

інтерпретаційної схеми, яку можна використовувати для аналізу візуальних репрезентації.

Список використаних джерел

1. Вознесенська О.Л., Мова Л.В. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті/ О.Л.Вознесенська, Л.В. Мова. – К.: Шк. Світ, 2007. – 120 с.
2. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапії: підходи, діагностика, система занять/ Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2008. – 256 с.
3. Скнар О.Н., Реброва К.В. Арт-техніка «Коллаж»: діагностический и терапевтический потенциал / О.Н.Скнар, Е.В.Реброва / Простір арт-терапії. Збірник наукових статей. – К., 2009. – Вип. 2(6). – С. 106-117.
4. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная терапия/Л. Штейнхардт. – СПб.: Питер, 2001. – 320 с.
5. Кисилева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе/ М.В.Кисилева. – СПб.: Речь, 2007. – 336 с.
6. Соснюк О.П. Психосемантична інтерпретація візуальних образів у прикладних дослідженнях / О.П.Соснюк // Наука і освіта. Тематичний спецвипуск: «Когнітивні процеси та творчість». – № 9, 2012. – С.201-205.
7. Branthwaite Alan, Toiati Luigi. An unusual approach to collage//Exploring projective techniques (Reassessing and developing current practice)/ A.Branthwaite, L.Toiati. – Barcelona (WorkShop ESOMAR), 2005. – P.18-27.

Отримано 20.06.2014 р.

УДК 159.92 (07)

Павельчук С.Т.[°]

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології, аспірант (м.Київ)

**ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА
ПРОФЕСІЙНОЇ УСПІШНОСТІ ПСИХОТЕРАПЕВТА: АСПЕКТИ ПІДХОДУ**

В статті розглядається феномен емоційного інтелекту як чинника професійної успішності психотерапевта. Проаналізовано компоненти емоційного інтелекту які є провідними в розвитку професійної успішності.

Ключові слова: емоційний інтелект, професійна успішність, емпатія, психотерапевти

В статье рассматривается феномен эмоционального интеллекта как фактора профессиональной успешности психотерапевта. Проанализированы компоненты эмоционального интеллекта которые являются ведущими в развитии профессиональной успешности.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, профессиональная успешность, эмпатия, психотерапевты

Phenomenon of emotional intelligence as a factor of professional success of a psychotherapist is viewed in the article. Components of emotional intelligence leading in professional success development have been analyzed.

Keywords: emotional intelligence, professional success, empathy, psychotherapist

Актуальність. Проблема вивчення емоційного інтелекту постає перед психологічною наукою в контексті вузького кола досліджень, які торкаються його впливу на професійну успішність лише в галузі управління організаціями та лідерства, проте зазначається, що емоційний інтелект є необхідною передумовою ефективності та успішності діяльності особистості в цілому. Професія психотерапевта напряду пов'язана з регулярною взаємодією з людьми, ефективність якої залежить від наявності та рівня розвитку ряду професійно необхідних навичок, вмінь та компетенцій, що забезпечать розвиток клієнтів та сприятимуть вирішенню їх життєвих проблем.

Аналізуючи дослідження стосовно професійних компетенцій психотерапевтів зазначаємо, що однією з них є емпатія, яка входить до компонентів емоційного інтелекту, проте загалом цей феномен не був об'єктом глибокого дослідження. Оскільки задля продуктивної роботи психотерапевтам, насамперед, важливо усвідомлювати власні емоційні реакції, бажання та потреби, розвиток емоційного інтелекту як здатність людини усвідомлювати емоції, досягати і генерувати їх так, щоб сприяти мисленню, розумінню емоцій і того, що вони означають і, відповідно керувати ними таким чином, щоб сприяти своєму емоційному і інтелектуальному зростанню, на нашу думку є професійно значущою характеристикою, яка впливає на професійну успішність психотерапевтів. Крім того емоційний інтелект допомагає розпізнавати емоції інших людей, а це в свою чергу є однією з провідних якостей успішного психотерапевта.

Розглядаючи проблему впливу емоційного інтелекту на професійну успішність, варто зазначити, що переважна більшість дослідників [1] звертаються до розгляду питань зв'язку емоційного інтелекту та успішності діяльності в контексті роботи організацій, менеджменту та лідерства.

Згідно з результатами досліджень Дж.Майєра і П.Саловея «люди, що володіють високим рівнем емоційного інтелекту, здібні до швидшого прогресу в певних областях і ефективнішого використання своїх здібностей». Основна думка дослідників полягала в тому, що хоча емоції і інтелект зазвичай протиставляються, насправді вони взаємозв'язані, переплетені і дуже часто досить тісно взаємодіють. І від успіху даної взаємодії безпосередньо залежить успіх людини в багатьох сферах життя і діяльності.

Проте робота дослідників була суто науковою і розрахованою на вузький круг фахівців. Вихідна теорія, яку запропонували Дж.Майєр і П.Саловея, пов'язує емоційний інтелект з особистісними факторами – теплотою і чуйністю. Разом з тим, ці автори довели, що особистісні фактори відмінні від рівня емоційного інтелекту. Вони визначають поняття емоційного інтелекту як здатність усвідомлювати смисл емоцій і використовувати ці знання, щоб виявити причини виникнення проблем і вирішити їх. Вчені вважають, що емоційний інтелект обумовлює наявність різних здібностей, задіяних в адаптивному опрацюванні емоційної інформації. Було запропоновано кілька механізмів, що передбачають його зв'язок з розумовими здібностями. По-перше, емоції пов'язані з процесом мислення – певні емоції можуть підвищувати продуктивність процесу мислення і спрямовувати увагу на конкретні завдання. По-друге, ефективне регулювання емоцій може бути співвіднесене з такими здібностями, як співпереживання і відвертість. Дж.Майєр і П.Саловея акцентували увагу на п'яти типах здібностей -

знання про емоції, управління емоціями, розпізнавання емоцій у інших, уміння мотивувати себе, управляти соціальними відносинами в позитивному руслі [2].

Аналізуючи уявлення дослідників щодо природи та функцій емоційного інтелекту варто зазначити, що даний феномен є важливою передумовою успішності не лише менеджерів та лідерів організацій, а й фактором особистісного зростання особистості, задля покращення міжособистісної взаємодії та розвитку комунікативних навичок. Багаточисельні дослідження показали, що успіх людини, яка працює в сфері постійного спілкування, на 80% залежить від її комунікативної компетентності.

Сфера діяльності психотерапевта лежить в площині міжособистісної взаємодії, де провідну роль відіграє ефективна комунікація. Комунікативна компетентність психотерапевтів напряду впливає на їх ефективність та працездатність як професіоналів.

Потреба суспільства в орієнтованих на практику, професійних та освічених психотерапевтів зростає з року в рік. Такий попит на послуги що надають психотерапевти, пов'язаний з психічним буттям людини, з розвитком людства, зі збільшенням інтересу людей до власної особистості та пошуками відповідей на запитання, які лежать в площині компетенцій саме психотерапевтів. З огляду на це, проблема професійної діяльності психотерапевта в сучасних умовах потребує більш детального і систематизованого розгляду.

Метою даного дослідження виступає теоретичний аналіз факторів та компонентів емоційного інтелекту, які впливають на успішність діяльності психотерапевтів. На користь такого розгляду вказує і той факт, що західні вчені, наприклад, у США, вже давно і ретельно вивчають професійну діяльність психотерапевтів, і, відповідно до цього, розробляють стандарти діяльності психолога, принципи її регламентації і т.д. В Україні, на жаль, подібні стандарти все ще знаходяться в процесі становлення. Це тим більше викликає занепокоєння, що поряд із зростанням потреби суспільства в професійних кадрах (і психотерапевтах зокрема), які б займалися вирішенням практичних задач, пов'язаних з психічним здоров'ям і добробутом громадян, практично відсутня необхідна (і відповідна) інфраструктура. Все це призводить до того, що психологічні послуги нерідко надаються людьми, що не мають відповідної підготовки і знань. Досить часто в ролі психотерапевта, виконуючи його функції і професійні обов'язки, виступають соціальні працівники, психіатри чи навіть лікарі-терапевти; і не лише вони. Останнім часом, все частіше послуги такого роду можна отримати від людей, що дуже далекі від професійної психологічної допомоги. І це при тому, що психологія – це професія, що пред'являє до людини високі моральні стандарти. Викликає великі сумніви, що такі “лікарі людських душ” знають про ці стандарти. Хоча, про них не завжди знають і професійні психологи, що є наслідком недостатньої розробленості і представленості цих стандартів та вимог як в україномовній, так і в російськомовній літературі.

У вітчизняній літературі недостатньо представлені дослідження щодо особистості психотерапевта, його професійних та особистісних якостей та впливу цих якостей на його діяльність.

Говорячи про психотерапевта, як спеціаліста в першу чергу варто зазначити, що одним з головних напрямків його становлення є розвиток особистісних психологічних властивостей та рис, оскільки психотерапевти

«працюють особистістю». Ефективність психотерапії залежить не лише від дієвості метода та ступеня оволодіння його теорією та технікою виконання окремих прийомів, але і від емоційної зрілості психотерапевта, його гнучкості та здатності усвідомлювати та виражати власні емоції та їх зміст. (М.Ламберт, А.Шапіро, Д.Гоулман) [3]. Автори які вважають, що особистісні риси психотерапевта впливають на ефективність його діяльності, виділяють такі характеристики, як концентрація на клієнті, уважність до емоцій клієнта, відкритість, гнучкість, терпимість та об'єктивне мислення.

Зарубіжні автори в своїх дослідженнях диференціюють необхідні здібності психотерапевтів, які використовуються різними напрямками та школами. Однією з перших та головною виділяють здатність до терпеливого емпатійного вислуховування. Це потребує від психотерапевта вміння бути чуйним до емоцій пацієнта, до своїх власних почуттів, здатність відмічати та усвідомлено використовувати їх для прогресу в психотерапії [4].

Аналізуючи дослідження присвячені впливу компонентів емоційного інтелекту на професійну успішність можна зазначити, що найбільша увага приділяється феномену емпатії, як розумінню емоційного стану іншої людини за допомогою співпереживання, занурення в її суб'єктивний світ. Така якість дозволяє психотерапевту оцінювати складні ситуації, який переживає пацієнт в своєму житті і неминучий опір, яку він виявляє до змін. Це передбачає, що психотерапевт характерологічно не відсторонений. Відстороненість як риса, найбільш перешкоджає правильним стосункам з пацієнтом. Нестача емпатії заважає повазі, яку повинен виразити психотерапевт клієнту, інтересу, який повинен бути показаний його станом, здатності давати клієнту тепло і підтримку коли потрібно, здатності концентруватися на його запитах і давати відповідну відповідь.

Емпатія, як феномен, почала вивчатися в психологічній літературі з середини ХХ століття і продовжує набувати особливого значення в сучасному світі з урахуванням розвитку різних теоретичних і практичних шкіл і течій. Однак, найбільшої уваги та значимості феномену емпатії надає школа Роджеріанського напрямку. Найважливішим завданням психотерапії є розгляд тих думок, установок, почуттів, емоційно забарвлених імпульсів, які тісно пов'язані з проблемами і конфліктами індивіда. Як правило, ці складності знаходяться на рівні неусвідомлюваних емоційних чинників. І так, як терапевт стає для клієнта новим значущим іншим, і його безумовне прийняття, емпатія і відкритість створюють умови для актуалізації переживань клієнта і внутрішньої реорганізації його Я-концепції. Тому в процесі психотерапії дуже важливим є спрямування розуміння терапевта на виникли у клієнта почуття, вміння чуйно сприймати і реагувати на емоційні вираження, що свідчать про ключову роль емпатії.

Представники клієнт-центрованої психотерапії розширили уявлення про емпатію поняттям "точної емпатії", яке містить більше, ніж тільки здатність психотерапевта до проникнення у внутрішній світ пацієнта. "Точна емпатія" включає здатність зрозуміти актуальні почуття і вербальне вміння передати це розуміння чіткою для пацієнта мовою. Емпатія входить у більш широке коло особистісних характеристик психотерапевта, що відбиваються в його спілкуванні з пацієнтом. Оцінка емпатії виявилася тісно пов'язаною з такими характеристиками психотерапевта, як професійне мистецтво, теплота, доброзичливість, надійність,

життєвий досвід, сила, щирість та ін. Емпатичне розуміння не є результатом інтелектуальних зусиль. Емпатія психотерапевта залежить від доступності та багатства його власного досвіду, точності сприйняття, вміння налаштуватися, слухаючи пацієнта, на одну емоційну хвилю з ним. Численні дослідження показали позитивну кореляцію між оцінкою пацієнтами емпатії психотерапевта і успіхом лікування при різних видах психотерапії, особливо клієнт-центрованої психотерапії [5].

Отже, емпатія на думку багатьох дослідників є однією з провідних та важливих компетенцій психотерапевта, яка має суттєвий вплив на успішність його діяльності.

Окрім емпатії, наявні концепції емоційного інтелекту включають також інші фактори та компоненти, які варто враховувати при дослідженні психотерапевтів та їх професійної успішності. Звернемося до них.

В концепції Д. Гоулмена структуру емоційного інтелекту включає самосвідомість, самоконтроль, соціальну свідомість і управління взаємовідносинами [3].

Таблиця 1 - Структура емоційного інтелекту за Д. Гоулменом

	Власна особистість	Інші люди
Свідомість	Самосвідомість: <ul style="list-style-type: none">• емоційна самосвідомість;• точна самооцінка;• впевненість в собі.	Соціальна свідомість: <ul style="list-style-type: none">• емпатія;• корпоративна свідомість;• орієнтація на надання послуги.
Поведінка	Самоконтроль: <ul style="list-style-type: none">• емоційний самоконтроль;• дії, які заслуговують довіри;• свідомість.	Управління взаємовідносинами: <ul style="list-style-type: none">• розвиток інших людей;• наснага оточуючих;• вплив на оточуючих.

Самосвідомість можна розглядати як основу всіх інших компонентів емоційного інтелекту. Вона включає в себе здатність людини оцінювати власні емоції і розуміти, як вони впливають на роботу й особисте життя. Самосвідомість також включає в себе адекватну оцінку своїх сильних і слабких сторін і почуття впевненості в собі. Володіння собою - другий ключовий компонент емоційного інтелекту, який можна визначити як здатність контролювати деструктивні емоції. Володіти емоціями значить не пригнічувати або приховувати їх, а розуміти, використовуючи це розуміння в різних ситуаціях. У цю категорію входять такі якості, як прагнення викликати довіру оточуючих (прояв чесності і прямоти), свідомість (відповідальне ставлення до своїх обов'язків), здатність до адаптації (вміння пристосовуватися до змін); ініціативність, що розширює можливості людини; оптимізм, що виявляється всупереч усім труднощам і невдачам. Соціальна свідомість - це здатність розуміти інших. Соціально свідомі люди проявляють емпатію - уміння поставити себе на місце іншої людини і розуміти її думки і почуття. Крім того, соціальна свідомість має увазі орієнтацію на надання послуг, тобто здатність визначити і задовольнити запити клієнтів. Менеджмент взаємин - це здатність налагоджувати контакти і взаємодіяти з іншими людьми.

Аналізуючи структуру емоційного інтелекту Д.Гоулмена помічаємо, що вказані компоненти емоційного інтелекту мають зв'язок з професійними

компетенціями психотерапевтів, оскільки професія психотерапевтів передбачає наявність у нього зазначених рис.

Д.В.Люсінім пропонується двокомпонентна структура емоційного інтелекту як здатності до розуміння своїх і чужих емоцій, управління ними. Автор вводить поняття внутрішньоособистісного та міжособистісного емоційного інтелекту.

Міжособистісний емоційний інтелект – розуміння емоцій інших людей і управління ними.

Внутрішньоособистісний емоційний інтелект – розуміння власних емоцій та управління ними.

Д.В.Люсін вважає, що здатність до розуміння емоцій і управління ними дуже тісно пов'язана із загальною спрямованістю особистості на емоційну сферу, тобто з інтересом до внутрішнього світу людини (у тому числі і до свого власного), схильністю до психологічного аналізу поведінки, з цінностями, що приписуються емоційним переживанням. В якості факторів, що визначають розвиток емоційного інтелекту, називаються особливості емоційності, когнітивні здібності, уявлення про емоції [6].

Результат аналізу робіт з емоційного інтелекту (Д.В.Ушаков, Д.В.Люсіна, Г.Г.Гарскової та ін.) вказує на його специфіку – рефлексію аспектів, що викликають емоційні реакції, тобто розуміння емоцій, яке пов'язане з усвідомленням цінності і смислів тих явищ світу людини, які мають для нього цінність. Основоположник психології розуміння В. Дільтей виділяв: розуміння внутрішнього світу іншого; розуміння себе та розуміння культури, в тому числі письмових документів. «Розвиток розуміння походить від попереднього розуміння, що задає сенс предмета розуміння як цілого, до аналізу його частин і досягненню більш глибокого і повного розуміння, в якому сенс цілого підтверджується змістом частин, а сенс частин сенсом цілого» [6, 7].

У міжособистісному спілкуванні розуміння опосередковується віком, життєвим досвідом, тому і досвідом спілкування. Умовами ефективного взаєморозуміння між людьми є мнемічні, цільові, емпатійні і нормативні умови, низький рівень агресивності [8].

У контексті дослідження емоційного інтелекту, розпізнавання емоцій може призводити до усвідомлення сенсу переживань і при використанні емоційного знання – до корекції поведінки. Д.В. Ушаков, кажучи про емоційний інтелект як рефлексивну здатність зазначає, що рефлексія, здійснювана емоційним інтелектом, носить багаторівневий характер. Рівень первинної рефлексії дозволяє просто усвідомлювати почуття. Над первинною рефлексією вибудовується вторинна, організуюча наступний рівень узагальнення. Природно, у міру збільшення рівня рефлексії роль інтелекту наростає, а емоційності – знижується [7].

Висновок. Отже, беручи до уваги дослідження емоційного інтелекту в контексті професійних компетенцій психотерапевтів, варто зазначити, що найбільш вивченим є питання ролі емпатії психотерапевта, як необхідної умови ефективності та успішності його діяльності. Проте, аналізуючи існуючі моделі емоційного інтелекту варто зазначити, що окрім емпатії, є ще певний ряд компонентів емоційного інтелекту який може мати вплив на професійну успішність психотерапевтів. Тому перспективою нашого подальшого дослідження є вивчення впливу цих компонентів, зокрема таких як емоційна обізнаність,

керування власними емоціями, самомотивація як керування власною поведінкою за рахунок керування емоціями та розпізнавання емоцій інших людей на досягнення успіху в професії психотерапевта.

Список використаних джерел

1. Андреева И.Н. О становлении понятия «эмоциональный интеллект» / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2008. – №5. – С. 83 – 95.
2. Mayer J.D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey // Intelligence. – 1993. – V.17. – № 4. – P. 433–442.
3. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки, пер. с англ. – М.: Альбина Бизнес Бук, 2008. – 301 с.
4. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига. – К.: Вища школа, 2003. – 126 с.
5. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта – СПб.: Питер, 2001. – 304 с.
6. Люсин Д.В. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ /Д.В. Люсин, О.О. Марютина, А.С. Степанова // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования: сб. науч. тр. ; под ред. Д.В. Люсина.
7. Ушаков Д.В. Социальный и эмоциональный интеллект: сомнения, надежды и перспективы / Д.В. Ушаков // Социальный и эмоциональный интеллект : от процессов к измерениям / под редакцией Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М. : Изд-во ИП РАН, 2009. – С. 11–30.
8. Знаков В.В. Понимание в познании и общении / В.В. Знаков. – М.: Изд-во «ИПРАН», 1994. – 235 с.
9. Щербина Л.Ф. Епістемологічний профіль психотерапевта – 798 стр. Проблемисучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Вип. 16. – Кам'янець Подільський: Аксіома, 2012. – 828 с.

Отримано 20.06.2014 р.

УДК 159.9

Палько Т.В.[°]

Закарпатський інститут післядипломної освіти, директор (м.Ужгород)

ТРАНСФОРМАЦІЯ ПОНЯТТЯ «РЕФЛЕКСІЯ» В ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

У статті подані міркування вчених про поняття «рефлексія» в психологічному контексті, визначено й обґрунтовано основні підходи, які забезпечують успішний розвиток професійної рефлексії учителя. Джерел – 9.

Ключові слова: рефлексія, професійна рефлексія, вчитель, теоретичні та методологічні підходи

В статье представлены позиции ученых о понятии «рефлексия» в психологическом контексте, определены и обґрунтовано основные подходы, которые обеспечивают развитие профессиональной рефлексии учителя. Источников – 9.

Ключевые слова: рефлексия, профессиональная рефлексия, учитель, теоретические и методологические подходы