспектів цього феномена й розглядають його як сукупність психофізіологічних, психічних і особистісних змін, які відбуваються в людині під час оволодіння професією, завдяки чому забезпечується психофізіологічна, психічна та психологічна стабільність людини, що є гарантом високого рівня її професійної підготовки, яка виявляється у високій результативності професійної діяльності спеціаліста [18].

Існує й третій підхід до визначення сутності професійної діяльності, яка виявляється в поєднанні діяльнісних і особистісних характеристик, коли її розглядають у діалектичній єдності проявів діяльнісного й особистісного [5].

У вирішенні практичних завдань тон у розвитку професійної діяльності задає все-таки діялісна сторона. Водночас випереджальний розвиток однієї з її складових буде обов'язково стимулювати й розвиток іншої. Інтенсивний розвиток професійних навичок і вмінь буде гальмуватися, якщо від його рівня будуть відставати відповідні йому психологічні професійно важливі якості, що забезпечують формування відповідних умінь. Тому розвиток професійно важливих якостей надасть змогу засвоїти нові вміння або підвищити ефективність уже існуючих. Так буде тривати доти, доки вони не будуть відповідати високим показникам готовності до професійної діяльності.

Щодо загальних показників якості професійної діяльності, то науковці (С. Дружилов, 2002; Є. Клімов, 1996; Ю. Поваренков, 2002) визначають дві групи: зовнішні (об'єктивні) і внутрішні (суб'єктивні). До зовнішніх (об'єктивних) показників готовності до професійної діяльності вони зараховують професійну продуктивність роботи спеціаліста, яка включає кількість та якість продукції, надійність професійної діяльності й розглядається як єдність економічної, соціальної, психологічної та клієнтоцентрованої ефективності [10; 16]. При цьому економічна ефективність діяльності визначається співвідношенням прибутків та витрат при отриманні корисного результату; психологічна – співвідношенням задоволеності особистості спеціаліста та психофізіологічної “ціни” його діяльності; соціальна – співвідношенням корисного соціального результату та соціальних витрат; клієнтоцентрована – ступенем орієнтації суб'єкта праці не на миттєві прибутки, а на довготривалі відносини зі споживачем [6].

До внутрішніх показників готовності до професійної діяльності вони зараховують два інтегровані показники: професійну ідентичність і рівень професійної зрілості.

Професійна ідентичність у цьому контексті розглядається як особистісна значущість для представника цієї професії та професійної діяльності, як засіб задоволення власних потреб і розвитку свого індивідуального ресурсу. Професійна ідентичність оцінюється на основі таких суб'єктивних показників, як задоволеність працею, професією, кар'єрою, своїм професійним Я.

Механізмом розвитку професійної ідентичності особистості є гармонійність співвідношення інтеріоризованих моделей професії та професійної діяльності з професійною Я-концепцією, яка, у свою чергу, включає:

- 1) уявлення фахівця про себе як члена професійного співтовариства, носія професійної культури;
- 2) уявлення про систему професійних якостей, необхідних спеціалісту;
- 3) систему ставлень людини до професійних цінностей.

За відсутності професійної ідентичності розвивається професійний маргіналізм, суттєвою ознакою якого є внутрішня відчуженість від професійної етики й цінностей як у сфері ідентичності свідомості (самоототожнення з відповідальністю, посадовими обов'язками та мораллю), так і у сфері реальної поведінки (дії не в межах професійних функцій та етики, а під впливом інших мотивів і цілей) при зовнішній формальній причетності до професії [8].

Другий внутрішній показник – рівень професійної зрілості, уміння людини співвідносити свої можливості та потреби з професійними вимогами, які висуває професійна діяльність.

На основі досліджень є підстави стверджувати, що в модель формування в старшокласників здатності до самореалізації, крім іншого, необхідно включати розвиток емоційно-вольової сфери, до якої входять такі здатності, як: емоційно-позитивне сприйняття відносин з іншими людьми; здатність долати хвилювання, протистояти життєвим ускладненням та знаходити вихід з них; здатність свідомо оцінювати реальну життєву ситуацію й відповідно діяти [9].

Продовження цієї роботи необхідно й у студентський період, щоб сформуванню різнобічну готовність фахівця до професійної діяльності (змістову, організаційну, емоційну, соціально виправдану тощо).

Мета статті – розкрити сутність і цінність належного рівня розвитку емоційного інтелекту для забезпечення високого рівня готовності особистості до професійної діяльності за фахом.

У контексті нашого дослідження ми розглядаємо готовність до оволодіння професійною діяльністю як інтегральне утворення особистості, що полягає у вибірковій спрямованості на вибрану нею діяльність, яка виникає на ґрунті позитивного ставлення до всіх видів занять, що викладатимуться в навчальному закладі, бо вони скеровані відповідними потребами та вимогами до цієї професії.

Для забезпечення готовності особистості здійснювати професійно продуктивну діяльність, виявляти професійну зрілість та мати розвинуту

професійну ідентичність необхідна відповідна різнопланова підготовка до професійної діяльності в навчальному закладі. Серед інших проблем гостро стоїть питання розв'язання проблеми психологічної готовності особистості майбутнього спеціаліста, розвитку його адекватних змістові професійної діяльності особистісних якостей і властивостей. У навчальному закладі особистість (студент) переосмислює функцію освіти з погляду її значущості для професійної діяльності, а процес підготовки до цієї діяльності забезпечується в процесі викладання навчальних дисциплін, де поряд із засвоєнням відповідних знань і вмінь передбачено орієнтацію змісту освіти на актуалізацію можливостей особистості, перетворення останньої на суб'єкта навчальної діяльності, здатного до свідомого професійного самовизначення, саморозвитку, вільного вибору свого життєвого шляху, формування загальної готовності до оволодіння професійною діяльністю.

Про сформовану готовність до професійної діяльності можна говорити лише за умови розвиненості в суб'єкта професійної підготовки позитивного ставлення до вибраної діяльності; задоволення процесом і результатом підготовки до конкретної роботи; можливості самореалізації, самоутвердження, самовдосконалення в праці; розвитку Я-концепції, становлення Я-спеціаліста й прагнення суб'єкта навчання до досягнення еталонної моделі професіонала (О. Обознов, 2007); вміння адаптувати свою поведінку до ситуацій, що виникають; вміння емоційно позитивно будувати процес спілкування, в який необхідно включати мету пізнання, самооцінку, роботу в команді, комунікативність як вагомні показники ефективного використання емоцій у професійній діяльності (Н. Волкова, 2007); напруження таких професійно значущих здібностей, як мислення, уявлення, спостережливість та широкого набору таких конкретних властивостей, як емоційна стабільність, здатність розуміти, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших, тобто мати високорозвинений емоційний інтелект і вміло використовувати його для досягнення бажаної результативності професійної діяльності [1; 15].

На шляху до оволодіння студентом обраною ним професією у вищому навчальному закладі важливою є його здатність якомога швидше психологічно адаптуватися до студентського середовища. Цей процес відбувається тим успішніше, чим вищий рівень розвитку емоційного інтелекту студента. Існує пряма залежність здатності особистості до адаптації в студентському середовищі від рівня розвитку емоційного інтелекту, яка виявляється в усвідомленні особистістю емоційних переживань, пов'язаних із процесом міжособистісної взаємодії; внутрішніх (емоційна компетентність, глибина взаємин) і зовнішніх (активність, популярність серед інших) сторін спілкування на початку студентського життя [4].

Недостатній розвиток конструктивних форм поведінки, зумовлених паралельно з іншими низьким рівнем емоційного інтелекту, може спровокувати виникнення психосоматичних захворювань чи деструктивного розвитку особистості студента [11].

Поведінкова реакція в разі правильно проведеної індивідуальної адаптації є настільки адекватною, що здійснюється мінімальними витратами енергії, а результат поведінки відповідає поставленій меті. У нетренованих осіб поведінкова реакція, особливо в нових для них умовах, здійснюється з напругою, водночас результат не може цілком відповідати поставленій меті, і тоді виникає психоемоційна напруга негативного характеру (В. Крайнюк, 2005). Для реалізації різноманітних форм професійної діяльності важливе значення має здатність особистості зберігати емоційну стійкість, яка в стресових ситуаціях надає змогу адекватно регулювати поведінку людини. Емоційна стійкість – один із показників високого рівня емоційного інтелекту, який дуже важливо мати кожному спеціалісту, враховуючи те, що в складних умовах сучасного сьогодення студенти часто невпевнені у своєму майбутньому. Через це вони нерідко переживають негативні емоційні стани та внутрішні конфлікти.

Найчастіше внутрішньо конфліктними цінностями є такі: слабка здоров'я (фізичне і психічне), матеріальна незабезпеченість життя, невпевненість у собі, відсутність щасливого сімейного життя, свободи як незалежності у вчинках і діях [7].

Відсутність єдності із собою є ознакою низького рівня культури людини [19].

Надзвичайно значущий розвиток емоційного інтелекту особистості в процесі її професійної підготовки простежується у виявлених ученими загальних закономірностях будь-якої професійної діяльності, найбільш суттєвими серед яких у контексті нашого дослідження можна назвати такі.

1. Закономірні зв'язки між діяльністю індивіда й діяльністю суспільства, які особистість має сприймати емоційно позитивно як необхідні для професійної діяльності в цьому суспільстві.

2. Закономірні зв'язки між тенденціями до змін професійної спрямованості суб'єкта праці та факторами, що їх зумовлюють (інтереси, потреби, мотиви, ціннісні орієнтації, особистісні установки, воля тощо), у задоволенні яких важливу роль відіграють емоції та розумне використання їх суб'єктом праці.

3. Закономірні зв'язки між змінами в прояві психічних процесів (сприйняття, уваги, пам'яті, мислення тощо), на які суттєво впливає емоційний стан людини, та її здатність контролювати й регулювати емоційні прояви.

4. Індивідуально-типологічна своєрідність ставлення до діяльності і її емоційне забарвлення, що знаходить своє відображення в поведінці людини.

Зміст виокремлених нами закономірностей ґрунтується на психологічних знаннях суб'єкта професійної діяльності, дотримання яких є обов'язковим у процесі виконання роботи.

Міра дотримання цих закономірностей є регулятором поведінки людини в діяльності, бо відображає її суб'єктивне ставлення до об'єктивної реальності. Для з'ясування того, як у свідомості суб'єкта праці відображається за-

дана об'єктивна реальність, який її вплив на трудову поведінку й на результати праці людини, використовують психологічні ознаки праці, які розробив Є. Климов [10]:

1) усвідомлення соціальної цінності результату праці, рівень якого залежить не тільки від рівня знань суб'єкта праці про вимоги до результатів праці та від ставлення до праці, а й від емоційних проявів суб'єкта праці в діяльності;

2) усвідомлення обов'язковості виконання дорученої справи в заданих нормах, яке виявляється в натхненному сумлінному ставленні до її виконання;

3) свідоме застосування знарядь і засобів досягнення професійних цілей, яке залежить від рівня теоретичної підготовки, рівня сформованості професійних умінь і навичок, а також від адекватності емоційних проявів відповідно до рівня професійної готовності суб'єкта праці;

4) усвідомлення значущості міжособистісних відносин у процесі професійної взаємодії (розуміння суб'єктом праці внеску інших людей у створення тих матеріальних і духовних цінностей, які він використовує у своїй професійній діяльності).

Отже, зазначені й охарактеризовані ознаки являють собою взаємозв'язок мотиваційних, операційних, а також когнітивних і афективних компонентів (останні з яких визначають емоційний інтелект) суб'єкта діяльності, зумовлений його соціальними установками, професійною та емоційно-когнітивною підготовленістю.

Висновки. Професійна діяльність передбачає наявність у фахівця певного рівня готовності до професійної діяльності, яку в науковій літературі тлумачать як сукупність соціально й особистісно значущих знань і вмінь, психологічних характеристик та особистісних якостей, що надають змогу результативно здійснювати професійну діяльність. Стосовно готовності до професійної діяльності існує, як мінімум, три підходи: діяльнісний, психологічний і особистісний, які, звичайно, включають емоційний та когнітивний компоненти.

Про сформовану готовність до професійної діяльності можна говорити лише за умови розвиненості в суб'єкта професійної діяльності: позитивного ставлення до вибраної діяльності; задоволення процесом і результатом цієї діяльності; вміння адаптувати свою поведінку, дії до конкретної ситуації; високо розвинутий емоційний інтелект та здатність вміло його використовувати в спілкуванні, вирішення професійно важливих завдань.

Сформованість емоційної готовності до професійної діяльності передбачає дотримання таких загальних закономірностей, які ґрунтуються на емоційному інтелекті особистості, тобто на емоційних і когнітивних процесах, що супроводжують професійну діяльність людини: закономірні зв'язки між діяльністю індивіда й діяльністю суспільства; тенденції формування та зміни професійної спрямованості суб'єкта праці й факторів, що їх зумовлюють; форму-

вання та зміни психічних процесів; індивідуально-типологічна своєрідність ставлення до діяльності та її емоційне забарвлення.

Найбільш суттєвими психологічними ознаками праці є усвідомлення соціальної цінності результату праці; усвідомлення обов'язковості виконання дорученої справи в заданих нормах; свідоме застосування знарядь і засобів досягнення професійних цілей; усвідомлення значущості міжособистісних стосунків у процесі професійної взаємодії.

Спираючись на вищенаведені підходи, загальні закономірності психологічної підготовки до професійної діяльності та її характерні ознаки, можна говорити про вплив емоційного інтелекту на підготовку студентів до професійної діяльності, якщо в процесі підготовки їм не давати готових рецептів її здійснення, а орієнтувати на пошуки шляхів вирішення професійних завдань. Тільки тоді студенти будуть здатні оцінити власну професійну готовність і емоційно позитивно ставлення до неї.

Список використаної літератури

1. Волкова Н. П. Емоційний інтелект як інтегральна властивість, що забезпечує компетентність майбутнього вчителя в здійсненні професійно-педагогічної комунікації / Н. П. Волкова // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки : зб. наук. пр. / [редкол. Т. І. Сущенко та ін.]. – Запоріжжя, 2007. – Вип. 41. – 388 с.
2. Габдреев Р. В. Методология, теория, психологические резервы инженерной подготовки / Р. В. Габдреев. – Москва : Наука, 2001. – 167 с.
3. Гура О. І. Психолого-педагогічна компетентність викладача вищого навчального закладу: теоретико-методологічний аспект : монографія / О. І. Гура. – Запоріжжя : ГУ “ЗІДМУ”, 2006. – 332 с.
4. Дерев'янка С. П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища : автореф. дис. ... канд. психол. наук / С. П. Дерев'янка. – Київ, 2009. – 20 с.
5. Деркач А. А. Модель социально-перцептивной компетентности современного руководителя / А. А. Деркач // Развитие социально-перцептивной компетентности личности : матер. науч. сессии, посвященной 45-летию академика А. А. Бодалева / [под общ. ред. А. А. Деркача]. – Москва : Луч, 1998. – 248 с.
6. Дружилов С. А. Становление профессионализма человека как реализации индивидуального ресурса профессионального развития / С. А. Дружилов. – Новокузнецк : Изд-во ИПК, 2002. – 242 с.
7. Дубчак Г. М. Аналіз внутрішньо-особистісних переживань студентів у період навчання у вузі / Г. М. Дубчак // Перспективні педагогічні технології в системі неперервної освіти : матер. Всеукр. наук.-пошук. конф. : у 2 ч. / [за ред. І. Г. Єрмакова, С. В. Рудаківської]. – Київ : КиМУ, 2005. – Ч. 2. – С. 356–362.
8. Ермолаева Е. П. Профессиональная идентичность и маргинализм: концепция и реальность / Е. П. Ермолаева // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. – № 4. – С. 51–59.
9. Зарицька В. В. Модель формування у старшокласників здатності до самореалізації / В. В. Зарицька // Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. – Харків, 2006. – С. 36–42.
10. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1996. – 495 с.
11. Корнієнко І. О. Особливості саморегуляції поведінки особистості студента в ситуації неуспіху / І. О. Корнієнко // Психолого-педагогічні аспекти розвитку майбутньо-

го фахівця : програма та тези Міжнар. наук.-практ. конф. (19–20 червня 2009 р.) / [за заг. ред. Н. О. Євдокимової]. – Миколаїв : Миколаїв. держ. ун-т ім. В. О. Сухомлинського, 2009. – 92 с.

12. Крайнюк В. М. Технології формування стресостійкості фахівця до діяльності в екстремальних умовах / В. М. Крайнюк // Перспективні педагогічні технології в системі неперервної освіти : матер. Всеукр. наук.-пошук. конф. : у 2 ч. / [за ред. І. Г. Єрмакова, С. В. Рудаківської]. – Київ : КиМУ, 2005. – Ч. 2. – С. 127–136.

13. Кузьміна Н. В. Закономерности акмеологоориентированного становления профессионализма учителя / Н. В. Кузьміна, Н. И. Виноградова // Акмеология. – 2003. – № 4. – С. 50–53.

14. Маркова А. К. Психология труда учителя: книга для учителя / А. К. Маркова. – Москва : Просвещение, 1993. – 192 с.

15. Обознов А. А. Психологические механизмы формирования профессиональной пригодности и надежности человека в социотехнических системах / А. А. Обознов // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28. – № 5. – С. 15–21.

16. Поваренков Ю. П. Психологическое содержание профессионального становления человека / Ю. П. Поваренков. – Москва : Изд-во УРАО, 2002. – 160 с.

17. Полунина О. В. Увлеченность работой и профессиональное выгорание: особенности взаимосвязей / О. В. Полунина // Психологический журнал. – 2009. – Т. 30. – № 1. – С. 73–85.

18. Рогов Е. И. Личность учителя: теория и практика / Е. И. Рогов. – Ростов-на-Дону, 1996. – 300 с.

19. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза / К. Хорни. – Санкт-Петербург : Лань, 1977. – 240 с.

Стаття надійшла до редакції 08.09.2016.

Зарицкая В. В. Эмоциональный интеллект как фактор эффективности профессиональной деятельности

В статье обосновывается эмоциональный интеллект как фактор эффективности профессиональной деятельности. Анализируются разные подходы к определению сущности профессиональной деятельности, места и ценности в ней эмоционального интеллекта. Рассматриваются условия обеспечения психологической готовности студентов к выполнению профессиональных обязанностей: адаптация, поведенческие и эмоциональные реакции; закономерные связи, психологические признаки труда.

Ключевые слова: *эмоции, эмоциональный интеллект, готовность личности к профессиональной деятельности.*

Zarytska V. Emotional Intelligence as a Factor of the Professional Activity Effectiveness

Background. The notion of “readiness for professional activity” in the current literature is controversial. This article describes the three basic approaches: active (qualitative characteristic of the subject activity), personal (summation of psycho and physiological, mental and personal changes in the process of acquirement the profession); personal activity (dialectical unity and personal manifestation of the activity).

Common indicators of quality of professional activities are divided into two groups: external (objective) and internal (subjective). The external indexes include: the number and quality of products, and to internal – professional identity and the level of professional maturity.

Objectives: exposure of essence and values of appropriate level of emotional intelligence to ensure readiness of the person to start professional work in the specialty.

Method: a theoretical analysis of the scientific literature.

Results. Readiness to start professional work is seen as integral formation of the person, which occurs on the basis of a positive attitude to all kinds of activities that meet the needs and demands of the profession.

Students' acquirement of their chosen professions requires a certain level of formation of emotional intelligence, which is dictated by the general laws of professional activity: between human activities and the requirements of society; between changes in occupational and emotional reactions on subject; between the manifestations of emotions and the ability to control them, etc.

The aforementioned laws are regulators of human behavior in the course of professional activities, where signs of the ability to regulate their behavior are the psychological traits of labor: awareness of the social value of the study results, the obligation to fulfill the task in the given rules, conscious use of the ways to achieve goals, understanding the importance of interpersonal relationships in professional activities.

Conclusions. Appropriate level of readiness for professional work provides knowledge and skills in addition also the presence of the psychological characteristics of the individual, among which is of great importance of emotional intelligence.

***Key words:** emotions, emotional intelligence, readiness of the individual to the profession.*