

ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.942.5

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.1/03>

Крикун Л.В.

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

ОПТИМІЗАЦІЯ ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СОЦІАЛЬНОГО ПЕДАГОГА

У статті описано схему оптимізації емоційної компетентності соціальних педагогів як важливого чинника розвитку емоційного інтелекту. Розглядається роль емоційного інтелекту у професійній діяльності соціальних педагогів та його вплив на якість надання соціально-педагогічної допомоги. Визначено взаємовплив емоційної компетентності та емоційного інтелекту. Стаття базується на теоретичних та емпіричних дослідженнях, щоб висвітлити методи та стратегії оптимізації емоційної компетентності, які сприяють розвитку емоційного інтелекту соціальних педагогів. Подано показники дослідження емоційного інтелекту соціальних педагогів до та після проведеної серії навчально-методичних вебінарів. Здійснено порівняльний аналіз міжособистісного та внутрішньо-особистісного емоційного інтелекту соціальних педагогів. Аналізуються ключові аспекти оптимізації емоційної компетентності, включаючи рефлексію, емоційне розуміння, емпатію та ефективну комунікацію. Описано авторські розробки щодо розвитку емоційної компетентності, засновані на попередніх дослідженнях і практичній роботі з соціальними педагогами закладів освіти, а саме: схема взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності та програма оптимізації емоційної компетентності. Схема взаємовпливу емоційного інтелекту і емоційної компетентності показує необхідність практичної діяльності через програму оптимізації емоційної компетентності задля підвищення емоційного інтелекту. Підвищення емоційного інтелекту подано через інтерактивну тренінгову роботу та рефлексію на кожному етапі практичної діяльності. Програма оптимізації емоційної компетентності включає декілька послідовних складових, що побудовані в етапи послідовних активностей, а саме: діагностичне дослідження, тренінг емоційної компетентності, ведення щоденника розвитку емоційної компетентності, проведення двох супервізій, постекспериментальна діагностика. Визначено подальші перспективи досліджень, основою яких є апробація програми оптимізації емоційної компетентності соціальних педагогів закладів освіти. Результати дослідження надають підстави для рекомендацій щодо подальшого розвитку емоційної компетентності у професійній діяльності соціальних педагогів.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоційна компетентність, оптимізація емоційної компетентності, схема взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності, рефлексія, професійна діяльність соціального педагога.

Постановка проблеми. У сучасному швидкозмінному світі, де виникають нові виклики, в тому числі війна в Україні, освітнє середовище також піддається і впливу негативних факторів таких як стрес, тривога, надмірне навантаження, невпевненість у майбутньому, недостатність ресурсів, в тому числі людських. Ці негативні фактори можуть впливати на якість освіти, психічне здоров'я та

загальне благополуччя учасників освітнього процесу. Тому важливо виявляти та намагатися усунути ці проблеми для створення сприятливого та підтримуючого освітнього середовища.

Професійна діяльність соціальних педагогів відбувається в умовах підвищення напруги в освітньому середовищі, збільшення кількості дітей, що опинились в складних життєвих обставинах, збільшення

кількості проявів домашнього насильства, що в свою чергу впливає на психоемоційний стан всіх учасників освітнього процесу.

Оптимізація емоційної компетентності для соціального педагога має велику актуальність у сучасному освітньому середовищі, оскільки в першу чергу сучасні соціальні педагоги відіграють важливу роль у підтримці та розвитку соціального та емоційного благополуччя учнів. Розвиток емоційної компетентності допомагає соціальним педагогам покращити якість своєї педагогічної діяльності, виявляючи більшу емпатію, розуміння та ефективність у взаємодії з учнями, сприяє покращенню емоційного стану та загального благополуччя соціальних педагогів, що може позитивно вплинути на їхню професійну діяльність та особисте життя.

Емоційний інтелект є важливою складовою успішної професійної діяльності соціального педагога. Оптимізація емоційної компетентності сприяє розвитку цього важливого аспекту особистості, що в свою чергу може покращити результативність роботи соціальних педагогів. Емоційно компетентні педагоги здатні адаптуватися та вирішувати проблеми більш успішно.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У зарубіжній психології емоційний інтелект визначають як групу ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню й розумінню власних емоцій та емоцій оточуючих (Д. Карузо, Дж. Мейер, П. Саловей), поєднання когнітивних здібностей та особистісних характеристик (Д. Гоулмен) [1, с. 38].

Вітчизняні автори трактують поняття емоційного інтелекту як «емоційну розумність» (Е. Л. Носенко), «емоційне самоусвідомлення» (О. І. Власова), детермінанту внутрішньої свободи особистості та показника цілісного її розвитку (О. В. Філатова), «пізнавальну спроможність» (І. В. Опанасюк), «інтегральну властивість особистості» (Н. В. Коврига, І. М. Матійків) [1, с. 38].

Мета статті полягає у описі схеми взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності для оптимізації емоційної компетентності соціального педагога закладу освіти.

Виклад основного матеріалу. У сучасному науковому просторі немає єдиної концепції емоційного інтелекту. Поширеними є дві основні концепції емоційного інтелекту. Перша характеризує емоційний інтелект як модель здібностей, тобто когнітивну здатність, що включає ідентифікацію емоцій, здатність викликати, розуміти і контролювати емоції (Г. Гарднер, П. Саловей, Дж. Маєр, Д. Карузо, К. Саарні) [7; 8]. Друга модель – змі-

шана, яка представлена поєднанням інтелектуальних (когнітивних), емоційних і особистісних характеристик людини (Р. Бар-Он, Д. Гоулмен, Д. Люсін, В. Зарицька, Е. Носенко, І. Матійків, С. Дерев'янка) [5].

Концепція емоційної компетентності включає в себе ряд підходів та моделей, розроблених різними авторами у галузі психології та соціальних наук. Єдиної концепції до розуміння емоційної компетентності також немає. Як із емоційним інтелектом, найбільш поширеними є дві концепції емоційної компетентності, засновані на природі походження: генетичного походження (К. Скайє та О. Гиндина) та сформована під впливом соціуму (Д. Гоулмен, Р. Бойатзіс, С. Марковіц, О. Бодальова, Л. Лепіхової, О. Льошенко, Н. Белоцерковець) [4, с. 157–158].

В ст. 1, п. 15 Закону України «Про освіту» компетентність розглядається як «динамічна комбінація знань, умінь, навичок, способів мислення, поглядів, цінностей, інших особистих якостей, що визначає здатність особи успішно соціалізуватися, провадити професійну та/або подальшу навчальну діяльність» [2].

Кожен вид професійної діяльності потребує ряд компетентностей. Для вивчення шляхів оптимізації емоційної компетентності соціальних педагогів закладів освіти необхідним постає опора на компетентнісний підхід для взаємного доповнення професійної діяльності знаннями, вміннями і цінностями. При цьому знання отримуються для формування конкретних професійних вмінь, оскільки остаточною ціллю навчання дорослих є вміння використовувати здобуте на практиці в типових та нетипових ситуаціях.

Емоційна компетентність вченими визначається як результат розвитку емоційного інтелекту, який є інтегральною властивістю особистості розпізнавати, розуміти, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших людей, використовувати ці здатності для досягнення важливих цілей як в житті в цілому, так і у професійній діяльності, зокрема. Виходячи з вище зазначеного, емоційна компетентність вченими визначається як здатність особистості до саморегуляції емоцій, а розпізнавання, розуміння емоцій інших людей, до рефлексії, як механізму осмислення емоцій, способів їх прояву у себе та у інших, причин їх виникнення, прогнозування їх протікання та наслідків, до яких може привести їх неадекватний прояв [3, с. 243].

Оскільки і зарубіжні, і українські вчені, незалежно від того, яку концепцію застосовують у вивченні емоційного інтелекту чи емоційної

компетентності, наголошують на значному впливі емоційного інтелекту та особливо емоційної компетентності на професійне та особисте життя і благополуччя [6].

Хочемо підкреслити важливість емоційного інтелекту для розвитку емоційної компетентності, в той же ж час, наявність розвинених емоційних компетентностей буде покращувати емоційний інтелект.

У попередній статті ми описали емоційний інтелект соціальних педагогів дослідження якого проводилось з використанням методики ЕмІн Д. В. Люсіна. Низькими виявились показники внутрішньоособистісного інтелекту, а саме: управління своїми емоціями (12,97 балів) та найнижчим показником в структурі емоційного інтелекту виявлено контроль експресії (9,97 бала) [1, с. 39].

Отримавши показники емоційного інтелекту шукали шляхи розвитку найнижчих показників. Впродовж 2020-2021 років проведено серію навчально-методичних вебінарів в межах дослідження емоційної компетентності соціальних педагогів та пошуку оптимальних психолого-педагогічних умов для його формування. Один вебінар спрямували на надання соціальним педагогам інформації, навчання навичок та стратегій

розвитку їхнього емоційного інтелекту. На вебінарі розглядали поняття емоційного інтелекту, його важливості для особистісного розвитку та міжособистісних відносин, розуміння основних емоцій та їх впливу на поведінку та рішення, стратегій керування емоціями, а також практичні поради та приклади використання емоційного інтелекту в професійному та особистому житті, застосування отриманих знань та навичок у реальних ситуаціях.

Другий зріз дослідження емоційного інтелекту соціальних педагогів проведено з вересня по грудень 2021 року з використанням методики ЕмІн Д. В. Люсіна. Учасниками стали 78 соціальних педагогів (74 жінки та 4 чоловіки) закладів освіти Івано-Франківської області, з них – 34 (44 %) соціальних педагогів з сільської місцевості та 44 (56 %) жителів міст. Середній вік досліджуваних 38 років. Педагогічний стаж (середній показник діяльності соціальних педагогів в закладах освіти) становить 14 років.

Порівнюючи результати опитувань, дійшли висновку, що позитивні зрушення в розвитку емоційного інтелекту соціальних педагогів є, проте зміни, на нашу думку, недостатні, щоб вважати їх суттєвими [1, с. 39].

Таблиця 1

Порівняння результатів діагностики емоційного інтелекту соціальних педагогів у 2019 та 2021 рр. із використанням методики ЕмІн Д. В. Люсіна

Шкала	Рівень емоційного інтелекту	Середній бал у дослідженні 2019 року	Значення (діапазон, балів)	Середній бал у дослідженні 2021 року	Значення
MP	<i>Розуміння чужих емоцій</i> (міжособистісний інтелект)	23,61	середнє (23-26)	23,02	середнє (23-26)
MU	<i>Управління чужими емоціями</i> (міжособистісний інтелект)	18,21	середнє (18-21)	18,19	середнє (18-21)
BP	<i>Розуміння своїх емоцій</i> (внутрішньо-особистісний інтелект)	17,71	середнє (17-21)	19,06	середнє (17-21)
BU	<i>Управління своїми емоціями</i> (внутрішньо-особистісний інтелект)	12,97	низьке (10-12)	12,73	низьке (10-12)
BE	<i>Контроль експресії</i> (внутрішньо-особистісний інтелект)	9,97	низьке (7-9)	10,21	середнє (10-12)
MEI	Міжособистісний EI	41,82	середнє (40-46)	41,21	середнє (40-46)
BEI	Внутрішньо-особистісний EI	40,64	середнє (39-47)	42,01	середнє (39-47)
PE	Розуміння емоцій	41,32	середнє (40-47)	42,09	середнє (40-47)
UE	Управління емоціями	41,14	середнє (40-47)	41,14	середнє (40-47)
3EI	Загальний рівень EI	82,46	середнє (79-92)	83,23	середнє (79-92)

Результати діагностики дали можливість визначити ключові точки інтервенції для оптимізації емоційної компетентності соціальних педагогів.

Оскільки емоційна компетентність розвивається при соціальній взаємодії, ключовими інтервенціями обрано роботу в тренінгу, супервізійну підтримку та самостійну практичну діяльність. Для реалізації задуму ми розробили схему взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності представлену на рисунку 1.

Емоційний інтелект впливає на емоційну компетентність, в свою чергу, емоційна компетентність впливає на емоційний інтелект. Розвиток практичних навичок дозволяє усвідомити під час тренінгової роботи, супервізійних зустрічей, самостійної практичної діяльності, наявність чи відсутність складових емоційної компетентності. Після рефлексії емоційний інтелект зростає. Дане припущення ми зобразили в авторській схемі взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності у соціальних педагогів (рис. 1).

Процес усвідомлення та розуміння власних емоційних реакцій, переживань та відчуттів є важливою складовою емоційної компетентності, яка дозволяє соціальному педагогу краще розуміти себе, свої емоції та їхні причини. Процес рефлексії в практичній тренінговій діяльності орієнтований на розуміння педагогами того, що викликало емоційну реакцію, почуття у даний момент, думки та переконання, як ці емоції вплинули на поведінку та взаємодію з іншими людьми. Врешті це допомагає розвивати усвідомлення про себе та свої емоції, встановлювати зв'язок між своїми думками, почуттями та діями, а також навчатися керувати своїми емоціями більш ефективно. Рефлексія у процесі

роботи над собою сприяє покращенню емоційного благополуччя, підвищенню самосвідомості та розвитку емоційної компетентності.

Ключовою складовою в схемі взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності постає практика (тренінг емоційної компетентності, супервізійна підтримка, самостійна практична діяльність), яка стане основою спеціальної програми оптимізації емоційної компетентності, схематично описаної в таблиці 2.

Основною метою програми бачимо оптимізацію емоційної компетентності соціальних педагогів закладів освіти.

Після апробації програми передбачаємо її користь у розвитку емоційної компетентності для інших цільових груп, таких як практичні психологи закладів освіти, педагоги, викладачі, методисти, класні керівники, адміністрація закладів освіти.

Висновки. Оптимізація емоційної компетентності є ключовою для ефективної професійної діяльності соціального педагога та сприяє покращенню якості життя. Дослідження оптимізації емоційної компетентності як чинника розвитку емоційного інтелекту соціального педагога є важливим і актуальним завданням, що може сприяти покращенню професійної діяльності педагога, підвищенню якості педагогічного процесу та загального благополуччя як самих соціальних педагогів закладів освіти, так і їх вихованців. Соціальні педагоги, які мають високий рівень емоційної компетентності, можуть бути більш ефективними в підтримці дітей і допомозі їм впоратися з емоційними проблемами. Емоційно компетентні педагоги здатні створити довірчу атмосферу в роботі з учасниками освітнього процесу, краще розуміти потреби та індивідуальні особливості своїх учнів, що сприяє відкритому спілкуванню та ефективній взаємодії.

Використання розробленої серії вебінарів для підвищення емоційної компетентності соціального педагога має незначний вплив на внутрішньоособистісний інтелект, а саме – контроль експресії. Тому потрібно шукати шляхи оптимізації емоційної компетентності в більш практичному спрямуванні.

Розробка схеми взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності, що передбачає включення ефективних практичних технологій інтервенції для підвищення емоційної компетентності соціального педагога, такі як тренінг емоційної компетентності, супервізійна підтримка, самостійна практична діяльність, дозволяє побачити ефективні стратегії оптимізації емоційної компетентності як чинника розвитку емоційного інтелекту.



Рис. 1 Схема взаємовпливу емоційного інтелекту та емоційної компетентності

Схема програми оптимізації емоційної компетентності

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин/днів	Завдання, очікувані результати
1	Діагностичне дослідження	2 години	Визначити рівень емоційної компетентності соціальних педагогів діагностичними методиками.
2	Тренінг емоційної компетентності	2 дні поспіль по 4 год	Психоедукація щодо підвищення емоційної компетентності, інтерактивне навчання емоційної компетентності, розвиток знань щодо емоційного інтелекту та практичні шляхи реалізації набутого досвіду. Очікуємо включеність в тренінгову роботу і засвоєння базових вмінь та навичок оптимізації емоційної компетентності.
3	Щоденник розвитку емоційної компетентності	30 днів	Рефлексія над емоційними компетентностями, аналіз застосування набутих практичних знань, самостійна практична робота над опануванням компетентностей. Застосування набутих знань в щоденній практичній діяльності та особистому житті. Очікуємо усвідомленого застосування отриманих знань та вмінь в щоденній практичній діяльності.
4	Супервізія 1	Через місяць після тренінгу	Рефлексія щодо набутих навичок емоційної компетентності і труднощів в їх опануванні за підтримки кваліфікованого фахівця в колі групової підтримки. Очікуємо інсайти щодо практики застосування емоційної компетентності не тільки в тих, хто презентуватиме випадки, але й в інших учасників супервізії.
5	Щоденник розвитку емоційної компетентності	30 днів	Рефлексія над емоційними компетентностями, аналіз застосування набутих практичних знань, самостійна практична робота над опануванням компетентностей. Застосування набутих знань в щоденній практичній діяльності та особистому житті. Очікуємо усвідомленого застосування отриманих знань та вмінь в щоденній практичній діяльності.
6	Супервізія 2	Через місяць після тренінгу	Рефлексія щодо набутих навичок емоційної компетентності і труднощів в їх опануванні за підтримки кваліфікованого фахівця в колі групової підтримки. Очікуємо інсайти щодо практики застосування емоційної компетентності не тільки в тих, хто презентуватиме випадки, але й в інших учасників супервізії.
7	Постекспериментальна діагностика	2 години	Визначити наявність чи відсутність змін в емоційній компетентності соціальних педагогів як загалом, так і за окремими показниками.

Розробка і апробація програми оптимізації емоційної компетентності соціальних педагогів закладів освіти за запропонованою схемою (табл. 2) передбачає охоплення ключових інтервенцій для оптимізації емоційної компетентності як основного чинника розвитку емоційного інтелекту, а саме поєднання теоретичних знань, практичної діяльності в інтерактивному тренінгу, опанування набутого досвіду в щоденній професійній діяльності та особистому житті, самостійну практичну діяльність та рефлексію з допомогою щоденника емоційної компетентності, рефлексію на супервізійних зустрічах за підтримки кваліфікованого фахівця в колі групової підтримки.

Грунтовне дослідження цих аспектів дозволить глибше розуміти роль емоційної компетентності у роботі соціального педагога та розробляти більш

ефективні педагогічні стратегії для підтримки емоційного розвитку здобувачів освіти, професійного становлення фахівців та їх особистого благополуччя.

Подальші перспективи досліджень:

– Описати додаткові чинники оптимізації емоційної компетентності соціальних педагогів закладів освіти.

– Дослідити вплив соціального середовища (навчального закладу, сім'ї, спільноти) на розвиток емоційної компетентності соціального педагога.

– Розробити та апробувати програму оптимізації емоційної компетентності соціальних педагогів закладів освіти.

– Дослідити взаємозв'язок емоційної компетентності з іншими психологічними та педагогічними аспектами, такими як мотивація, когнітивні процеси, педагогічні стратегії тощо.

Список літератури:

1. Гасюк М. Б., Крикун Л. В. Емоційний інтелект соціальних педагогів закладів освіти. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія : Психологія. Видавничий дім «Гельветика»*. Том 33(72). 2022. № 1. С. 37–39. DOI <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.1/06>
2. Закон України «Про освіту» [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>
3. Зарицька В. В., Борисенко В. М. Емоційна компетентність як детермінантна складова професійного становлення фахівців соціономічного напрямку. *Молодий вчений*. 2017. № 4. С. 244. С. 241–245. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_4_58
4. Льошенко О. А. Соціальна та емоційна компетентність: порівняльний аналіз. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2012. Вип. 16. С. 157–162. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apssp_2012_16_22
5. Bar-On R. Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual / R. Bar-On – Toronto : Multi-Health Systems, 1997. P. 232.
6. Gardner, H. Frames of mind: The theory of multiple intelligences. New York : Basic Books, 1983. P. 345.
7. Mayer J. D. The intelligence of emotional intelligence / J. D. Mayer, P. Salovey. *Intelligence*. N.Y., 1993. P. 433–442.
8. Salovey P., Mayer J. D. Some final thoughts about personality and intelligence. *Personality and intelligence*. Cambridge, U.K. Cambridge University Press, 1994. Pp. 303–318.

Krykun L.V. OPTIMIZING EMOTIONAL COMPETENCE AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF A SOCIAL TEACHER

The article describes a scheme for optimizing the emotional competence of social pedagogues as an important factor in the development of emotional intelligence. The role of emotional intelligence in the professional activity of social pedagogues and its impact on the quality of providing social and pedagogical assistance is considered. The mutual influence of emotional competence and emotional intelligence is determined. The article draws on theoretical and empirical research to highlight methods and strategies for optimizing emotional competence that contribute to the development of emotional intelligence of social educators. The indicators of the study of the emotional intelligence of social pedagogues before and after the series of educational and methodical webinars are presented. A comparative analysis of interpersonal and intrapersonal emotional intelligence of social pedagogues was carried out. Key aspects of optimizing emotional competence are analyzed, including reflection, emotional understanding, empathy, and effective communication. The author's developments regarding the development of emotional competence are described, based on previous research and practical work with social pedagogues of educational institutions, namely: the scheme of mutual influence of emotional intelligence and emotional competence and the program for optimizing emotional competence. The scheme of mutual influence of emotional intelligence and emotional competence shows the need for practical activities through the program of optimization of emotional competence in order to increase emotional intelligence. Increasing emotional intelligence is provided through interactive training work and reflection at each stage of practical activity. The emotional competence optimization program includes several sequential components built into stages of sequential activities, namely: diagnostic research, emotional competence training, keeping a diary of the development of emotional competence, carrying out two supervisions, post-experimental diagnostics. The further prospects of research are determined, the basis of which is the approbation of the program for optimizing the emotional competence of social teachers of educational institutions. The results of the study provide grounds for recommendations regarding the further development of emotional competence in the professional activities of social teachers.

Key words: *emotional intelligence, emotional competence, optimization of emotional competence, scheme of mutual influence of emotional intelligence and emotional competence, reflection, professional activity of a social teacher.*