

*критерии, показатели, уровни эффективности групповой проектной деятельности и результаты проверки внутренней согласованности ее критериев.*

**Ключевые слова:** учебные проекты, групповая проектная деятельность, эффективность деятельности.

*The article covers the research problem of psychological means of group students' projects evaluation. The main content of method developed by the author to identify the group project students' work efficiency is covered by the article. The criteria, indicators, levels of group project work efficiency and results of internal consistency of its components are analyzed.*

**Key words:** project, student group project activity, efficiency.

УДК 159.942

**О.А. Льошенко**

## **ОСОБЛИВОСТІ ДИНАМІКИ ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

*В статті подано загальний аналіз поняття емоційної компетентності особистості. Запропонована програма занять із розвитку емоційної компетентності. Виявлені особливості динаміки емоційної компетентності особистості.*

**Ключові слова:** компетентність, емоційна компетентність, динаміка, програма занять.

**Актуальність.** Дослідження емоційної компетентності є самостійною, але багатопланою проблемою, яка становить інтерес не лише для психології, а й для цілої низки наук, зокрема, філософії та соціології, медицини, економіки та ін. Сучасний етап розвитку зумовлює нагальність та своєчасність питання щодо сутності, характеру та динаміки емоційної компетентності людини в усьому діапазоні її складових. Емоційна насиченість соціального, професійного, особистого життя свідчить про важливість та актуальність пізнання емоційної компетентності в аспекті факторів успіху у всіх сферах життя особистості.

Родоначалник терміну емоційна компетентність Д. Гоулман пише, що розвиток даного утворення є корисним у багатьох відношеннях. По-перше, емоції притаманні всім людям, розуміючи емоції свої та інших – отримуємо ключ до міжособистісної взаємодії. По-друге, розуміння власного емоційного світу дає нам можливість зрозуміти себе та приймати життєво важливі правильні рішення. По-третє, актуальність поглибленого вивчення емоцій визначається здатністю створювати багатоманітність зв'язків зі світом. По-четверте, спроможність адекватно оцінити власний емоційний стан дає нам перевагу у боротьбі зі стресом, важливий бонус для адаптації та виживання. Тому, освоєння емоційної компетентності – це крок людини у напрямку до

керування власним життям. Успішно овоїти власний емоційний світ – означає стати автором власної долі.

Більша частина досліджень присвячена ролі емоцій та емоційних переживань у різних видах діяльності людини, зокрема, спортивній та учбовій діяльності. Недостатність досліджень у сфері емоційної компетентності, суперечність щодо її предмету потребує активізації вивчення даного феномену у напрямку визначення змісту, чинників та функціонального призначення емоційної компетентності особистості та шляхів розвитку емоційної компетентності, щоб дозволили сприяти особистісному зростанню, успішності на життєвому шляху, як вияву самореалізації особистості.

**Мета** – представити результати дослідження, направлено на вивчення динаміки емоційної компетентності особистості.

Були поставлені наступні **завдання**:

- аналіз теоретичних підходів та основних аспектів дослідження поняття емоційної компетентності особистості в психологічній літературі;
- розробка програми занять із розвитку емоційної компетентності особистості;
- виявлення особливостей динаміки емоційної компетентності особистості.

Для наукового розгляду феномену емоційна компетентність доречно на початку зробити аналіз поняття компетентність.

Аналіз літератури із даного проблемного питання, дозволяє виділити чотири підходи у визначенні поняття компетентності: по-перше, як здатність, здібність, по-друге, як сукупність досвіду, по-третє, як набір умінь, навичок, по-четверте, як єдність психічних властивостей, по-п'яте, як ефективна модель дії [2, 3]. Більшість науковців приходять до думки, що компетентність представляє собою комплекс знань, навичок та умінь, самовдосконалення, поглиблене розуміння себе, творчий підхід до проблем, які виникають, а також вміння застосовувати отримані теоретичні знання в практичному житті. Дане трактування дає нам можливість звернутися до визначення проблеми емоційної компетентності особистості.

Як уже зазначалось, вперше на зарубіжних теренах поняття емоційної компетентності з'являється у працях Д. Гоулмана. На його думку, емоційна компетентність включає дві складові: особистісна компетентність, куди входять розуміння себе, саморегуляція та мотивація, і соціальна компетентність, яка охоплює емпатію та соціальні навички. Д. Гоулман поєднав у даному феномені різноманітні аспекти. Отже, ми можемо припустити, що мова йде саме про емоційну компетентність, коли ми звертаємося до розгляду змішаних моделей емоційного інтелекту. Різниця між емоційним інтелектом та емоційною компетентністю полягає у тому, що емоційна компетентність включає також вміння, необхідні для успішної адаптації в межах соціального оточення [1]. Емоційна компетентність, на відміну від емоційного інтелекту, формується під впливом сім'ї, оточення, а отже не є статичною.

Більш пізніми є дослідження емоційної компетентності Керолін Саарні. Дослідниця представляє емоційну компетентність у вигляді набору з восьми видів здібностей чи вмій. Ціль емоційної компетентності – це перетворення та прогресивний розвиток емоційної сфери суб'єкта з метою самовдосконалення, самореалізації, становлення суб'єкта зрілою особистістю, яка творить себе та сприяє творенню інших. Останнє твердження зближує поняття емоційної компетентності із поняттям емоційного самопізнання, як засобу до пізнання своїх емоцій та почуттів [5].

Прогрес сьогодення ставить перед людиною завдання не лише запам'ятовувати інформацію та оперувати нею, але й вміти швидко адаптуватись до умов, які щохвилини змінюються. Запорукою благополучного існування, швидкого адаптування та психологічного здоров'я виступає емоційна компетентність особистості. Тому, аналіз теоретичних матеріалів, дозволяє виокремити наступний набір вмій, які формують емоційну компетентність: самоприйняття, усвідомлення власних емоційних станів та їх вираз, здатність розпізнавати емоції інших людей, емоційне самовдосконалення, саморегуляція та регуляція емоцій інших. Отже, емоційна компетентність, повинна розглядатися як набір знань, вмій та навичок, які дозволяють ефективно діяти у різних сферах життя на основі зовнішньої та внутрішньої обробки емоційної інформації.

Спираючись на визначення емоційної компетентності як сукупності знань, вмій та навичок, які дозволяють ефективно діяти на основі обробки зовнішньої та внутрішньої інформації, ми можемо говорити про три рівні представлення емоційної компетентності. Гносеологічний – як сукупність знань, діяльнісний – як оволодіння вміннями, а саме вміння актуалізувати необхідні знання у потрібний момент, особистісний – як сукупність особистісних якостей, що в більшій мірі відповідає феномену емоційного інтелекту, який розглядається як сукупність здібностей, необхідних для обробки емоційної інформації. Проте, якщо розглядати емоційну компетентність, як таку, що базується на емоційному інтелекті, а взаємодія між ними є двосторонньою, то якісні зміни у структурі емоційної компетентності можуть спричинювати якісні зміни у структурі емоційного інтелекту, а звідси, проявляти себе і на особистісному рівні [6].

У світлі вищевикладеного правомірно вести мову, на нашу думку, про емоційну компетентність як про дослідницький конструкт, самостійне психосоціальне утворення, завдяки якому можна судити про особистісний ріст, а саме про рівень самоактуалізації особистості, про її професійний успіх. Конструкт емоційна компетентність інтегрально об'єднує в собі емоції, інтелект та волю, розвиток яких обумовлює успішну адаптацію особистості у соціальному оточенні та життєвих ситуаціях загалом, сприяє розвитку та виявленню своїх особистісних потенційних можливостей.

Спираючись на теоретичний аналіз, можемо припустити, що систематизовані заняття допоможуть у напрямку підвищення рівня емоційної компетентності, як в цілому, так і окремих його компонентів.

Програма групових занять із розвитку емоційної компетентності була представлена студентам вищих навчальних закладів (ВНЗ). Групові заняття були розраховані на 6 зустрічей по 2 години. Група нараховувала 30 студентів. До групи потрапили студенти різних вікових категорій та різного соціального статусу (студенти отримували другу вищу освіту).

Основними методами групової роботи були:

1. Мінілекції – 25% часу;
2. Практична частина – 75% часу:
  - Структуровані дискусії;
  - Практичні вправи;
  - Рольові ігри;
  - Обговорення та аналіз конкретних випадків та ситуацій.

Завданнями тренінгу були визначені наступні:

1. Підвищити рівень самоприйняття особистості;
2. Розвинути вміння усвідомлювати власні емоції та переживання та виражати їх;
3. Розвинути здатність розпізнавати емоції інших, а саме здатність їх ідентифікувати та співвідносити із власним емоційним середовищем, виявляти їх причини та наслідки;
4. Навчитися до емоційного самовдосконалення, а саме здатності бути відкритим новому емоційному досвіду;
5. Оволодіти майстерністю саморегуляції та регуляції емоцій інших.

Використання в ході групових занять мінілекцій полягало у наданні учасникам теоретичного матеріалу, з метою розширення їх знань у сфері емоційної компетентності особистості.

Для того, щоб кількісно та якісно оцінити результативність проведення групових занять із розвитку емоційної компетентності на початку та вкінці було проведено тестування (замір) рівня емоційної компетентності. Через відсутність необхідного діагностичного інструментарію для виміру емоційної компетентності особистості, була створена дослідницька анкета-опитувальник емоційної компетентності особистості. Респондентам була запропонована анкета-опитувальник із 25 тверджень, яка змогла б допомогти зрозуміти здатність особи до прийняття себе, до емоційно зрілих відносин, до саморегуляції. Ступінь своєї згоди із запропонованими твердженнями досліджуваній оцінює від (-1) до (1), у відповідності до структури емоційної компетентності, анкета містить 5 шкал. Практична перевірка запропонованої анкети відбувалась через два етапи. На першому етапі нами було проведено пілотажне дослідження, яке дозволило перевірити надійність дослідницької анкети опитувальника та, в подальшому, перейти до другого етапу, а саме масових опитувань у дослідженні емоційної компетентності особистості.

Для підрахунку рівня значимості змін до і після групових занять використали t-критерій для залежних вибірок. Даний критерій дозволяє порівняти середнє значення двох вимірів одного признаку для однієї і тієї ж вибірки.

Внаслідок проведення групових занять щодо підвищення рівня емоційної компетентності особистості було виявлено зміну у структурі емоційної

компетентності, а саме підвищення, зниження рівня окремих її компонентів (див.рис.1).

За показниками емоційне самоусвідомлення та вираз, розпізнання емоцій інших, емоційне самовдосконалення та саморегуляція, регуляція емоцій інших значимих відмінностей, на рівні  $\text{sig}=0,05$ , знайдено не було.

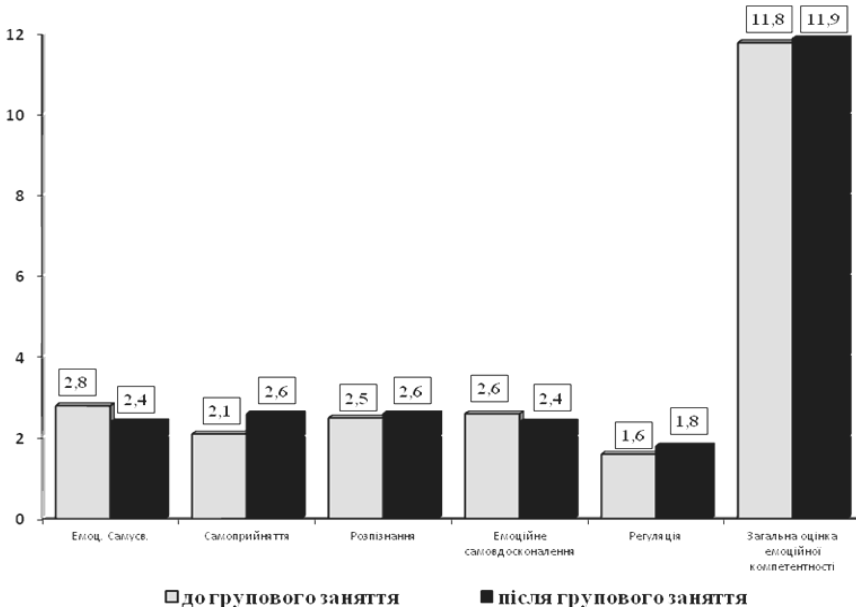
Проте, було виявлено тенденцію щодо зростання таких компонентів емоційної компетентності, як: розпізнання емоцій інших людей, саморегуляція та регуляція емоцій інших. Підтвердження даного факту, на нашу думку, можна отримати шляхом збільшення вибірки у подальших дослідженнях. Тенденцію до зниження рівня отримали стосовно наступних показників: емоційне самоусвідомлення, емоційне самовдосконалення. Отриманий результат можна пояснити наступним чином. Внаслідок проведення теоретичного ознайомлення з конструктом емоційна компетентність, її елементами, знайомства з власним емоційним світом та оточуючих, до досліджуваних прийшло розуміння дійсного рівня їх емоційної компетентності, окремих її компонентів, так як анкета- опитувальник базується на самооцінці власних знань, вмінь та навичок. Можливо припустити, що проведення групових занять спричинило краще розуміння себе респондентами, а також прояв чесності по відношенню до себе, як прояв підвищення впевненості в собі.

Отримано значимий результат у зміні показника самоприйняття як структурного елементу емоційної компетентності особистості, на рівні значимості  $\text{sig}=0,03$ . Можна стверджувати, що програма занять із розвитку емоційної компетентності спричинила підвищення рівня самоприйняття, тобто її окремого компонента. Припускаємо, що це обумовлено проведенням вправ на підвищення рівня самоповаги, як складової самоприйняття, у відповідності до структури самоприйняття, запропонованої В.В. Івановою.

Отже, спостерігається значимий підйом показника самоприйняття внаслідок проведення групових занять із розвитку емоційної компетентності особистості. Підкреслюється значимість, ефективність тренування навиків емоційного самоусвідомлення, самоприйняття, емоційного самовдосконалення, розпізнання емоцій інших, саморегуляції та регуляції емоцій інших.

Дані засвідчують, підтверджують гіпотезу про можливість тренування емоційної компетентності, що дозволяє говорити про необхідність введення емоційно компетентного підходу до навчально-виховного процесу.

Не виявлено значимих відмінностей у наступних показниках емоційної компетентності серед чоловіків: самоприйняття, самоусвідомлення та вираз емоцій, розпізнання емоцій інших, емоційне самовдосконалення. Проте, виявлено тенденцію до зниження рівня самоусвідомлення та виразу емоцій, розпізнання емоцій інших та емоційному самовдосконаленні. Припускаємо, що дану тенденцію можна пояснити через роз'яснення респондентам особливостей емоційної компетентності та її компонентів, а також оцінці своїх знань, вмінь та навичок практично, на основі проведених вправ під час взаємодії з іншими.

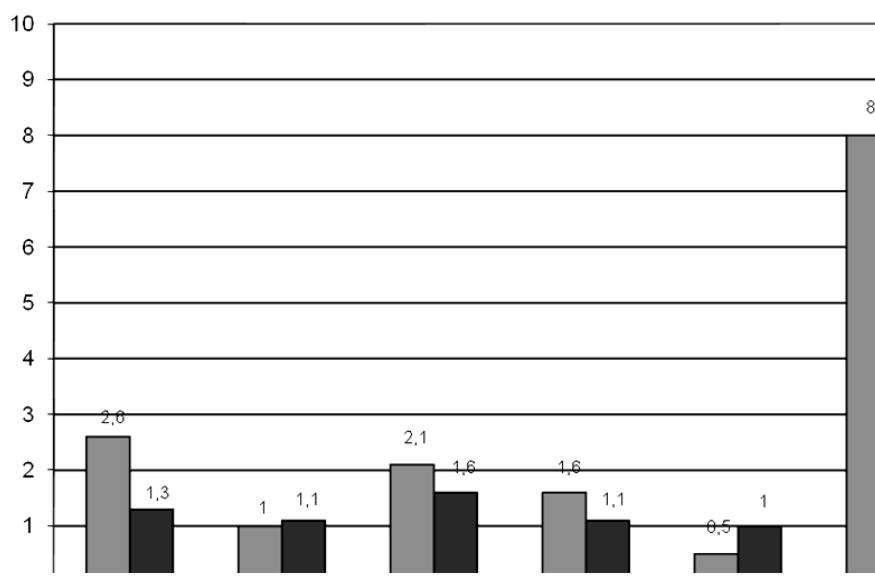


**Рис. 1. Показники емоційної компетентності до та після групових занять.**

В ході статистичної обробки результатів за допомогою t-критерія, ми підраховували значимі відмінності у показниках до і після проведення групових занять із розвитку емоційної компетентності окремо у чоловіків та жінок (див.рис. .2, 3).

Значиме підвищення ( $\text{sig}=0,04$ ) отримали у показниках саморегуляції та регуляції емоцій інших внаслідок проведення програми занять із розвитку емоційної компетентності серед чоловіків (див.мал.2). Такий вплив проведеної програми саме на даний показник, може бути обґрунтований тим, що чоловіки найбільшу зацікавленість проявили саме до вправ, націлених на підвищення рівня саморегуляції та регуляції емоцій інших. Це дає нам право говорити про те, що програма потребує удосконалення в плані спроможності зацікавити різні статеві групи. Спіратись на теми, які є важливими для обох груп. Тобто, необхідним є проведення пілотажного дослідження у напрямку

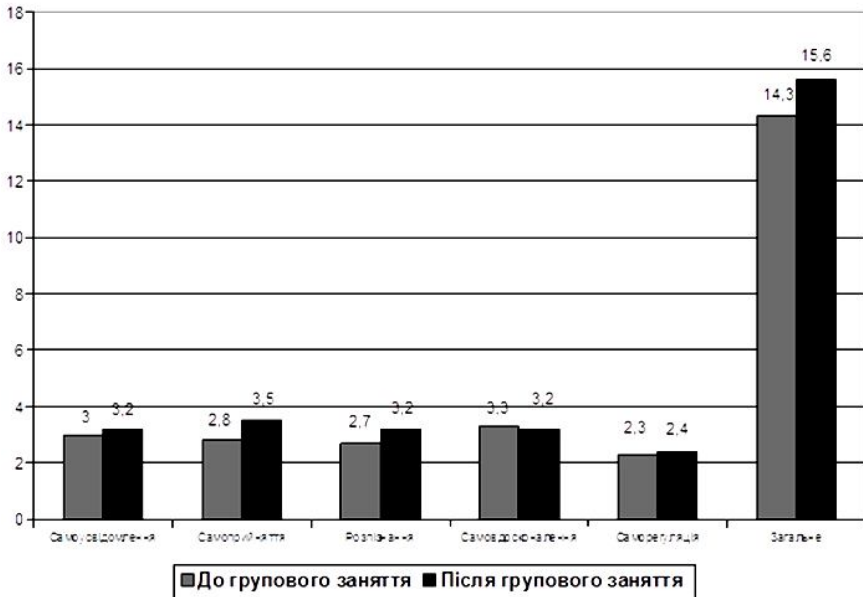
з'ясування інтересів чоловіків та жінок та знаходження серед них спільного знаменника. Не знайдено жодних значимих відмінностей у показниках емоційної компетентності серед жінок (див.мал.3). Це можна пояснити невеликим обсягом вибірки. Це засвідчує, наприклад, показник самоприйняття, двохстороння значимість якого говорить про те, що значимість є із вірогідністю у 84 %. Однак, підмічені тенденції щодо зростання наступних показників емоційної компетентності: усвідомлення та виразу емоцій, самоприйняття, розпізнання емоцій інших, саморегуляції та регуляції емоцій інших, а також загального показника.



**Рис 2. Показники емоційної компетентності до та після занять у чоловіків.**

На відміну від чоловіків, у більшій мірі, простежуємо підвищення показників емоційної компетентності. По-перше, можемо пояснити це зацікавленістю у більшій мірі жінок, аніж чоловіків темами проведених занять. Це висуває питання про подальше розроблення матеріалів програми занять. По-друге, адекватністю самооцінки жінок при оцінці власних вмій, знань та навичок, порівняно із чоловіками перед проведенням групових занять із розвитку емоційної компетентності. Отже, необхідним є по-перше, збільшення обсягу вибірки. По-друге, як вже зазначалось, доопрацювання програми занять щодо підвищення зацікавленості серед чоловіків. По-третє, пролонгація у часі програми занять із розвитку емоційної компетентності, а саме приділення більше часу для розвитку окремих її компонентів.

Практична значимість даного дослідження групової динаміки показників емоційної компетентності полягає у можливості використання його результатів для покращення психологічного здоров'я особистості, підвищення якості взаємодії з оточуючими, покращення працездатності, успішності особистості, а також вдосконалення механізмів управління персоналом. Розвиток емоційної компетентності обумовлює прояв себе як цілісної особистості, емоційно багатой та самодостатньої із відчуттям поваги до себе та інших. Це дозволяє більш ефективно встановлювати та підтримувати взаємовідносини із оточуючими, підвищувати їх якість.



**Рис. 3. Показники емоційної компетентності до та після занять у жінок.**

**Висновки.** Таким чином, значимі зсуви у показниках емоційної компетентності на всій вибірці були знайдені для показника самоприйняття. Це можна обґрунтувати проведенням вправ на підвищення рівня самоповаги, як складової самоприйняття, у відповідності до структури самоприйняття, запропонованої В. В. Івановою. Окреслено позитивні тенденції зростання наступних показників емоційної компетентності: розпізнання емоцій інших людей, саморегуляція та регуляція емоцій інших. Припускаємо, що значимі відмінності у показника не знайдені через невеликий обсяг вибірки.

Статистична обробка даних надала нам інформацію про відмінності показників емоційної компетентності на вибірці чоловіків до і після проведення групових занять із розвитку емоційної компетентності. Значимих відмінностей не виявлено для: самоприйняття, самоусвідомлення та виразу емоцій, розпізнання емоцій інших, емоційного самовдосконалення. Прослідковано тенденцію зниження для показників: самоусвідомлення та вираз емоцій, розпізнання емоцій інших та емоційне самовдосконалення. Значиме підвищення ( $\text{sig}=0,04$ ) отримали у показнику саморегуляції та регуляції емоцій інших. Даний феномен пояснюється проявленою зацікавленістю чоловіків у вправах направлених на підвищення рівня саморегуляції та регуляції емоцій інших. Це ставить перед нами задачу перегляду змістової наповненості занять, а саме тем запропонованих для пропрацювання для обох статей одночасно.



Необхідним є проведення дослідження у напрямку з'ясування інтересів чоловіків та жінок та знаходження серед них спільного знаменника.

Емпіричні дані засвідчили позитивні тенденції у показниках емоційної компетентності серед жінок, проте значимих відмінностей знайдено не було. Це говорить нам про необхідність збільшення вибірки для подальшого вивчення, а також збільшення часу для практичних вправ у групі.

Таким чином, необхідним є, по-перше, збільшення обсягу вибірки. По-друге, як вже зазначалось, доопрацювання програми занять щодо підвищення зацікавленості серед чоловіків. По-третє, пролонгація у часі програми занять із розвитку емоційної компетентності, а саме приділення більше часу для розвитку окремих її компонентів.

Перспектива розвитку даної проблематики вбачається у подальших дослідженнях на різних етапах онтогенезу.

### Література

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена // Вопросы психологии. – 2006. - №3. - С. 78-86.
2. Докторович М. Соціальна компетентність як наукова проблема // Психологія і суспільство. – 2009. - №3. – С. 144-147.
3. Єрмаков І.Г., Єрмаков Т.І. Цивілізаційні параметри розвитку життєвої компетентності // Життєва компетентність особистості: науково-методичний посібник. – К., 2003. – С. 12-42.
4. Зарицька В.В. Розуміння особистістю емоцій інших у структурі емоційного інтелекту // Проблеми загальної та педагогічної психології. – 2010. – Т.12. - №6. – С. 95-106.
5. Кириленко Т.С. Виховання почуттів / Т.С. Кириленко. – К.: Політвидав України, 1989. – 93 с.
6. Ренке С.О. Компетентність як предмет наукового аналізу // Проблеми сучасної психології. – 2011. - №12. – С. 764-777.

*В статтє представлен обциий анализ понятия эмоциональной компетентности личности. Предложена программа занятий по развитию эмоциональной компетентности. Выявлены особенности динамики эмоциональной компетентности личности.*

**Ключевые слова:** компетентность, эмоциональная компетентность, динамика, программа занятий.

*The global analysis of emotional competence of personality is presented in the article. The program of employments is offered on development of emotional competence. The features of dynamics of emotional competence are detected.*

**Keywords:** competence, emotional competence, dynamics, program of employments.