

адже у кімнаті на зустрічі зі злочинцем потрібно заручитись, наскільки можливо, його симпатією. Звісно, перед зустріччю потрібно подбати про оформлення юридичного документа, в якому злочинець погоджується отримати психологічну допомогу.

Отже, студенти майже однаково склали психологічний портрет злочинця, зважаючи на неможливість перевиховання, на неможливість переконання, більшість із засуджених, на їхню особисту думку, не каються у скоєному злочині, деякі розповідали з посмішкою, наприклад, про розтин тіла. Були й такі злочинці, які відбули вже 7-8 років покарання й бажали вмерти, вони не бачать сенсу в житті.

Студенти – юридичні психологи чудово справляються з поставленими завданнями, гарно їх вирішують. Олена К., відзначає, що робота психолога у пенітенціарній системі важка, потрібно декілька років адаптації до неї. Студенти-чоловіки більш розважливі, знаючи про зарплату, майбутні юридичні психологи – чоловіки не вбачають проблем у роботі зі злочинцями.

Отже, можемо підвести підсумки, що в умовах цифрової епохи та супроводу її локдауном, студенти отримують потрібну кількість знань з юридичних дисциплін, які застосовуватимуть у своїй професійній діяльності, будуть компетентними фахівцями згідно Стандартів спеціальності.

УДК 159.9-057.54:159.942

Лупійко Л. В., Чевельча Т. Р.

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ

Сучасні процеси глобалізації, інформатизації та інноватизації істотно впливають на суспільство та створюють особливий простір для формування, розвитку, удосконалення знань, умінь і навичок особистості. Подібні зміни значно підвищують вимоги до її фізичної та психічної стійкості, гнучкості, стресостійкості. Потенційне тренування та підвищення цих характеристик допомагає у визначенні власного вектору в житті, через саморефлексію, саморозуміння й осмислення. Останні в контексті сучасної психологічної науки розглядаються в межах поняття “емоційний інтелект”, що обумовлює інтерес до вивчення та аналізу даного феномену.

На основі теоретичного аналізу сучасної літератури ми з’ясували, що поняття “емоційний інтелект” трактується у дослідженнях вчених як мультикомпонентний конструкт, або самостійний феномен в структурі

особистості. У першому випадку найбільш вичерпне визначення дав Д. Гоулман, визначивши ЕІ як сукупність когнітивних та особистісних характеристик, які значно впливають на ефективність діяльності особистості та розвиток її лідерських якостей [3, с. 95]. Д. В. Люсін визначила емоційний інтелект як загальну здатність особистості до розуміння, диференціації та інтеграції власних емоцій та емоційних станів інших і вміння керувати ними [1].

У більш ранніх дослідженнях Дж. Мейєра та П. Салов'я ЕІ розглядався через декілька рівнів особистісних розумових здібностей за Г. Гарднером, таких, як: а) розуміння та знання емоцій (здатність особистості розпізнавати емоцію або почуття, яке раптово виникає); б) вміння керувати емоційним станом (схильність до самозаспокоєння, позбавлення від постійної тривоги та переживань шляхом самоконтролю); в) емоційний вплив на мислення (охоплює самомотивацію до пізнання інших і самого себе); г) ідентифікація та аналіз емоцій інших (здатність до прояву емпатії та співчуття); д) підтримка взаєностосунків (полягає у мистецтві підтримувати контакт з іншою людиною через адекватне та уважне ставлення до її емоцій) [3, с. 91-93].

Психолог, в силу специфіки власної діяльності, повинен мати ряд особистісних характеристик (стресостійкість, відповідальність, відкритість новому досвіду, спостережливість, врівноваженість, тощо) та здібностей (вміння ідентифікувати та інтерпретувати свої емоційні стани так і інших), які удосконалюються у процесі взаємодії з клієнтом. Якщо окремі якості розвинені недостатньо, то можуть виникати певні проблеми у процесі міжособистісної професійної комунікації. В першу чергу, страждає емоційна сфера психолога, що може бути обумовлено напруженою психоемоційною діяльністю (інтенсивне спілкування, емоційне включення, постійна переробка та інтерпретація отриманої інформації, тощо), дестабілізуючою організацією діяльності, складною психологічною атмосферою чи контингентом клієнтів (складні термінальні хворі, люди, які перебувають у процесі горювання, невмотивовані клієнта, та інші). По-друге, зазнають змін індивідуально-особистісні характеристики, знижується рівень професійної мотивації спеціаліста і, відповідно, втрачається інтерес до діяльності [1; 2]. Це все вказує на появу у психолога синдрому професійного вигорання, який можна попередити, підвищуючи загальний рівень ЕІ та його окремі складові (вміння диференціювати, аналізувати, транслювати власні емоції та інших; здатність об'єктивно помічати зміни емоційного стану клієнта через спостереження за вербальними та невербальними проявами, тощо).

У межах нашого дослідження ми визначаємо емоційний інтелект як одну із професійних компетенцій психолога, що містить у собі здатність до розуміння та аналізу емоційного стану клієнта та власних емоційних

переживань, вміння коректно виражати та контролювати прояви емоційної сфери. В. Дулевич стверджує, що високий рівень емоційного інтелекту пов'язаний з нижчим рівнем реагування на стресову ситуацію. А оскільки професійна діяльність психолога-консультанта характеризується невизначеністю та динамічністю, то це дозволяє констатувати, що у спеціаліста з достатнім ступенем розвитку ЕІ може спостерігатися зниження загального емоційного напруження.

Д. Гоулман вважає, що люди з високим емоційним інтелектом у міжособистісному спілкуванні проявляють широкий спектр адаптивних емоційних реакцій і вирізняються емоційною стабільністю та гнучкістю. Вони характеризуються дружелюбністю, врівноваженістю та хорошим настроєм, не схильні до тривожності, відчуття глибокої провини чи страху [3, с. 95]. У даному контексті під взаємодією може розглядатися комунікація в діаді “клієнт-психолог”. Тоді можна припустити, що спеціаліст з добре розвиненим ЕІ менш сприйнятливий до появи професійних деформацій, бо має насичену та стійку емоційну картину світу, перебуває у гармонії з самим собою, іншими та суспільством і, відповідно, транслює це стосовно клієнта.

У сучасній літературі також існує думка про те, що люди з високим рівнем EQ можуть більш адаптивно реагувати на різні ситуації та вирішувати їх конструктивними шляхами. Тобто, діяльність психолога-консультанта, який вміє відмежовуватися від негативних емоцій, аналізувати їх та переоцінювати у процесі взаємодії з клієнтом, регулювати та керувати ними – може бути більш ефективною, ніж у спеціаліста з низьким рівнем EQ [4].

Отже, під феноменом емоційного інтелекту ми розуміємо важливий інтегральний конструкт особистості, який містить у собі особистісні та когнітивні здібності, реалізується у процесах розуміння, диференціації, усвідомлення, регуляції власних емоційних станів та інших людей, що розвивається протягом всього життя, особливо у процесі професійного становлення.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розуміння особливостей взаємозв'язку між феноменами емоційного інтелекту та синдромом емоційного вигорання психологів-консультантів, а також на ймовірність виникнення в них професійних деформацій. Оскільки вміння спеціаліста протистояти постійному емоційному напруженню, керувати власними емоціями у невизначеній консультативній ситуації, адекватно реагувати на психологічні проблеми клієнтів, дозволяє йому запобігти появі емоційного вигорання.

Список використаних джерел:

1. Бочкарева Е. Н. Взаимосвязь профессионального выгорания и эмоционального интеллекта сотрудников контактного центра. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2016. Т. 13. № 3. С. 576-587.
2. Водопьянова Н. Е., Страченкова Е. С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика. 2-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 336 с.
3. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше чем IQ / Дэниел Гоулман ; пер. с англ. А. П. Исаевой. 6-е изд. Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2016. 544 с.
4. McFarland, R. G., Rode, J. C., & Shervani, T. A. (2015). A contingency model of emotional intelligence in professional selling. *Journal of the Academy of Marketing Science*. Advance on-line publication (pp. 25-34).

УДК 159.9

Кучера К. В., Ляшенко О. А.

СПЕЦИФІКА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Один із найважливіших періодів в житті людини – навчання у закладі вищої освіти. Сучасна молодь все частіше обирає продовжити навчання після отримання середньої освіти і вступає до університетів. Вибір професії не рідко зумовлений порадами батьків, так як, на жаль, не в кожному навчальному закладі проводять профорієнтаційну роботу, яка може допомогти юнакові обрати спеціальність, яка відповідатиме його інтересам та можливостям.

Вимоги, які існують в сучасному світі до студентів-першокурсників змушують старшокласників плідно працювати над оцінками в школі, одночасно відвідуючи додаткові підготовчі курси перед зовнішнім незалежним оцінюванням, для вступу у вищий навчальний заклад, що в результаті призводить до перевтоми та збільшує ризик суїцидальних вчинків. Вступаючи до університету та стикаючись ще з труднощами адаптації, юнакові важко впоратися самотійно, він навіть може не помічати, що потребує допомоги.

Відсутність або перевантаженість у вищих навчальних закладах психологів, змушує студентів самотійно справлятися з хвилею нових вражень, іноді негативних. Часто це призводить до адикцій, конфліктних ситуацій, погіршення успішності в навчанні, втрати інтересу до нього,