

Досліджується роль емоційного інтелекту в адаптації молодого викладача до науково-педагогічної діяльності. Показано зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та характеристиками професійно-педагогічної адаптації особистості. Запропоновано авторську програму розвитку емоційного інтелекту молодих викладачів, результати апробації якої свідчать про доцільність її використання.

Исследуется роль эмоционального интеллекта в адаптации молодого преподавателя к научно-педагогической деятельности. Показана связь между уровнем эмоционального интеллекта и характеристиками профессионально-педагогической адаптации личности. Предложена авторская программа развития эмоционального интеллекта молодых преподавателей, результаты апробации которой свидетельствуют о целесообразности ее использования.

The role of emotional intellect in the adaptation of a young teacher to scientific educational work is investigated. The connection between the emotional intelligence level and descriptions of professional pedagogical adaptation of personality have been shown. The authorial program of young teachers emotional intelligence development is offered, the results of this program approbation could be considered as sound expediency of its usability.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДОГО ВИКЛАДАЧА

С. О. Шара

Зростання невизначеності і мінливості освітнього середовища загострює проблему гармонійного співвіднесення внутрішнього (емоційне здоров'я) і зовнішнього (професійна адаптованість) благополуччя педагога. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває дослідження ролі емоційного інтелекту у професійно-педагогічній адаптації молодого викладача, його здатності до розуміння та управління емоціями.

Аналіз публікацій із цієї проблеми показав, що найбільш дослідженими є процеси адаптації студентів до організаційного середовища вищого навчального закладу, зокрема вивчалися: механізми та детермінанти адаптації першокурсників (Л. В. Литвинова, В. А. Скрипник, Н. В. Хазратова та ін.), психологічні й соціальні чинники адаптації молоді людини до навчання у вищому навчальному закладі та до майбутньої професії (О. М. Галус, В. І. Гордієнко, В. М. Духневич, І. В. Жадан, В. П. Казміренко, О. Р. Малхазов, Л. А. Найдьонова, П. Д. Фролов), особистісні та професійно-педагогічної-психологічні особливості адаптації студентів (О. В. Винославська, В. А. Семиченко, І. М. Соколова, Л. В. Скрипко, О. Р. Ткачишина та ін.), емоційний фактор у структурі адаптаційного процесу (Т. В. Землякова, С. М. Максимець, О. В. Кузнєцова); розвиток адаптаційного потенціалу та корекція дезадаптивних проявів студентів (Н. Є. Герасимова, Н. В. Хазратова), емоційний інтелект як чинник професійно-педагогічної адаптації особистості до студентського середовища (С. П. Дерев'янку).

Введення поняття емоційного інтелекту у науковий вжиток (Дж.Д. Мейер,

П. С. Селовей) сприяло інтенсивному зростанню кількості досліджень адаптивних функцій та адаптаційного потенціалу емоційного інтелекту (І. Ф. Аршава, Р. Барон, М. А. Бреккет, С. П. Дерев'янку, Н. В. Коврига, Т. М. Кумскова, В. В. Овсянникова, Г. В. Юсупова), зв'язку між складовими емоційного інтелекту та лідерськими й управлінськими якостями (Д. Д. Гастелло, Д. Гоулман, В. М. Єрмаков, А. В. Мітлош, А. С. Петровська), розвитку емоційного інтелекту (М. А. Нгуен, О. М. Приймаченко, К. Саарні), зокрема у сфері освіти (Е. Аронсон, М. О. Манойлова).

Незважаючи на велику кількість психолого-педагогічних досліджень із проблеми адаптації, *недостатньо вивченою* є роль емоційного інтелекту в професійно-педагогічній адаптації молодого викладача. Зокрема, не з'ясовано зв'язок між рівнем здатності до розуміння й управління емоціями та адаптованістю молодого викладача у стресогенних умовах викладацької діяльності на внутрішньоособистісному рівні (психологічне благополуччя) та професійно-педагогічному рівні (успіх і задоволеність професією).

Зважаючи на це, *метою* статті стало дослідження можливостей впливу емоційного інтелекту на професійно-педагогічну адаптацію молодого викладача. Завданнями дослідження стали: 1) з'ясування змісту понять професійно-педагогічної адаптації та емоційного інтелекту; 2) визначення особливостей впливу емоційного інтелекту на показники професійно-педагогічної адаптації особистості молодого викладача; 3) теоретична розробка та експерименталь-

на перевірка методологічно обґрунтованої програми цілеспрямованого саморозвитку емоційного інтелекту як ефективного способу оптимізації адаптації молодого викладача до науково-педагогічної діяльності.

Розпочинаючи виклад *суті й результатів* нашого дослідження, зазначимо, що завдання з'ясування змісту понять професійно-педагогічної адаптації та емоційного інтелекту вирішувалося вже на першому його етапі. Адаптація (з лат. *adaptare* – пристосовувати) – пристосування індивіда до умов та вимог нового середовища. Професійно-педагогічною адаптацією педагога-початківця відповідно слід вважати його пристосування до умов освітнього середовища вищого навчального закладу та вимог професії викладача. Її результатом є адаптованість як особистісна якість, що, у свою чергу, є показником професійної компетентності педагога.

Серед показників адаптаційних процесів виділяються: адаптивність – абсолютна й відносна гармонійність між об'єктивними цілями і кінцевими результатами, супроводжується позитивним ставленням особистості до навколишнього світу і самої себе; неадаптивність – усвідомлена невідповідність між цілями й результатами діяльності, викликає амбівалентні почуття й оцінки, але не чинить психотравмуючого впливу на особистість; дезадаптивність – дисгармонія між цілями й результатами, яка є джерелом психічної напруги (стрес, шок, паніка тощо), внутрішнього дискомфорту й нестабільності перебігу психічних процесів, психічних станів, негативного емоційного фону (страх, депресія, фрустрація). Звідси вбачаємо велику роль емоційного інтелекту у забезпеченні адаптивності, попередженні неадаптивності й дезадаптивності.

Характеристики професійно-педагогічної адаптації молодого викладача виявлялися нами на процесуальному та результативному рівнях. Із позицій зазначеного підходу, процесуальні показники професійно-педагогічної адаптації репрезентовано в адаптивних стратегіях подолання стресових ситуацій, пов'язаних із викладацькою діяльністю, результативні показники – у характеристиках професійно-педагогічної адаптованості, що виявляються у гармонійності поєднання внутрішнього (емоційне, психологічне благополуччя) та зовнішнього (успіх і задоволеність професією) компонентів. Основними параметрами професійно-педагогічної адаптації особистості до викладацької діяльності визначено: 1) готовність і адаптація до організації вивчення предмета (навички викладання, система уявлень про свою професію і можливості студента); 2) включення в інтеграційні процеси освітнього середовища навчального закладу та стосунки з оточенням (статусна визначеність); 3) ідентифі-

кація із традиціями й нормами поведінки навчального закладу (рівень і форма ідентифікації себе з викладацькою спільнотою, система цінностей і ставлень до себе, науково-педагогічної діяльності, студентів).

Серед важливих чинників професійно-педагогічної адаптації особистості вважаємо здатність до розуміння та управління емоціями, що втілено у понятті "емоційний інтелект". На основі теоретичних напрацювань [1-3, 5] маємо підстави охарактеризувати емоційний інтелект як складний психологічний феномен, що змістовно включає як когнітивні, так і ментальні характеристики. Структурно емоційний інтелект складається із особистісного (спрямованого на власні емоції) та міжособистісного (спрямованого на емоції інших людей) компонентів.

Зв'язок інтелекту й адаптації чітко ілюструє теорія інтелекту Ж. Піаже [4], згідно з якою основними функціями інтелекту, або функціональними інваріантами, є організація й адаптація. Адаптація включає два взаємопов'язані процеси – асиміляцію та акомодацию. Асиміляція підкреслює відтворення суб'єктом у його пізнавальній активності певних характеристик об'єкта пізнання. Акомодация – процес пристосування суб'єкта пізнання до вимог, які висуває об'єктивний світ. Асиміляція й акомодация можуть перебувати в стані збалансованої або незбалансованої рівноваги.

На основі узагальнення праць, присвячених теоретичному та експериментальному вивченню емоційного інтелекту [1-3, 5], нами виокремлено основні сфери впливу емоційного інтелекту на адаптацію молодого викладача до науково-педагогічної діяльності: когнітивну (від лат. *cognition* – знання, пізнання – система уявлень про себе, свою професію і можливості студента у пізнанні), емоційну (емоційне самопочуття), поведінкову (статусно-рольові позиції). Роль емоційного інтелекту в адаптації до професійно-педагогічного середовища виявляється в усвідомленні молодим викладачем емоційних переживань, пов'язаних із викладацькою діяльністю. Це сприяє здійсненню ним комунікативного вибору: орієнтацію на внутрішній (емоційна компетентність, глибина взаємин) чи зовнішній (атракція, популярність серед інших) аспект педагогічного спілкування.

Щодо *другого завдання* дослідження з виявлення сфер та особливостей впливу емоційного інтелекту на показники професійно-педагогічної адаптації особистості молодого викладача відзначимо, що нами обґрунтовано комплекс застосованих методів і діагностичних методик, проаналізовано характеристики професійно-педагогічної адаптації молодих викладачів залежно

від рівня емоційного інтелекту. Визначено сфери впливу емоційного інтелекту на професійно-педагогічну адаптацію особистості викладача до освітнього середовища. У дослідженні взяли участь 314 осіб – молодих викладачів інженерних та економічних спеціальностей.

Діагностична програма виявлення впливу емоційного інтелекту на показники професійно-педагогічної адаптації особистості молодих викладачів складалася з послідовних дослідницьких процедур (констатуючий етап дослідження):

а) рівень і структура емоційного інтелекту молодих викладачів вивчалися з використанням опитувальника ЕМІн Д. Люсіна, обробка результатів проводилася з використанням кластерного аналізу (методом К-середніх) та факторного аналізу;

б) зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та характеристиками адаптивної поведінки молодих викладачів у стресових ситуаціях міжособистісної взаємодії вивчався з використанням анкети "Емоційне самопочуття молодих викладачів в процесі адаптації", методики диференціальної діагностики депресивних станів В. Зунге, методики дослідження рівня фрустраваності Вассермана-Бойко, опитувальника вибору стратегій адаптивної поведінки Р. Лазаруса, С. Фолкман; з отриманими емпіричними даними проводилася первинна (методом процентильної статистики) та вторинна (засобом факторного аналізу) кількісна обробка;

в) зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та формами адаптованості молодих викладачів вивчався з використанням методики діагностики адаптованості К. Роджерса і Р. Даймонд, методики кольорових метафор І. Соломіна, метод соціометрії; отримані емпіричні дані підлягали первинній (процентильна статистика) та вторинній (метод кростабуляції) кількісній обробці;

г) особливості впливу емоційного інтелекту на показники професійно-педагогічної адаптації молодих викладачів вивчалися на основі аналізу впливу емоційного інтелекту на динамічні показники емоційного самопочуття молодих викладачів (за методикою В. Зунге і методикою Вассермана-Бойко), а також на показники узгодженості уявлень про себе і про студентів (за даними проведення методики К. Роджерса і Р. Даймонд); серед методів обробки даних було використано дисперсійний аналіз, метод простої лінійної регресії;

д) особливості педагогічної комунікації молодих викладачів залежно від рівня емоційного інтелекту вивчалися на основі використання методу соціометрії, що застосовувався шляхом повторних діагностичних зрізів; обробка результатів проводилася шляхом вираховування t-критерію Стьюдента для залежних вибірок.

Серед результатів застосування діагностичної програми й окремих дослідницьких процедур вважаємо доцільним виділити деякі з них.

Кластерний аналіз даних, отриманих за опитувальником ЕМІн, дозволив виділити три основні кластери: з усієї кількості опитаних молодих викладачів (n=314) 63 склали кластерну групу з високим рівнем емоційного інтелекту, 172 – кластерну групу з середнім та 79 опитаних – кластерну групу з низьким рівнем прояву емоційного інтелекту.

Аналіз показників емоційного інтелекту молодих викладачів з кожної кластерної групи показав, що найменш вираженим у них є раціональний компонент емоційного інтелекту – здатність до розуміння власних емоцій, емоцій інших людей. Виявлено гендерні відмінності у рівнях прояву особистісного регулятивного компоненту емоційного інтелекту: більш високий рівень здатності до управління власними емоціями та контролю експресії виявлено у чоловіків ($p < 0,01$). Отримані дані відповідають уявленням про експресивність жінок та емоційну стриманість чоловіків.

Нами встановлено, що розвиненість емоційного інтелекту обумовлює характеристики професійно-педагогічної адаптації молодих викладачів на двох рівнях – процесуальному та результативному. На процесуальному рівні (показники емоційного самопочуття, вибір копінг-стратегій) у молодих викладачів виявлено відмінність у використанні способів подолання дискомфортних емоційних станів у процесі професійно-педагогічної адаптації особистості залежно від рівня емоційного інтелекту: високий рівень емоційного інтелекту характеризується усвідомленістю, середній рівень емоційного інтелекту – варіативністю подолання та нейтралізацією, низький рівень емоційного інтелекту – витісненням фрустраційних, депресивних переживань. *Отже, роль емоційного інтелекту виявляється у здійсненні вибору між прийняттям (усвідомленням) і уникненням (витісненням) емоційних переживань, що супроводжують стресові ситуації викладацької діяльності. Саме усвідомлення неприємних переживань сприяє їх більш ефективному подоланню, оскільки дає можливість попередити їх повторне виникнення. Ігнорування дискомфортних переживань та реакція їх витіснення веде до накопичення негативних емоцій, що може провокувати появу кризових станів у стресогенні періоди життя. На результативному рівні професійно-педагогічної адаптації (система уявлень, система цінностей та ставлень) виявлено зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та показниками адаптованості молодих викладачів, який встановлено засобами кростабуляції та застосування критерію-квадрат ($p < 0,01$).*

Згідно з отриманими даними високий рівень емоційного інтелекту характеризується гармонійним поєднанням внутрішнього і зовнішнього компонентів адаптованості (конгруентність уявлень, сприятливий статус), середній та низький рівні емоційного інтелекту – переважанням зовнішнього компоненту адаптованості над внутрішнім (сприятливі статусні позиції, але недостатня конгруентність уявлень). Отже, у досліджуваних з високим рівнем емоційного інтелекту переважає особистісна адаптованість, у досліджуваних з низьким рівнем емоційного інтелекту – соціальна. Отримані дані свідчать про те, що рівень емоційного інтелекту обумовлює різну спрямованість адаптаційної активності: розвинена здатність особистості до розуміння та управління емоціями сприяє узгодженості уявлень та улаштованості внутрішнього світу, недостатній рівень цієї здатності змушує знаходити розрядку емоцій в процесі активної міжособистісної взаємодії, у побудові "зовнішнього світу" взаємин.

Також здобув емпіричне підтвердження факт, що основними показниками професійно-педагогічної адаптації особистості молодих викладачів, на які впливає емоційний інтелект, є уявлення про себе, професію, студентів, емоційне самопочуття, комунікації. У процесі адаптації особистості молодого викладача емоційний інтелект виконує рефлексивну (усвідомлення емоцій) та регулятивну (управління емоційними станами) роль.

Стосовно особистісних уявлень встановлено ефект впливу рівня емоційного інтелекту ($p < 0,01$) на ступінь узгодженості уявлень про себе, професію і студентів. Виявлено також опосередкований вплив складових емоційного інтелекту на показники конгруентності уявлень: у молодих викладачів із високим професійним статусом узгодженість системи уявлень обумовлена здатністю до розуміння емоцій – більш значимою була рефлексія емоційних переживань ($R^2 = 0,601$; $p < 0,01$), а у молодих викладачів з низьким професійним статусом – здатністю до управління емоціями, тобто більш важливим був контроль та регулювання переживань.

Щодо емоційного самопочуття емоційний інтелект виконує регулятивну роль – за результатами повторних вимірювань, здійснених протягом року, було встановлено ефект впливу рівня емоційного інтелекту на показники депресивності ($p < 0,01$) та фрустрованості ($p < 0,01$). У стресогенні періоди діяльності молодого викладача (період входження у професію, перші аудити й перевірки, перші випуски студентів) молодим викладачам із високим розвитком емоційного інтелекту властива більша комфортність емоційних станів.

У педагогічній комунікації молодих викладачів встановлено ефект впливу рів-

ня раціональної складової особистісного емоційного інтелекту – здатності до розуміння власних емоцій, – на величину комунікативного статусу ($p < 0,01$) і обсяг комунікативної взаємодії ($p < 0,01$). Отже, усвідомлення власних емоційних переживань пов'язане зі зниженням популярності серед студентів та зменшенням обсягу педагогічної комунікації.

Нами встановлено, що на етапі первинної професійно-педагогічної адаптації молодих викладачів рівень емоційного інтелекту обумовлює такі характеристики включення в інтеграційні процеси освітнього середовища навчального закладу – ступінь задоволеності педагогічною комунікацією, стосунками зі студентами й колегами. Це актуалізує потребу вироблення спеціальних засобів, спрямованих на оптимізацію професійно-педагогічної адаптації особистості молодого викладача до науково-педагогічної діяльності у навчальному закладі.

Вирішуючи *третє завдання* дослідження щодо теоретичної розробки та експериментальної перевірки методологічно обґрунтованої програми цілеспрямованого саморозвитку емоційного інтелекту як ефективного способу оптимізації адаптації молодого викладача до науково-педагогічної діяльності, ми розкриємо її зміст та покажемо результати апробації програми й інтерпретацію отриманих даних.

З метою оптимізації професійно-педагогічної адаптації викладачів-початківців було розроблено *програму сприяння розвитку емоційного інтелекту*, спрямовану на активізацію включення молодого викладача в інтеграційні процеси освітнього середовища навчального закладу та педагогічні комунікації.

Програма складається з двох частин: 1) програми самоосвіти, яка реалізується у "Школі молодого викладача" (організованій формі підвищення кваліфікації молодих викладачів у деяких вищих навчальних закладах) і спрямована на розвиток когнітивної сфери і стимулювання мотиваційної сфери учасників підвищення кваліфікації; 2) психолого-педагогічного тренінгу, що передбачає комплексний вплив на когнітивну (оцінка), емоційну (переживання) та поведінкову (комунікативна поведінка) сфери особистості.

Програма тренінгу враховує досліджений нами зв'язок рівня емоційного інтелекту і характеристик професійно-педагогічної адаптації молодого викладача. Тренінг передбачає наголос на розвитку двох основних показників: а) особистісного емоційного інтелекту (тренінг спрямований на усвідомлення особливостей власних емоційних станів; формування позитивного образу "Я", розвиток афіліативності; оволодіння засобами педагогічно прийняттого виходу емоцій та набуття навичок поведінки в ос-

вітньому середовищі навчального закладу); б) міжособистісного емоційного інтелекту (тренінг спрямований на усвідомлення емоційних проявів студентів, розвиток емпатії; усвідомлення значення експресії у процесі педагогічної взаємодії, досягнення професійного статусу; розвиток навичок емоційного спілкування, інтегрованість у освітнє середовище навчального закладу). Серед методичних інструментаріїв розвитку емоційного інтелекту застосовувалися базові методи психолого-педагогічного тренінгу (групова дискусія, рольова гра) та засоби естетотерапії (танцювальна терапія, музикотерапія та ін.).

Результати запровадження програми сприяння розвитку емоційного інтелекту з метою ефективною адаптації молодого викладача до науково-педагогічної діяльності було проаналізовано за такими критеріями: 1) об'єктивними (кількісні зміни досліджуваних показників); 2) суб'єктивними (самооцінка учасниками експерименту інформативної насиченості програми та можливості застосування набутих навичок і вмінь науково-педагогічної діяльності). За об'єктивними критеріями було виявлено позитивну динаміку показників емоційного інтелекту та професійно-педагогічної адаптації в експериментальних групах: підвищення рівня складових особистісного та міжособистісного емоційного інтелекту ($p < 0,05$), зниження рівня фрустрації у педагогічній діяльності ($p < 0,05$), більш сприятливий професійний статус. За суб'єктивними критеріями більшість учасників експерименту вказали на позитивні зміни у розвитку навичок емоційного спілкування, інтегрованості у освітнє середовище навчального закладу та взаємин – підвищення інтересу до емоційних переживань студентів, зниження байдужого ставлення до їхніх емоційних станів, підвищення здатності до розуміння й ефективного управління власними емоційними станами.

Ріст емоційного інтелекту через психолого-педагогічний тренінг сприяв позитивній динаміці особистісних змін (усвідомлення емоційних переживань сприяє усвідомленню педагогічної комунікації). Виявлені в ході експериментальної роботи "тренінгові ефекти" (зближення, емоційного знесилення, післядії) підтверджують роль емоційного інтелекту в рефлексії емоційних переживань і спеціфіку застосування естетотерапевтичних технік в інтеграції емоційних й інтелектуальних процесів.

Висновками на основі виконаних завдань дослідження може бути констатація того, що:

– *по-перше*, основні параметри професійно-педагогічної адаптації особистості до викладацької діяльності (готовність і пристосування до організації викладання, включення в інтеграційні процеси освітнього се-

редовища навчального закладу, ідентифікація з вимогами навчального закладу) виявляються на процесуальному та результативному рівнях; емоційний інтелект є чинником професійно-педагогічної адаптації особистості і складається з особистісного (здатність до розуміння та управління власними емоціями) та міжособистісного (здатність до розуміння та управління емоціями студентів) компонентів;

– *по-друге*, значною є роль емоційного інтелекту у професійно-педагогічній адаптації, що виявляється в усвідомленні емоційних переживань; на процесуальному рівні характеристики професійно-педагогічної адаптації молодих викладачів виявляються у способах подолання дисконформних емоційних станів: високий рівень сформованості емоційного інтелекту пов'язаний із прийняттям та усвідомленістю, низький рівень емоційного інтелекту – з уникненням та витісненням фрустрацій, депресивних переживань, які супроводжують стресові ситуації викладацької діяльності; на результативному рівні характеристики професійно-педагогічної адаптації молодих викладачів виявляються у співвіднесенні внутрішнього і зовнішнього компонентів адаптованості;

– *по-третьє*, підтверджено вплив емоційного інтелекту на професійно-педагогічну адаптацію особистості за результатами впровадження та апробації програми цілеспрямованого саморозвитку емоційного інтелекту.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні зв'язку між складовими емоційного інтелекту та стабільністю професійного статусу особистості молодого викладача, вплив на професійно-педагогічну адаптацію використання ним інформаційних, комунікативних, інтенсивних, інтерактивних технологій навчання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дерев'янюк С.П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища [Текст] : автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.05 / Світлана Петрівна Дерев'янюк; Інститут соціальної та політичної психології АПН України. – К., 2009. – 20 с.
2. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції [Текст] / Елеонора Львівна Носенко, Наталія Валентинівна Коврига. – К.: Вища школа, 2003. – 126 с.
3. Кетс де Врис. Мистика лідерства. Розвиток емоціонального інтелекту [Текст] / Манфред Кетс де Врис; пер. М. Шалунова. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2004. – 310 с.
4. Пиаже Ж. Психологія інтелекту. Избранные психологические труды / Ж. Пиаже. – СПб.: Издательский дом "Питер", 2004. – 192 с.
5. Стейн С.Дж. Преимущество EQ: Эмоциональный интеллект и ваши успехи / Стейн Стивен Дж., Бук Говард И.; Е.А. Латыш (пер. с англ.). – Д.: Балнс Бизнес Букс, 2007. – 339 с.

Стаття надійшла в редакцію 6.11.2010 ■