

**Г. В. Васильєва**

кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри психології

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

## ЕМОЦІЙНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ФАКТОР ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

*У статті розглянуто емоційну компетентність як чинник, що впливає на професійну компетентність студентів-психологів. Алекситимія визначається як психологічний феномен, пов'язаний з емоційною сферою людини, який впливає на ризик розвитку психосоматичних розладів, на якість життя загалом. Окремо розглядається роль цього чинника у формуванні професійної ідентичності та компетентності в студентів-психологів. Проведено дослідження поширеності та ступеня вираження алекситимічних проявів у студентів.*

**Ключові слова:** емоційна компетентність, алекситимія, професійна ідентичність, емоційна сфера, професійна підготовка.

**Постановка проблеми.** Професійна підготовка психолога передбачає навчання у двох напрямках – власне академічну підготовку й особистісне навчання, або розвиток. Специфіка професійної діяльності психолога потребує значного емоційного й особистісного ресурсу, який може не відповідати віковим можливостям студента. Емпатія, емоційна зрілість, емоційна стійкість – ці характеристики емоційної сфери, з одного боку, є особистісними якостями, з іншого – інструментами професійної діяльності. Згідно з нашими даними за численними дослідженнями, студенти, усвідомлено вибирають спеціальність «Психологія», маючи ті чи інші суб'єктивні труднощі в емоційній і особистісній сфері. Професійна ідентичність, формування якої є одним із завдань навчання, передбачає розпізнавання себе як представника певної професії і спільноти і ототожнення себе з ним. Виділяють когнітивний, емоційний і поведінковий аспекти професійної ідентичності. Когнітивний складається із професійних знань, емоційний – з емоційно-оцінюючого ставлення до себе як «діяча» цієї сфери, а поведінковий аспект включає ті особистісні компетентності студента, які забезпечують ефективність в професійній сфері [1, с. 86].

Питання емоційної компетентності актуальне в сучасній психологічній науці. Це зумовлено широким спектром психічних феноменів, що включають різні дослідники в це поняття, та їх впливом на психічну діяльність людини. Емоційна компетентність впливає майже на всі сфери життя, у широкому сенсі зумовлює якість соціальної адаптації людини. Поняття «емоційна компетентність» часто вживають як синонім емоційного інтелекту. Розглянувши більш детально емоційний інтелект, можна побачити, що емоційна компетентність є

його суттєвою складовою частиною. Але досліджуваний нами феномен містить власні структурні компоненти, що розкривають його суть та широкий спектр компетентностей, які можуть стосуватися не лише емоційної сфери [2, с. 56].

Отже, емоційна сфера є об'єктом дослідження професійної ідентичності студентів, аспектом їхньої подальшої професійної діяльності, і може бути мішенню психотерапевтичного впливу.

Емоційну компетентність виділяють серед багатьох понять, що характеризують процеси та результативність розпізнавання й ідентифікації патернів експресії вираження перебігу емоцій, емоційних станів та почуттів людини людиною під час міжособистісного спілкування [3 с. 85]. Емоційну компетентність також відносять до тих якостей особистості, що поліпшують вказане розпізнавання, впливають на ефективність міжособистісної взаємодії та подальшого спілкування [2, с. 56]. Проблеми, які традиційно стають причиною звернення по психологічну допомогу, стосуються зазвичай труднощів у сфері відносин (як із собою, так і з іншими) і суб'єктивно переживаються як емоційні труднощі. Тобто ми маємо справу не із самими труднощами з реального життя людини, а зі ставленням до них, суб'єктивно пережитими емоційними реакціями. Емоційна сфера є мішенню психокорекційного, психотерапевтичного та діагностичного впливу. Особливості та специфіка роботи психолога потребують визначення емоційної компетентності окремо. Так, емоційна компетентність – це «сукупність знань, умінь і навиків, що дозволяють ухвалювати адекватні рішення і діяти на основі результатів інтелектуального оброблення зовнішньої і внутрішньої емоційної інформації» [3, с. 85]. Таке тлумачення є досить ґрунтовним для забезпечення ефективної між-

собистісної взаємодії психолога, адже емоційна компетентність майбутнього психолога передбачає сформованість такої сукупності знань, умінь та навичок [2, с. 56]. Згідно з моделлю І. Войціх, спираючись на наявні теорії щодо поняття компетентності, визначають такі структурні компоненти, що входять до емоційної компетентності майбутнього психолога: когнітивний, діяльнісний, особистісний, соціальний, мотиваційний. Когнітивний компонент емоційної компетентності майбутнього психолога передбачає сформованість сукупності науково-теоретичних та науково-практичних знань про емоційну, комунікативну, соціальну діяльність взагалі, відіграє важливу роль у використанні знань, умінь та навичок діяти адекватно в міжособистісній взаємодії у своїй роботі. Розвиток когнітивного компонента в процесі професійної підготовки майбутніх психологів забезпечується вивченням циклу дисциплін практичного та теоретичного спрямування, що вивчаються у вищому навчальному закладі на психологічному факультеті. Результатом буде сформованість науково-теоретичних знань (фахові, правові, дисциплінарні, гуманітарні), науково-практичних знань (реальний обсяг знань – ефективність використання набутих знань у своїй практичній діяльності, набуття навичок комунікабельності, соціальної взаємодії, знання, як саме «працюють» емоції, вміння розпізнавати власні та чужі емоційні прояви, застосування знань у нових емоціогенних ситуаціях тощо). Наступний компонент емоційної компетентності – діяльнісний, тобто сукупність навичок, умінь діяти у міжособистісних стосунках, які актуалізуються в процесі здійснення практичної діяльності психолога й ухваленні підсумкових рішень. Сформованість діяльнісного компонента емоційної компетентності майбутніх психологів сприятиме їхній мобільності у виконанні професійних функцій, що реалізовуватимуться завдяки комплексу умінь і навичок діяти на основі результатів інтелектуального оброблення зовнішньої та внутрішньої емоційної інформації. Особливе значення має особистісний компонент як стрижень емоційної компетентності. До нього входить сукупність особистісних та професійно важливих якостей майбутнього психолога, які впливають на результативність здійснення ним професійної діяльності. Соціальний компонент емоційної компетентності майбутніх психологів охоплює емпатію та соціальні навички, соціальний інтелект, соціальну компетентність [2, с. 57].

**Мета статті.** Головною метою цієї роботи є визначення зв'язку та рівня емоційної компетентності в студентів-психологів, її впливу на професійну компетентність. Нами визначено предметом дослідження алекситимію як один із чинників, що впливає на рівень емоційної компетентності. Ми розглядаємо алекситимію як психологічний фено-

мен, пов'язаний із таким особистісним параметром, як емоційна зрілість. Це здатність людини диференціювати власні емоційні реакції, почуття, бути чутливою до емоцій інших людей. Традиційно алекситимію пов'язують із психосоматичними розладами як чинником ризику їх виникнення.

Згідно з дослідженнями, алекситимія в різних формах спостерігається в 5–25% умовно здорових людей. Розбіжності в оцінці поширеності пов'язані з використанням різних діагностичних методик виявлення і визначення рівня цього психічного розладу. Достовірних відмінностей за статтю та віком не виявлено [4, с. 139]. Алекситимія не пов'язана з розумовими здібностями людини і не вважається захворюванням [5, с. 62].

**Виклад основного матеріалу.** Ми виокремили алекситимію як чинник, що впливає на всі сфери життя людини та зворотно корелює з якістю життя, з можливістю більш відповідальної та впевненої поведінки.

Нами проведено дослідження серед студентів-психологів за допомогою Торонтської алекситимічної шкали з метою виявлення здатності до диференціювання емоційних станів, здатності до їх вербалізації. Шкала TAS спрямована на вивчення алекситимії як властивості особистості. Алекситимія – стан, за якого людина відчуває труднощі під час розпізнавання своїх і чужих емоцій, що призводить до проблем у сфері емоційної саморегуляції і міжособистісних відносин. Більшість дослідників вважають, що емоційний розвиток людини безпосередньо залежить від навколишнього середовища, і алекситимія має не фізіологічний, а психологічний характер [4, с. 140].

Крім емоційних труднощів, нечутливості до чужих переживань, алекситимія є основою психосоматичних розладів. У дослідженні взяли участь 48 студентів 3–4 курсів спеціальності «Психологія», здебільшого дівчата (44), середній вік – 20 років.

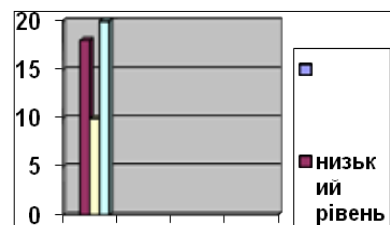


Рис. 1. Розподіл рівня алекситимії

У таблиці 1 відображені результати дослідження у відсотковому значенні.

Таблиця 1

**Рівень алекситимії**

%	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
N	18 37,5%	10 20,8%	20 41,6%

Отже, аналіз результатів відображає таке: незважаючи на відносно тривалу професійну підготовку до 3–4 курсів, яка передбачає вивчення теоретичного матеріалу на достатньому рівні, у студентів спостерігається здебільшого високий рівень алекситимії, який ми розглядаємо як певну кореляцію з емоційною незрілістю і загальним розривом між теоретичною підготовкою до професійної діяльності та практичною готовністю до її здійснення. Під практичною діяльністю ми розуміємо здатність вступати в тривалі емоційні стосунки з іншими людьми і підтримувати такі стосунки, залишаючись емпатичними і чутливими.

**Висновки.** Результати нашого дослідження відображають високий рівень алекситимії у вибірці студентів-психологів. Зіставляючи з нашими даними, ми можемо побачити, що алекситимія за статистикою наявна в 5–25% здорових людей, а наші результати (41,6%) набагато перевищують середній рівень за вибіркою, що підтверджує більш високу частоту особистісних і емоційних девіацій у вибірці студентів-психологів.

Отже, результати нашого дослідження доводять необхідність змін у концепції професійної підготовки психологів. Беручи до уваги особистісні особливості як інструмент професійної компетентності психолога, необхідно збільшити такі форми роботи, які стимулюють особистісний розвиток,

дають можливість рефлексувати соціальний досвід. У підготовку необхідно обов'язково включити курси арт-терапії, упровадити терапевтичні малі групи як можливість підвищення емоційної і соціальної компетентності.

#### Література:

1. Шнейдер Л. Личностная, гендерная и профессиональная идентичность: теория и методы диагностики. Москва : Московский психолого-социальный институт, 2007. 128 с.
2. Войцях І. Емоційна компетентність майбутніх психологів як педагогічне явище. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2013. № 1. С. 54–58.
3. Андреева І. Азбука емоционального интеллекта. Санкт-Петербург : «БХВ-Петербург», 2012. 288 с.
4. Гаранян Н., Холмогорова А. Концепция алекситимии. *Социально-психиатрический журнал*. 2003. Т. 13. № 1. С. 128–145.
5. Искусных А., Попова Л. Алекситимия у студентов. Распространенность, причины и последствия. *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии* : сборник статей по материалам LXVIII Международной научно-практической конференции. № 9 (66). Новосибирск : СибАК, 2016. С. 61–65.

#### **Васильева А. В. Эмоциональная компетентность как фактор профессиональной компетентности у студентов-психологов**

*В статье рассмотрена эмоциональная компетентность как фактор, влияющий на профессиональную компетентность студентов-психологов. Алекситимия определяется как психологический феномен, связанный с эмоциональной сферой человека и влияющий на риск развития психосоматических расстройств, на качество жизни в целом. Отдельно рассматривается роль этого фактора в формировании профессиональной идентичности и компетентности студентов-психологов. Проведено исследование распространенности и степени выраженности алекситимических проявлений у студентов.*

**Ключевые слова:** эмоциональная компетентность, алекситимия, профессиональная идентичность, эмоциональная сфера, профессиональная подготовка.

#### **Vasylieva H. V. Emotional competence as a factor of professional competence among students of psychologists**

*The article deals with emotional competence as a factor influencing the professional competence of students of psychologists. Aleksetimiya is considered as a psychological phenomenon associated with the emotional sphere of a person and influencing the risk of developing not only psychosomatic disorders, but also the quality of life in general. Separately, the role of this factor in the formation of professional identity and competence among psychology students is considered. A study of the prevalence and severity of alexithymic manifestations among students was conducted.*

**Key words:** emotional competence, alexithymia, professional identity, emotional sphere, professional training.