

## СЕКЦІЯ 1. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.9

**ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ  
З ВИКОРИСТАННЯМ ПРИНЦИПІВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ**Амплеєва О.М., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри психології*Чорноморський національний університет імені Петра Могили*

У статті розглядається проблема розвитку емоційного інтелекту в майбутніх психологів. Проаналізовано основні принципи застосування емоційного інтелекту в професійній діяльності психолога та можливості використання їх у підготовці майбутніх психологів.

**Ключові слова:** емоційний інтелект, емоційність, фактор гендера, емпатійне віддзеркалення.

В статье рассматривается проблема развития эмоционального интеллекта у будущих психологов. Проанализированы основные принципы применения эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности психолога и возможности их использования в подготовке будущих психологов.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, эмоциональность, фактор гендера, эмпатическое отражение.

Amplieieva O.M. SPECIAL FEATURES OF THE EDUCATION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS WITH USING THE PRINCIPLES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE

The article considers the problem of development of emotional intelligence of future psychologists. The basic principles on the use of emotional intelligence in professional psychologist and the possibility of their use in the training of future psychologists.

**Key words:** emotional intelligence, emotionality, factor of gender, empathic mirroring.

**Постановка проблеми.** Проблема вдосконалення професійної діяльності психологів на основі більшого задіяння емоційного інтелекту є складною проблемою системного вивчення ролі емоційного інтелекту в професійних діях фахівця, психологічних закономірностей емоційного функціонування особистості, особливостей його реалізації у взаємодіях різних типів, психофізіологічних аспектів переживань почуттів, передумов якості емоційного розпізнання проблем, вербалізації почуттів і знаходження засобів адекватного впливу на емоційно-чуттєву сферу людини з боку психолога. Саме психолог здатен допомогти особистості розібратися в її внутрішніх емоційних проблемах, розкрити свій внутрішній потенціал і, можливо, власний прихований емоційний інтелект, що в подальшому забезпечить самостійне вирішення людиною своїх психологічних проблем [3].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Останніми роками сучасна вітчизняна психологічна теорія і практика збагатилася новими ідеями та підходами як загально-теоретичного, так і прикладного напрямів щодо аналізу особистості практичного психолога в процесі професійної діяльності (Г.О. Балл, О.Ф. Бондаренко, М.И. Бори-

шевський, С.Д. Максименко, В.О. Моляко, Н.І. Пов'якель, О.П. Саннікова, Н.В. Чепелева).

Уведення поняття емоційного інтелекту в психологічний тезаурус сприяло інтенсивному зростанню кількості досліджень, спрямованих на операціоналізацію емоційно-інтелектуального конструкту (І.М. Андрєєва, О.І. Власова, Г.Г. Гарскова, Д. Карузо, Д.В. Люсін, Дж.Д. Майер, Е.Л. Носенко, Р. Робертс, П.С. Саловей), дослідження адаптивних функцій та адаптаційного потенціалу емоційного інтелекту (І.Ф. Аршава, Р. Бар-Он, М.А. Бреккет, Н.В. Коврига, Т.М. Кумськова, В.В. Овсянникова, Г.В. Юсупова), виявлення зв'язку між складниками емоційного інтелекту й лідерськими, управлінськими якостями (Д.Д. Гастелло, Д. Гоулман, В.М. Єрмаков, А.В. Мітлош, А.С. Петровська), розвиток емоційного інтелекту та його складників (М.О. Манойлова, М.А. Нгуен, О.М. Приймаченко, К. Саарні). Однією з перспективних галузей дослідження емоційного інтелекту також є сфера освіти (Е. Аронсон, М.О. Манойлова) [2].

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає в тому, щоб розглянути основні принципи застосування



емоційного інтелекту в процесі підготовки майбутніх психологів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Аналіз специфічних особливостей процесів реалізації емоційного інтелекту як інструментального засобу підвищення якості діяльності психологів дав змогу сформулювати деякі принципи, підходи й алгоритми методичного рівня для застосування в ході фахової їх підготовки у ЗВО як допоміжний напрям практично-орієнтованої підготовки майбутніх психологів [3].

1. Принцип урахування фактору гендера. У стратегіях професійної взаємодії чоловіків-психологів і жінок-психологів існують значні гендерно зумовлені відмінності, що зумовлено підвищеним рівнем емоційності, емпатійності, чутливості жінок і зниженим рівнем інтенсивності емоційних станів і чутливості чоловіків.

Нейрофізіологічний механізм підвищеної чутливості жінок пов'язаний нейротичною тенденцією – чутливістю до внутрішньорецептивних подразнень, що біологічно важливо для забезпечення дитини під час вагітності. У соціальних взаємодіях така чутливість трансформована в емпатійне віддзеркалення стану іншої людини й у побудові різних моделей поведінки навколо проблеми переживань у формі спілкування для з'ясування їх витоків і спільного пошуку засобів вирішення проблем, що викликали небажані почуття. Цю модель переважного аналізу почуттів щодо переживань схильні реалізувати психологи-жінки на науковій основі обираючи рекомендації. Жіночий стиль викликає рівень довіри клієнта, недоступний для чоловіків, специфіка жіночої допомоги – в пропуску фази чіткої вербалізації почуттів, що переважає в чоловіків перед втручанням [3].

Раціональні цілеорієнтовані чоловіки-психологи визначають у сповіді клієнта передусім проблему, яка виявляється через різні прояви, й не надають (емпатійно) такого великого значення емоціям і почуттям, як психологи-жінки. Чоловіки в частині випадків допомагають саме своєю «холодністю», зміщуючи свідомість і увагу клієнта на проблему, її раціональне рішення, що нерідко призводить до припинення психічних розладів.

Отже, жінки краще відчувають, краще реалізують сприйняття переживань клієнта, чоловіки раціонально класифікують переживання, але працюють переважно із життєвими проблемами. Тому психологів обох статей важливо навчати стратегій іншої статі як доповнення наявної природної гендерно зумовленої стратегії взаємодії.

Особливим ракурсом підготовки психологів обох статей є готовність до розуміння стратегій і функціонування особистості іншої статі. Так, жінка-клієнт очікує емоційного відгуку, а чоловік-клієнт – ефективного вирішення власних проблем. Отже, адаптуючись, психолог має реалізувати обидві стратегії, вербально модифікуючи власний стиль відповідно до статі клієнта [1].

Другий принциповий момент стосується специфічного співвідношення раціонального й емоційного інтелекту. Емоційний інтелект – переважно підсвідомий адаптивний психічний процес, що формувався мільярди років у механізмах виживання, автоматизований значною мірою в рефлексах, нейрон-гормональних реакціях на значущі для виживання подразники життя. Раціональний інтелект – надбання останнього мільйону років – це психічна система адаптації з допоміжним ланцюгом у формі символів, слів, змістів, оперування якими забезпечило радикальне підвищення пристосованості людини та долання значної кількості небезпечних факторів середовища.

Ключова ланка, важлива у професійній діяльності психолога, – це переклад з емоційної, невербальної мови мовою раціональною для прийняття рішень і забезпечення доступності такого рішення клієнту в майбутньому. Ключова проблема підготовки психологів до застосування емоційного інтелекту – в тимчасовому зниженні раціональних процесів, які створюють фільтр сприйняття передчасною трактовкою невербальних сигналів відносно вже наявних логічних схем класифікації й рішень проблем, що блокує продукти емоційного інтелекту, разом із тим втрачається важлива інформація й альтернативи допомоги клієнту.

2. Наступний принцип у застосуванні емоційного інтелекту полягає в розвитку вміння психолога концентрувати власну підсвідому увагу на особистості клієнта, без чого неможливо задіяти емоційний інтелект у професійній діяльності.

Проблема практичної реалізації цього принципу полягає в тому, що, на відміну від раціональної свідомості, для якої достатньо сформулювати об'єкт концентрації словами й кілька разів подумки повторити, увага підсвідомості керується принципово іншими критеріями для зміни напряму уваги. Ключові чинники виникнення підсвідомої уваги: емоційна напруженість під час сприйняття об'єкта, новизна, значущість для виживання, асоційованість з базовими потребами (наприклад, сексуальними, статусом у суспільстві тощо).

Під час психолого-консультативної вза-

емодії з клієнтом нерідкістю є заклопотаність самого психолога різноманітними проблемами, що виключає саму можливість задіяння емоційного інтелекту в ході психологічної роботи з клієнтом. Отже, в ході фахової підготовки ключовим завданням є навчання вміння свідомо тимчасово зупинити внутрішній діалог і фільтр раціонального мислення для сприйняття емоційного потоку підсвідомого, подальший раціональний аналіз цього потоку і практичне використання за ситуаційною необхідністю [3].

3. Принцип «психологічного опрацювання власних проблем». Ключовим внутрішнім бар'єром застосування емоційного інтелекту в межах особистості самого психолога є невідпрацьованість його власних психологічних проблем, суперечностей, некерованість потоку свідомості тощо. Сутність цієї проблеми полягає в тому, що в разі зупинки внутрішнього діалогу для сприйняття підсвідомого емоційного потоку як способу задіяння емоційного інтелекту під час психологічного консультування відбувається небажана актуалізація власних психологічних проблем самого психолога. Більшість проблем мають емоційну природу й витoki в досвіді дитинства, становлення особистості та пов'язані з нереалізованими потребами, фрустраційними, больовими й іншими ситуаціями. Особливу групу проблем становлять акцентуйовані риси особистості, блоковані в раціональному стані свідомості. Третя група потреб пов'язана з базовими інстинктами психодинамічного напрямку.

Отже, в ході фахової підготовки за схемою розвитку емоційного інтелекту в структурі професійної діяльності психологів необхідне самоопрацювання проблем в адекватних їм психотерапевтичних системах і техніках або з допомогою зовнішніх психотерапевтів.

Неопрацьовані проблеми в момент тимчасового послаблення раціональної свідомості для включення емоційного інтелекту, як стиснуті пружини, «виштовхують» у свідомість безліч сплетених образів, почуттів, переживань, імпульсів, які, безумовно, через їх напруженість, блокують емоційний інформаційний потік від самого клієнта. Такі міркування визначають необхідність досягнення дуже високого рівня особистісного розвитку самого психолога, бездоганності, несуперечливості його цінностей, вирішеності проблем керування факторами свого життя й забезпеченості системою знань і вмінь, засобами рішення типових власних психологічних проблем. У такій постановці проблеми фахової підготовки психологів система вишівської підготовки

має бути істотно модифікована під наявні внутрішньоособистісні проблеми, а також урахувати наявні технології їх тренінгового опрацювання [3].

4. Принцип «індивідуальної мови імовірнісної символізації» – відповідностей між невербальними сигналами і змістом та інтенсивністю психологічних характеристик як для відображення клієнта, так і для мови трансляції сигналів самого психолога.

Одним із методологічних обмежень досліджень у психології є дуже висока планка ймовірності для психічних феноменів ( $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ;  $p < 0,001$ ), що відбулося при механістичному впровадженні математичних методів у схеми психологічних досліджень. Унаслідок цього значна частина рідкісних психологічних феноменів не вивчається наукою. Під час вивчення проблеми емоційного інтелекту й особливо спроб його розвитку як інструментальної можливості в діяльності психолога проблема надвисокої планки ймовірності існування психологічних проявів особливо деструктивна.

Відповідно до сучасного розуміння функціонування мозку, кожна думка, мозкова активність чи риса особистості, внаслідок загальної зв'язаності нейронів, можуть викликати невербальний прояв – жести, мімічні зміни, просторові, темпоритмічні, модуляцію голосу тощо. Але відповідності невербальних сигналів і процесів у мозку та свідомості пов'язані з ймовірностями, з погляду методології психології недостатніми для судження про достовірність таких відповідностей. До того ж ймовірності сильно варіюються від однієї людини до іншої.

Психолог стикається під час сприйняття невербальної інформації з конгломератами сигналів, які неможливо однозначно трактувати при зависокому рівні вимог до достовірності висновку, прийнятому в сучасній психології. Особливу проблему становлять емоційні тілесні сигнали, які майже унікальні, але в разі своєчасного їх виявлення точно діагностують мінливий стан клієнта.

Рішенням цієї проблеми, на нашу думку, є побудова у взаємодії з клієнтом індивідуальної мови перекладу невербального потоку мовою раціональної свідомості для кожного клієнта на основі стандартного очікуваного набору з кількох тисяч невербальних сигналів. Саме такий набір невербальних сигналів має бути об'єктом вивчення в практично-орієнтованих тренінгах майбутніх фахівців з психології під час підготовки у ЗВО.

Другий аспект запропонованого принципу полягає в модифікації мови сигналів відповідно до конфігурації рис та особли-



востей самого психолога. Так, для жінок образна символізація психічних проблем більш вдала, ніж їх символізація засобами алгоритмів рішень за чоловічою моделлю стратегій взаємодії з клієнтом. Отже, з прагматичного погляду необхідний певний вихід за обмеження детерміністичного мислення домінуючої парадигми сучасної психології.

У психотерапії як засіб подолання психологічних розладів широко використовується асоціативна символізація. Наприклад, у технології нейролінгвістичного програмування з візуальним, кінестетичним чи іншим сигналом асоціюють ресурсний стан (підвищений рівень енергії, самоконтролю й здатності до самостійного вирішення проблем), який вмикають або для виклику цього стану, або (колапсування якорів) для компенсації негативного сигналу, що викликав небажаний стан.

Отже, практика психологічного консультування та допомоги потребує гнучкого, імовірнісного, адаптивного (до клієнта й до себе) підходу в процесі трактування невербальної інформації як образу й конгломерату сигналів з різною ймовірністю точності відображення дійсності психічної реальності клієнта.

5. Принцип «уведення методу емоційного інтелекту в схеми реалізації стандартних психотерапевтичних технік» під час підготовки у виші. За результатами проведеного теоретичного й емпіричного дослідження проблеми емоційного інтелекту в структурі діяльності психолога нами запропоновано реалізовувати короткотермінові зміни сприйняття (кілька секунд непомітні для клієнта) для активації підсвідомого потоку сигналів власного тіла психолога з швидким поверненням у раціональний стан. У такому розумінні поряд із первісною діагностикою особистості на основі невербальної інформації та потоків відчуттів емоційно-кінестетичного характеру від власного тіла психолог отримує можливість діагностики в будь-який момент психологічної роботи в ході використання будь-яких психологічних технік корекції, допомоги й консультування. Методично це реалізується як активація емоційного інтелекту до та після застосування конкретної психологічної техніки [3].

6. Принцип «системного аналізу конфігурації емоційно-чуттєвої сфери» особистості клієнта. Передусім цей принцип указує на виявлення частотного балансу переживань базових і змішаних емоцій і почуттів клієнта.

На сучасному рівні розвитку міждисциплінарних досліджень уже досить точно виявлені ділянки мозку, які активуються під

час переживання людиною різних емоцій і почуттів. Поряд із локалізацією також вивчені й хімічні зміни у функціонування синапсів нейронів і їх груп. Разом дані про локалізацію та хімічні процеси частково пояснюють психологічні закономірності інтегрального психічного функціонування особистості й давніх механізмів підкріплення поведінки, адаптаційних процесів і вказують на можливі стратегії модифікації поведінки людини, що потребує психологічної допомоги.

Визначення балансу переживань емоцій і почуттів дає змогу в межах вивчення проблеми емоційного інтелекту динамічно-ситуативно визначити й формулювати гіпотези про внутрішній механізм індивідуальних психологічних розладів і проблем клієнта. На основі такого аналізу визначаються нові стратегії функціонування (нові баланси переживань), яких необхідно навчити клієнта для розвитку здатності повністю самостійно долати власні проблеми.

Одна з типових проблем клієнтів – стрес через невміння керувати випадковими факторами свого життя. Стрес цього типу нерідко викликає психосоматичні розлади й певні сполучення емоцій і почуттів. Отже, реконструкція психологом на основі техніки використання емоційного інтелекту балансу переживань клієнта, сполученого із життєвими проблемами, допомагає реалізувати дійсно комплексний вплив, а після закінчення психологічної роботи й діагностування її результативності. Ураховуючи ймовірнісний характер протікання емоцій і почуттів, можемо сказати, що такий рівень роботи психолога тяжіє до мистецтва, але на кожному етапі може бути раціонально пояснений та обґрунтований відомими психологічними механізмами.

7. Принцип «визначення балансу рис, акцентуацій і потенційних патологій» як інтегральної багатомірної особистісної стратегії рішення проблем. Базові риси особистості, функціонування в крайнощах акцентуацій на межі патологій уже досить добре класифіковані й вивчені (Л.Н. Собчик, Леонгард). До більшості характеристик у цьому підпросторі психічного зіставлені типові переживання й почуття та їх баланси. Тому в ході початкової психотерапевтичної взаємодії двостороннім шляхом (через стандартні діагностичні й техніку діагностування на основі емоційного інтелекту) психолог визначає найбільш імовірну ділянку типового функціонування особистості клієнта. Багатомірний опис такої сукупності базових характеристик (наприклад, за стобальною шкалою: нейротизм –  $75 \pm 20$ , психотизм –  $30 \pm 5$ , депресивність –  $80 \pm 10$ , конформізм –  $50 \pm 20$  тощо) – це



пояснення глибинних витоків поверхневих поведінкових особистісних стратегій, які народжують життєві проблеми клієнта [3].

Через те що базові риси й диспозиції особистості фактично неможливо змінити, ключовим шляхом психологічної допомоги є свідоме формування контрстратегій уникання чи блокування базових характеристик, які спільно утворюють інтегральний системний ефект, що викликає психологічні проблеми. За такого підходу техніка емоційного інтелекту може виступити як засіб оцінювання сформованості контрстратегій цього типу в клієнта.

8. Принцип «компенсації гендерних стратегій психолога». Аналіз практики діяльності психологів виявив дві гендерні стратегії, які найбільшою мірою впливають на довгостроковий ефект психотерапевтичної й консультативної допомоги клієнтам.

У межах запропонованої нами техніки використання емоційного інтелекту поряд з розвитком у чоловіків умінь діагностувати й виводити людину в ресурсний стан готовності до змін компенсаторним (відносно чоловічих гендерних стратегій) може бути розширення поля невербальної інформації, яка застосовується психологом для прийняття консультативного рішення та посилення технік емоційно-чуттєвого мотивування клієнта. Отже, способи вирішення клієнтом власних проблем отримують асоційоване емоційно позитивне посилення (що зазвичай у чоловіків-психологів не відбувається через лекційний, інформуючий стиль консультування).

Особливим ракурсом відміченого розглянутого принципу є проблема суперечності особистісних стратегій, коли психолог-чоловік працює з клієнтом-жінкою або психолог-жінка – з клієнтом-чоловіком. Такі суперечності мають бути усвідомлені майбутніми психологами в ході спеціальної психологічної підготовки.

9. Принцип «повсякденного тренінгу моделі реалізації техніки психологічної допомоги з використанням емоційного інтелекту». З досвіду роботи над проблемою розвитку емоційного інтелекту, опитувань фахівців і спостережень за їхніми діями з'ясувалося існування мимовільного тяжіння до переважно раціонального, технологічного способу здійснення консультативних і психотерапевтичних дій, що заохочується методологією науки, але часто невиправдане через емоційну природу людини.

Способом вирішення цієї проблеми, на нашу думку, є введення техніки емоційно-

го інтелекту в тканину повсякденного життя психолога у формі свідомого короткотермінового виклику стану зміненого сприйняття в ході спілкування з кожною новою людиною. Особливою формою повсякденного тренінгу, доступного для студентів, пропонується виклик медитативного стану на хвилину в момент, наприклад, уживання чаю. Але найкращим регулярним методом є медитативна вправа «Зупинка внутрішнього діалогу», яка виконується студентом вранці й увечері протягом 10–15 хвилин. Отже, розвиток навичок ефективного застосування техніки емоційного інтелекту шляхом повсякденного тренінгу цілком можливий на рівні студента, має бути впроваджений як особлива форма самостійної спеціальної фахової підготовки майбутніх психологів.

**Висновки з проведеного дослідження.** Отже, запропонована теоретико-емпірична модель процесів функціонування емоційного інтелекту в структурі професійної діяльності психологів як інструментальний засіб діагностування базових рис особистості, локальних стратегій, що породжують психологічні проблеми й розлади, як техніка створення ресурсних станів, мотивуючого впливу на особистість і досягнення цілей психотерапії, консультування й інших форм допомоги клієнту потребує системного застосування запропонованих принципів і підходів у ході фахової підготовки майбутніх фахівців з психології.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Амплєєва О.М. Проблема психологічних передумов ефективності професійної діяльності психологів. Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія». 2011. Вип. 11. Ч. 1. С. 9–14.
2. Амплєєва О.М. Теоретична модель функціонування емоційного інтелекту в ході професійної діяльності психолога. Психологічні перспективи. 2011. Вип. 18. С. 12–19.
3. Амплєєва О.М. Основні принципи застосування емоційного інтелекту в ході фахової підготовки майбутніх психологів. Наука і освіта. 2012. № 7. С. 101–105.
4. Андреева И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта. Вопросы психологии. 2007. № 5. С. 57–65.
5. Коломінський Н.Л. Методологічні засади професійної підготовки практичного психолога. Практична психологія та соціальна робота. 2003. № 4. С. 12–13.
6. Титаренко Т.М. Життєві домагання і професійне становлення особистості практичного психолога. Практична психологія та соціальна робота. 2003. № 4. С. 21–23.