

виражається в гедоністичному мотиві, замінюючи процесом отримання задоволення реалізацію у вагомих життєвих сферах. У досліджуваних з позитивним самостваленням такі мотиви менше виражені, адже вони керуються власними рішеннями та виборами, менше залежні від думки оточуючих і обставин життя, оскільки більш позитивно розцінюють власну особистість.

Підлітки з негативним самостваленням більш схильні до вживання алкогольних напоїв (62%). Таке їхнє прагнення обумовлене негативним ставленням до власного «Я», недооцінкою свого особистісного ресурсу. Вони мають труднощі у стосунках з оточуючими через негативне самосприйняття і тому обирають спосіб уходу від проблем шляхом зміни свого психофізичного стану. Натомість, підлітки з позитивним самостваленням характеризуються переважанням зниженого рівня схильності до вживання алкогольних речовин (48%). Вони мають більше позитивне ставлення до власної особистості, що викликає у них почуття задоволення та симпатії, прийняття. Виходячи з таких особливостей їхнього самоствалення, ці респонденти не мають прагнення до зміни свого психічного стану, проявів гедоністичних мотивів для вживання психоактивних речовин.

Література:

1. Лавріненко В.А. Особливості впливу міжособистісної взаємодії в неформальних об'єднаннях на розвиток ціннісно-сислової свідомості підлітків. *Психологія і особистість*. 2019. № 1. С. 121–145.
2. Островська-Бугайчук І.М. Причини формування девіантної поведінки підлітків. *Вісник Житомирського державного університету. Серія «Педагогічні науки»*. 2015. Випуск 2 (80). С.48–52.
3. Седих К. В., Моргун В. Ф. . Делінквентний підліток. Навчальний посібник. 3-е вид. К.: Видавничий дім «Слово», 2019. 272 с.

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК СПОСІБ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Бовсуновська Н. І.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
natalia.bovsunovs@gmail.com*

Актуальність проблеми. Емоційний інтелект як феномен останніми десятиліттями все більше цікавить учених різних країн, що зумовлено суттєвим впливом емоцій на успішність життєдіяльності людей. Високий рівень сформованості емоційного інтелекту особистості дорослого віку є важливим, оскільки спроможність до адекватної та повної диференціації емоційних станів оточуючих людей та самих себе є вагомим передумовою професійної діяльності, засвідчує високий рівень загальної, реалізованості дорослої особистості. Людина, яка має розвинутий емоційний інтелект, спроможна до більш успішної комунікації, становлення якісних міжособистісних відносин, тощо. Разом із тим, негативні явища сьогодення (поширення інтернет-

спілкування, перенавантаження стресовими переживаннями, психологічне дистанціювання у стосунках, потік інформації в ЗМІ, тощо) постійно чинить вплив на особистість, провокуючи у неї емоційну «черствість» чи негативні емоції.

Особливо актуальною проблема формування емоційного інтелекту постає в юнацькому віці, коли особистість не лише навчається і розвивається, а вже має певні результати власної діяльності, спроби реалізації у навчально-професійному плані, намагання розгорнути план дій у житті.

Проблему емоційного інтелекту досліджували такі вчені, як: І.Н. Андреева, Дж. Блок, Х. Вейсінгер, Г.Г. Горшкова, Д. Гоулман, Дж. Мейер, Е.Л. Носенко, Г. Орме, П. Селовей, Д. Слайтер, Р. Стенберг та ін. Актуальні дослідження О.І. Власової, С.П. Деревянко, В.В. Зарицької, Д.В. Люсіна відображають актуальні тенденції в становленні емоційного інтелекту особистості в умовах сьогодення, розкривають переважаючі чинники формування даного феномену. Разом із тим, проблема пошуку чинників емоційного інтелекту в юнацькому віці залишається мало вивченою, поряд із широкою представленістю досліджень, що відображають феноменологічну різноманітність проявів емоційного реагування людей на ситуації соціальної взаємодії.

Спектр наукових досліджень як емоційного інтелекту, так і соціально-психологічної адаптації у юнацькому віці достатньо різноманітний. Емоційний інтелект розуміється як складне інтегративне утворення, що включає сукупність когнітивних, поведінкових та власне емоційних якостей, що забезпечують усвідомлення, розуміння та регуляцію власних емоцій та емоцій оточуючих, що в свою чергу впливає на успішність міжособистісної взаємодії та особистісного розвитку. В.В. Зарицька [1], досліджуючи чинники формування емоційного інтелекту особистості, зауважує, що найсуттєвіші соціально-психологічні чинники: синтонічність у дитячому віці; розвиток раціональності в міру дорослішання; рівень розвитку самосвідомості; емоційно сприятливі відносини між батьками; рівень освіти батьків і сімейний достаток; гендерні особливості виховання; андрогінність; зовнішній локус контролю; релігійність.

Встановлено, що високий емоційний інтелект допомагає збалансувати емоції і розум, відчутти внутрішню свободу та відповідальність за себе, усвідомити власні потреби і мотиви поведінки, рівновагу, а також скорегувати стратегію власного життя (Л.О. Колісник [2]).

Вагомим чинником формування емоційного інтелекту особистості виступає процес самоактуалізації як розвитку потенційних можливостей особистості, реалізації її потенціалу у різних сферах життя дорослої особистості. Так, К.О. Милашенко [4] визначає зв'язок самоактуалізації та емоційного інтелекту в дорослому віці, окреслюючи багатогранні зв'язки між цими явищами. Зв'язок емоційного інтелекту та процесу самоактуалізації особистості дорослого віку найбільш чітко і просто продемонструвати, виходячи із виділених різними авторами характеристик самоактуалізованої особистості, що входять і до сфери її емоційного інтелекту.

При цьому, соціальна адаптація постає як важливий параметр й водночас інтегральний показник психологічного стану особистості, що функціонально визначають її соціальну компетентність адекватне сприймання довілля, вироблення системи ставлень і форм спілкування з оточуючими, здатність до гри, навчання, праці, творчості, відпочинку (М.М. Тесленко [3]), тощо.

При цьому, пошук особистісних характеристик та феноменів, які пов'язані з емоційним інтелектом людини залишається особливо важливими для подальших наукових розвідок. Зокрема, остаточно не визначеною залишається проблема вивчення ролі соціально-психологічної адаптації особистості студента та її зв'язку із показником його емоційного інтелекту.

Мета роботи – представити результати емпіричного дослідження особливостей емоційного інтелекту як способу оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації особистості.

Методика та організація дослідження. В емпіричному дослідженні емоційного інтелекту як чинника оптимізації соціально-психологічної адаптації студента взяли участь 98 студентів-психологів, які навчаються в Полтавському національному педагогічному університеті імені В.Г. Короленка. Дослідження проведене з використанням методик: Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) А.Г. Маклакова і С.І. Чермяніна, Методика дослідження емоційного інтелекту (Н. Холл) та «Опитувальник емоційного інтелекту (EmIn)» (Д.В. Люсін).

Результати дослідження. За результатами проведеного дослідження виявлено, що респондентам характерне переважання низького рівня емоційного інтелекту. Зокрема, досліджувані переважно мають низький запас знань про емоції (46%), не вміють ними керувати (48%), не спроможні до само мотивації (52%) та розпізнавання емоцій інших людей (51%). Меншій частині досліджуваних властивий підвищений показник емоційного інтелекту (38%), спроможність результативно і правильно диференціювати емоційні стани свої (32%) та оточуючих людей (38%).

Для досліджуваних більш властивий міжособистісний (46%), ніж внутрішньоособистісний емоційний інтелект – вони краще ідентифікують емоції оточуючих людей, регулюють їх перебіг, перебувають із ними в емоційному резонансі, ніж розуміють власні емоційні переживання. При цьому, представники вибірки значно краще розуміють свої емоційні процеси (52%), ніж контролюють їх вираження та перебіг (28% мають високий показник).

Досліджуваним характерні знижені показники нервово-психічної стійкості (48%), відчуття напруги під час перебування у виші, труднощі в адаптації на фізіологічному рівні. Досліджуваним характерний знижений показник моральної нормативності (36%). Тобто, такі студенти не спроможні поводитись відповідно до усталених в освітньому середовищі моральних норм, порушують поведінку, їм складно поводитись відповідно до правил у навчальному закладі. При цьому, досліджуваним характерні достатньо виражені показники комунікативних здібностей як показника соціально-психологічної адаптації (58%). Тобто, їм легко спілкуватися з оточуючими,

вони добре почувають себе в освітньому середовищі, налаштовані на взаємодію і мають по відношенню до оточуючих позитивні емоції.

Висновки. Виявлено, що соціально-психологічна адаптація студентів у виші пов'язана із їх соціально-психологічною адаптацією. Так, студенти із зниженим показником емоційного інтелекту мають низький рівень адаптації ($t=2,354$, $p<0,01$), проблеми в комунікації з оточуючими ($t=2,34$, $p<0,01$), проблеми пристосування до норм соціального оточення, знижений адаптивний потенціал ($t=1,95$, $p<0,05$). Натомість, студенти із високим рівнем емоційного інтелекту характеризуються вищим рівнем соціально-психологічної адаптації, більш вираженими комунікативними здібностями, кращим пристосуванням до норм соціального середовища.

Разом із тим, дана проблема остаточно не вирішена та потребує подальших досліджень. Зокрема, перспективою подальших розвідок автора може виступати визначення особливостей динаміки зміни показників емоційного інтелекту студентів-психологів під час професіоналізації.

Література:

1. Зарицька В.В. Соціально-психологічні чинники розвитку емоційного інтелекту. *Теорія і практика сучасної психології*. 2012. Вип. 4. С.20-23.

2. Колісник Л.О. Проблема діагностики емоційного інтелекту. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 26. С. 278-295.

3. Тесленко М.М., Скороход Я.І. Соціально-психологічна адаптація першокурсників в умовах дистанційного навчання. *Синергетичний підхід до проектування життєвого простору особистості : зб. наук. матеріалів Міжнарод. наук.-практ. онлайн-конф. (27-28 квітня 2021 р., м. Полтава)*. Полтава, 2021. С.280-283.

4. Mylashenko K. O., Lavrinenko V. A. The role of emotional intelligence in self-actualization of personality. *Psychological Counseling and Psychotherapy*. 2019. Vol. 11. P. 59-66

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ ДО УМОВ НАВЧАННЯ

Бондарець Т.Г.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка
tasiabondarets12@gmail.com*

Актуальність проблеми. Вступ до школи – переломний момент в житті дитини. Він пов'язаний з новим типом стосунків з однолітками, новими формами діяльності. Особливої уваги набуває питання адаптованості до навчання у школі дітей з особливими потребами, адже для них характерні труднощі як у навчальній діяльності самій по собі, зумовлені специфікою характерного для дитини дефекту, так і проблеми входження до освітнього середовища, формування достатнього рівня соціально-психологічної адаптації.