

Ніколаєв Л.О.

Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Чижма Д.М.

Університет Григорія Сковороди в Переяславі

ТРЕНІНГОВІ ТЕХНОЛОГІЇ У РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК КОМПОНЕНТУ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У статті представлено теоретичний аналіз та емпіричне вивчення розвитку емоційного інтелекту як компоненту особистісної зрілості засобами тренінгових технологій. Висвітлено особливості прояву емоційного інтелекту та його роль у формуванні особистісної зрілості. Подано кількісну та якісну характеристику рівнів вираженості складових емоційного інтелекту та шкальних показників особистісної зрілості осіб юнацького віку до та після впровадження соціально-психологічного тренінгу. Констатується, що в основі особистісних змін лежить механізм рефлексії. Пріоритетної актуальності набуває психолого-педагогічна проблема підвищення особистісно-професійного розвитку здобувачів вищої освіти. Мета представленої статті полягає у дослідженні впровадження тренінгових технологій в навчально-виховний процес закладу вищої освіти з метою розвитку емоційного інтелекту як компоненту особистісної зрілості студентів психологічних спеціальностей. Запропонований варіант програми соціально-психологічного тренінгу, що спрямований на підвищення рівня складових емоційного інтелекту та оптимізацію соціально-психологічної адаптації передбачав включеність особистості студента в інтеграційні процеси навчальної групи та стосунків з оточенням. В якості найбільш продуктивних методів розвитку емоційного інтелекту було застосовано базові методичні прийоми соціально-психологічного тренінгу (групові дискусії, рольові ігри та засоби арт-терапії) завдяки яким вдалося прослідкувати якісну динаміку змін у ціннісно-мотиваційній сфері, рефлексивності та особистісного зростання загалом. Акцентовалася увага на важливості психолого-педагогічних умов для формування особистісної зрілості майбутніх психологів шляхом психологічного супроводу, який може здійснюватися завдяки психологічній службі закладу вищої освіти. Програма психологічного супроводу студентів у залежності від особливостей, проблем і вирішальних завдань особистісно-професійного розвитку студентів на кожному курсі навчання може мати специфічний зміст.

Ключові слова: емоційний інтелект, особистісна зрілість, соціально-психологічний тренінг, рефлексія, юнацький вік.

Постановка проблеми. Стрімкі зміни у політичній, соціальній, економічній сферах суспільства, диктує нові вимоги до системи вищої освіти. На даний момент випускнику закладу вищої освіти вже недостатньо володіти необхідними професійними знаннями і навичками, щоб бути успішним і конкурентоспроможним. На наш погляд, не менш важливою якістю, яка виступає базисом для самореалізації і професійного становлення, є особистісна зрілість студента. З огляду на актуальну ситуацію у вищій освіті, в умовах сьогодення, де весь процес навчання спрямований на засвоєння знань, а розвиток особистості носить стихійний характер, необхідна розробка системи психологічного супроводу формування особис-

тисної зрілості студентів. Дана система повинна будуватися на актуальних знаннях про фактичний рівень розвитку особистісної зрілості здобувачів вищої освіти для більш ефективного і цілеспрямованого впливу на ті показники, які недостатньо сформовані. Очевидно, що основний інструмент сучасного психолога – це його особистість. У цій статті ми зосередимося на підходах і технологіях з розвитку емоційного інтелекту як основного компоненту особистісної зрілості студентів-психологів. Адже для майбутніх психологів особистісна зрілість є необхідною якістю, яка визначає все їх подальше становлення як професіонала.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Феномен психологічної зрілості через призму емоцій-

ного інтелекту розглядається різними зарубіжними і вітчизняними психологами. Відзначається складність і багатозначність визначення і трактування поняття зрілості взагалі й особистісної зрілості, зокрема. Розвиток емоційного інтелекту розглядається дослідниками переважно в двох аспектах: як онтогенетичні зміни у здатності до розуміння та управління емоціями (О. Власова, М. Белл, Р. Боятцис, С. Черниш, М. Елліс, Дж. Майер, П. Саловей та ін.) [1; 6], і як цілеспрямований (тренінговий) вплив на розвиток окремих складових емоційного інтелекту (Ю. Бреус, М. Манойлова, М. Нгуен, О. Приймаченко, С. Сарні, Стівен А. Де Лазаріні та ін.) [8; 9; 12].

Вивчення особливостей цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту пов'язане із зростаючою необхідністю завчасної профілактики емоційного здоров'я особистості [12], оскільки сучасне «технологізоване» життя, навчання в дистанційному форматі негативно відбивається саме на емоційній сфері. У сучасної людини зовнішнє благополуччя (сприятливий комунікативний статус) досить часто супроводжується неблагополуччям внутрішнім (соціальна фрустрованість, низька афіліативність), що призводить до зниження адаптаційних можливостей особистості в умовах мінливого соціально-психологічного середовища.

Поряд із тим, у літературі вже представлено результати досліджень, які засвідчують продуктивність цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту [8; 13] шляхом організації зовнішнього (тренінгового) впливу. Загалом у психологічній літературі зазначається, що презентація тренінгових програм розвитку емоційного інтелекту повинна базуватися на принципах наукової обґрунтованості та технологічної розробленості [1; 11].

Формулювання цілей статті. Дослідження впровадження тренінгових технологій в навчально-виховний процес закладу вищої освіти з метою розвитку емоційного інтелекту як компоненту особистісної зрілості студентів психологічних спеціальностей.

Виклад основного матеріалу. Програма соціально-психологічного тренінгу спрямована на підвищення рівня складових емоційного інтелекту та оптимізацію соціально-психологічної адаптації, передбачає включеність особистості в інтеграційні процеси навчальної групи та стосунків з оточенням.

Програма тренінгу з розвитку емоційного інтелекту ґрунтується на основних принципах соціально-психологічної тренінгової практики – встановлення зв'язку (афіліація), спів-

переживання, прийняття інших, пізнавальна обробка досвіду (О. Бодальов, Ю. Ємельянов, Г. Марасанов, М. Найдьонов, Л. Петровська, Т. Яценко [5; 10; 13]). Базовим принципом є включення суб'єкта до процесу тренінгової взаємодії, у якому задіяно три основних сфери: когнітивна, емоційна, поведінкова – зміна однієї з яких, призводить до зміни всіх інших [5]. Теоретичним підґрунтям розробленої програми є положення про адаптивну та стресозахисну функції емоційного інтелекту (Е. Носенко, Н. Коврига [15]), роль емоційного інтелекту в процесі соціально-психологічної адаптації. У процесі розробки тренінгу було враховано положення про вікові особливості розуміння емоцій, про сенситивний розвиток внутрішньо-особистісного емоційного інтелекту у юнацькому віці (О. Власова [3]).

Загальна концептуальна модель розвитку емоційного інтелекту побудована в руслі гуманістичної парадигми та суб'єктно-поведінкового підходу [3].

Внутрішню концепцію тренінгу виражено у діаді – «усвідомлення переживань – усвідомлення вибору», що відображає сприйняття особистості як суб'єкта переживання емоцій, та зорієнтоване на гармонізацію внутрішньої (оцінка, переживання) та зовнішньої (статусні позиції) сторін спілкування.

Основні засоби тренінгової роботи пов'язані з прийомами соціально-психологічної рефлексії та соціально-психологічної перцепції – осмислення власних переживань, переживань інших у процесі комунікативної взаємодії [4]. Поряд із тим, запропонований тренінг відрізняється від традиційних засобів впливу, спрямованих на оптимізацію внутрішньо-групової статусної структури [5]; предмет тренінгового впливу складають не внутрішньо-групові взаємини, а переживання особистості у процесі внутрішньо-групової взаємодії. В якості найбільш продуктивних методів розвитку емоційного інтелекту було застосовано базові методичні прийоми соціально-психологічного тренінгу (групові дискусії, рольова гра [17]) та засоби арт-терапії (танцювальна терапія, музикотерапія та ін.) [14].

Вибір арт-терапевтичних технік зумовлений наступними положеннями:

1) арт-терапія сприяє гармонізації особистості засобом розвитку здатності до самовираження та самопізнання;

2) арт-терапія забезпечує підвищення адаптаційних можливостей людини у повсякденному житті [8].

Таким чином, ми зазначаємо, що підвищення рівня здатності до розуміння та управління емоціями спеціально-організованими засобами (інформаційно-діагностичні заняття, соціально-психологічний тренінг) сприяє оптимізації соціально-психологічної адаптації особистості – включеності в інтеграційні процеси групи та стосунків з оточенням (зниженню рівня соціальної фрустрованості взаєминами з одногрупниками, стабільності показників комунікативного статусу та взаємовиборів у групі).

Аналіз феноменології емоційного інтелекту в процесі соціально-психологічного тренінгу повинен вказувати на позитивну динаміку внутрішньо-особистісних перетворень (від усвідомлення емоційних переживань до усвідомлення комунікативного вибору). Вияв-

лені в ході корекційно-розвивальної роботи «тренінгові ефекти» (зближення, емоційного знесилення, післядії) мають підтверджувати значимість рефлексії емоційних переживань у процесі внутрішньогрупової взаємодії та специфіку застосування арт-терапевтичних технік в інтеграції емоційних й інтелектуальних процесів.

До роботи з розвитку емоційного інтелекту як професійно значущої якості особистості було залучено 12 досліджуваних з вибірки, у яких показники за комплексом методик перебували на рівні середньому чи нижче норми.

Діагностика відбувалася за методикою «Емоційний інтелект» Н. Холла та методикою «Рівень вираження інфантилізму» А. Серьогіної. Значущість відмінностей у результатах діагностики до

Таблиця 1

Порівняння результатів дослідження рівня емоційного інтелекту студентів-психологів за методикою Н. Холла до та після тренінгу

n=12

Рівень показників	ЕО		УЕ		См		Ем		РЕІ		ІРЕІ	
	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу
Низький	50	25	85	55	30	35	40	65	55	55	60	55
Середній	50	65	15	45	45	40	60	30	40	45	40	45
Високий	0	10	0	0	25	25	0	5	5	5	0	0

Примітка:

ЕО – емоційна обізнаність;

УЕ – управління власними емоціями;

См – самомотивація;

Ем – емпатія;

РЕІ – розпізнавання емоцій інших людей;

ІРЕІ – інтегративний рівень емоційного інтелекту.

Таблиця 2

Рівні вираження шкальних показників особистісної зрілості студентів-психологів за методикою А. Серьогіної

n=12

Шкали особистісної зрілості	Рівні					
	високий		середній		низький	
	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу
Емоційно-вольова сфера	0	66,7	100	33,3	0	0
Трудова мотивація	0	33,3	100	66,7	0	0
Ціннісні орієнтації	0	41,7	100	58,3	0	0
Розваги, гедонізм	0	16,7	16,7	33,3	83,3	50
Рефлексія	0	50	91,7	50	8,3	0
Позиції утримання, залежність, безвідповідальність	0	41,7	25	25	75	33,3
Невпорядкованість, хаотичність поведінки	0	8,3	25	41,7	75	50
Долаюча поведінка	0	33,3	91,7	66,7	8,3	0

та після тренінгу доводилась шляхом використання t-критерію Стьюдента.

Як видно з табл. 1, після впровадження програми відбулися деякі зміни в показниках емоційного інтелекту. Значуще зріс показник емоційної обізнаності (ЕО) ($t=4,5$ – відмінності достовірні на рівні $p<0,001$).

Також позитивні зміни відбулися в показнику управління власними емоціями (УЕ) ($t=6,25$ – відмінності достовірні на рівні $p<0,001$).

Дещо менш значущі зміни встановлено в показника емпатійних рис (ЕМ) ($t=4,5$ – відмінності достовірні на рівні $p<0,01$).

Зазначимо, що зміни в показниках самомотивації (СМ), здатності до розпізнавання емоцій власних та оточуючих їх людей (РЕІ) та інтегративного рівня емоційного інтелекту (ІРЕІ) є незначущими.

За методикою «Рівень вираження інфантилізму» А. Серьогіної, яку ми використовували для встановлення рівня особистісної зрілості досліджуваних нами було отримано наступні результати:

- на рівні $p\leq 0,05$ у показниках за шкалами «Рефлексія» та «Позиції утримання, залежність, безвідповідальність»;
- на рівні $p\leq 0,01$ у показниках за шкалою «Емоційно-вольова сфера».

За шкалами «Трудова мотивація», «Ціннісні орієнтації», «Розваги, гедонізм», «Невпорядкованість, хаотичність поведінки» та «Долаючи поведінку» значущих змін не виявлено (табл. 2).

Тобто, ми можемо зробити висновок про те, що впроваджена тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту як компоненту особистісної зрілості студентів-психологів є ефективною для його розвитку. Але, щоб підвищити рівень особистісної зрілості необхідна більш комплексна система роботи, яка може стосуватися розвитку ціннісно-мотиваційної сфери, рефлексивності та особистісного зростання загалом.

У цілому, психологічний супровід в освітньому середовищі ЗВО визначається як комплексний метод забезпечення психологічної безпеки студентів, досягнення ними фізичного, душевного та соціального пристосування до навколишнього середовища, озброєння їх ресурсами для самостійної протидії різним негативним впливам, самостійного та відповідального подолання труднощів у своєму особистісно-професійному становленні, формування власного способу самозахисту й самовдосконалення шляхом свідомого цілеспрямованого навчання [19]; як система заходів, спрямованих на створення психолого-педа-

гогічних умов для прийняття суб'єктом розвитку оптимальних рішень у ситуаціях життєвого вибору, успішного професійно-особистісного становлення, актуалізації сукупності особистісних якостей студентів, що зумовлює розвиток їхньої суб'єктності через активізацію процесів самосвідомості: самопізнання, самооцінювання, самоаналізу, самовизначення та саморозвитку [2].

У роботах В. Панка, Н. Євдокимової висловлюється точка зору, що основною метою психологічного супроводу підготовки фахівців у вищих навчальних закладах є підвищення ефективності навчально-виховного процесу, розвиток і формування зрілої особистості студента засобами практичної психології [7; 16].

М. Савчин у психологічному супроводі формування особистісної зрілості студентів виділяє психологічний і технологічний аспекти. Психологічний аспект полягає в життєвому самовизначенні, у підготовці до здійснення вибору у кризових ситуаціях, саморозкриття та усунення суб'єктивних перешкод до розвитку, у зміцненні психологічного здоров'я, а також наданні допомоги в конкретній психотравмуючій ситуації. Психологічний супровід формування особистісної зрілості студентів розглядається ученим у контексті розвитку їхньої суб'єктності, який передбачає сприяння в реалізації їх прагнення бути особистістю на інтраіндивідуальному, метаіндивідуальному рівнях; організацію взаємодії зі студентами, яка створює можливості для їхнього особистісного й професійного зростання [18].

У технологічному плані психологічний супровід формування особистісної зрілості виступає як система засобів, що містять у собі різні форми, методи і прийоми допомоги особистості. Їх підбір обумовлюється принципами особистісно-розвивальної освіти, яка заснована на гуманістичних ідеях та реалізується в суб'єктній взаємодії учасників освітнього процесу. Важливою підставою психологічного супроводу в умовах освітнього процесу, на думку М. Савчина, є довірливе спілкування, що свідчить про розуміння і прийняття суб'єктами освітньої діяльності один одного. Психологічний супровід формування особистісної зрілості студентів буде ефективним за умови його цілеспрямованості та системності; полісуб'єктності й особистісної орієнтованості; спрямованості на формування ситуації розвитку особистості та її основи, які є важливими для особистісного розвитку, а саме: позитивного ставлення до себе, емоційної стабільності, соціально-психологічної компетентності [18].

Психологічний супровід формування особистісної зрілості студентів ми визначаємо як систему заходів, спрямованих на створення сприятливих умов для оптимізації системної детермінації даного процесу. Дотримуємося думки, що головною умовою формування особистісної зрілості студентів є діалог, враховуючи його фундаментальну роль в процесах розвитку особистості, її свідомості та самосвідомості.

Організаційною формою реалізації системи психологічного супроводу формування особистісної зрілості студентів може виступати психологічна служба закладу вищої освіти. Відповідно до існуючих нормативних документів, психологічна служба, яка має забезпечувати практичну реалізацію супроводу, являє собою багаторівневу організаційну систему, яка включає в себе основні структурні одиниці і забезпечує надання ефективної психологічної допомоги всім учасникам освітнього процесу.

Психологічний супровід формування особистісної зрілості студентів виступає як цілісний, безперервний процес вивчення, аналізу, формування, розвитку і корекції пізнавальної сфери й особистості студента в цілому, що потрапляє в поле діяльності працівників психологічної служби.

Програма психологічного супроводу студентів у залежності від особливостей, проблем і вирішальних завдань особистісно-професійного розвитку студентів на кожному курсі навчання може мати специфічний зміст:

перший курс – первинна діагностика сформованості особистісних якостей, необхідних для успішного опанування майбутньою професією; адаптаційний тренінг; індивідуальне психологічне консультування;

другий курс – діагностика міри розвитку психічних пізнавальних процесів; тренінг психічних пізнавальних процесів; індивідуальне психологічне консультування;

третій курс – діагностика сформованості комунікативних умінь; тренінг ділового (професійного) спілкування; індивідуальне психологічне консультування;

четвертий курс – психологічна служба проводить блок занять, спрямований на засвоєння навичок саморегуляції психічних станів, формування особистісної зрілості. Він складається з діагностики психічного стану, стилю саморегуляції психічної поведінки, тренінгу навичок саморегуляції психічних станів, індивідуального психологічного консультування;

другий (магістерський) рівень вищої освіти – контрольна діагностика міри сформо-

ваності особистісних і професійно значущих якостей, необхідних для успішної професійної діяльності; тренінг формування особистісної зрілості; індивідуальне психологічне консультування.

Психологічний супровід – це багатогранний, складно організований процес, що вимагає від психолога спеціальних знань і умінь, стійкої професійної мотивації і бажання розвиватися разом з суб'єктом супроводу. На кожному віковому етапі супровід має свою специфіку, проте загальним на всіх етапах є опора на власні ресурси і здібності особистості.

Для формування особистісної зрілості психологічний супровід може бути реалізовано через організацію наступних психолого-педагогічних умов:

- формування комплексу знань у студентів про особистісну зрілість;
- організація продуктивної взаємодії в системі «викладач-студент» у процесі подолання бар'єрів спілкування, оволодіння стратегіями поведінки в конфліктних ситуаціях, тактик комунікативної взаємодії, навичок персоніфікованих висловлювань і прийомів активного слухання; формування суб'єктної позиції студентів у процесі участі в групових дискусіях, рольових іграх, мозковому штурмі, кейс-методи, груповій роботі, майстер-класах;
- організація проектної та волонтерської діяльності, що забезпечує формування здатності до саморозвитку, позитивних міжособистісних відносин і самоорганізації;
- корекційно-розвивальна діяльність психолога ЗВО, здійснювана в індивідуальній та груповій формі, що спрямована на формування навичок рефлексії і самоприйняття особистості.

Висновки. Одержані емпіричні дані дослідження дають підставу констатувати, що апробовані на практиці прийоми і засоби з розвитку емоційного інтелекту як компоненту особистісної зрілості студентів-психологів, включені в програму соціально-психологічного тренінгу для підвищення рівня складових емоційного інтелекту та оптимізацію соціально-психологічної адаптації, є ефективними. Зазначимо, що результативність тренінгового впливу забезпечили не внутрішньогрупові взаємини, а переживання особистості у процесі внутрішньогрупової взаємодії. В якості найбільш продуктивних методів розвитку емоційного інтелекту виступають базові методичні прийоми такі як групова дискусія, рольова гра та засоби арт-терапії.

Виконане дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми, що розглядається. Для того, щоб підвищити рівень особистісної зрілості необхідна

більш комплексна система роботи, яка буде стосуватися розвитку ціннісно-мотиваційної сфери, рефлексивності та особистісного зростання загалом.

Список літератури:

1. Андреева И. Н. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и характеристик социально-психологической адаптации личности. *Практична психологія і соціальна робота*, 2010. № 12. С. 63–67.
2. Василенко Л., Василенко І. Психолого-педагогічні умови активізації особистісно-професійного саморозвитку майбутнього педагога. *Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації*. 2011. № 2. С. 407–411.
3. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2005. 308 с.
4. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта: пер. с англ. Москва : Альпина Бизнес Букс, 2005. 301 с.
5. Деревянко С. П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах. *Психологический журнал*. Минск, 2008. № 2 (18). С. 79–84.
6. Дружинин В. Н. Психология общих способностей / 2-е изд. Санкт-Петербург : Издательство «Питер», 2000. 368 с.
7. Євдокимова Н. О., Лановенко І. І. Психологічний супровід інституціоналізованої підготовки правознавців до майбутньої професійної діяльності. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського*. Сер.: Психологічні науки. 2012. Т. 2. Вип. 9. С. 95–99.
8. Забаровська С. М. Програма тренінгу емоційної компетентності для практичних психологів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 9. С. 47–50.
9. Коврига Н. В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту : автореф. ... дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.01 / Київ, 2003. 20 с.
10. Людина. Суб'єкт. Вчинок: філософсько-психологічні студії / наук. ред. В. О. Татенко. Київ : Либідь, 2006. 360 с.
11. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте. *Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования* / Под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. М. : Институт психологии РАН, 2004. С. 29–36.
12. Манойлова М. А. Развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов. Монография. Псков : ПГПИ, 2004. 60 с.
13. Мельник О. Г. Емоційний інтелект і критичне мислення. *Наукові Записки Національного університету «Острозька академія»* : зб. наук. праць. Серія «Психологія і педагогіка». Випуск 12. Тематичний випуск: «Сучасні дослідження когнітивної психології». Острого, 2009. С. 122–131.
14. Нгуен М. А. Развитие эмоционального интеллекта. *Ребенок в детском саду*. 2007. № 5. С. 80–87.
15. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект як інтегральна особистісна властивість. *Практична психологія і соціальна робота*, 2008. № 9. С. 22–27.
16. Панок В. Г. Практична психологія. Теоретико-психологічні засади розвитку. Чернівці : Технодрук, 2010. 486 с.
17. Поплужный В. Л. Роль и развитие интеллектуальных чувств в познавательной деятельности личности : дис. ... канд. психол. наук: 731 / Киев, 1969. 263 с.
18. Савчин М. В. Психологічний супровід розвитку особистості студента з обмеженими можливостями. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2012. Вип. 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2012_1_41 (дата звернення: 20.10.2020).
19. Система соціального і психолого-педагогічного супроводу дітей пільгових категорій : навчально-методичний посібник / О. І. Василькова, І. В. Родигіна, М. І. Гринчук та ін. Донецьк : ДонІППО. «Витоки», 2006. 206 с.

Nikolaiev L.O., Chyzhma D.M. TRAINING TECHNOLOGIES IN THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A COMPONENT OF PERSONAL MATURITY OF HIGHER EDUCATION STUDENTS

The article presents a theoretical analysis and empirical study of the development of emotional intelligence as a component of personal maturity by means of training technologies. The peculiarities of the manifestation of emotional intelligence and its role in the formation of personal maturity are highlighted. Quantitative and qualitative characteristics of the levels of expression of the components of emotional intelligence and scale indicators of adolescents' personal maturity before and after the introduction of socio-psychological training

are presented. It is stated that the mechanism of reflection underlies personal changes. The psychological and pedagogical problem of increasing the personal and professional development of higher education seekers is becoming a priority. The purpose of this article is to study the implemented training technologies in the educational process of higher education in order to develop emotional intelligence as a component of personal maturity of students of psychological specialties. The proposed version of the socio-psychological training program, which aimed to improve emotional intelligence components and optimize socio-psychological adaptability, included the incorporation of the student's personality in the research group's integration processes and relationships with others. The most productive methods of emotional intelligence development were the basic methods of socio-psychological training (group discussions, role-playing games and art therapy), which traced the qualitative dynamics of changes in the value-motivational sphere, reflexivity and personal growth in general. The importance of psychological and pedagogical settings for the formation of future psychologists' personal maturity was emphasized through psychological support, which can be provided through higher education's psychological service. Depending on the features, problems and crucial tasks of personal and professional development of students in each course of study, the program of psychological support for students may have a specific meaning.

Key words: *emotional intelligence, personal maturity, socio-psychological training, reflection, adolescence.*