УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.6-1.12>**С. Б. Кас'янова**аспірант кафедри психології
Інститут підготовки кадрів державної служби зайнятості України

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В РОЗВИТКУ САМОЕФЕКТИВНОСТІ

Стаття присвячена проблемі самоефективності майбутніх фахівців соціономічних професій. Розглянуто сутність поняття самоефективності. Визначено роль емоційного інтелекту та його функції. Метою статті є дослідження ролі емоційного інтелекту в розвитку самоефективності слухачів соціономічних професій (безробітних, які проходять професійну перепідготовку). Методи: для проведення дослідження застосовано теоретичні методи (аналіз основних понять, систематизацію матеріалу, порівняння й узагальнення даних), емпіричні методи (психодіагностичне тестування із використанням методик: «Шкала самоефективності» Р. Шварцера і М. Єрусалема в адаптації І.І. Галецької, «Опитувальник емоційного інтелекту» Н. Голла, «Емін» Д. Люсіна) та методи статистичної обробки даних (кореляційний аналіз). Статистичну обробку отриманих даних проводили за допомогою Microsoft Excel, IBM SPSS Statistics (версія 22). До вибірки дослідження увійшли 114 слухачів. Результати: більшість респондентів має середній або низький рівні емоційного інтелекту. За шкалою «Управління своїми емоціями» слухачі мають середні та низькі показники, що свідчить про невисокий рівень розвитку самоконтролю, наявність труднощів у керуванні своїми емоціями та почуттями. Показники самоефективності переважно є на середньому або вище середнього рівнях. Дані кореляційного аналізу вказують на наявність позитивних тісних і достатніх зв'язків майже між усіма параметрами емоційного інтелекту та показниками самоефективності. Чим вищий рівень емоційного інтелекту, тим краще особистість може знайти рівновагу між емоціями та розумом, відчувати внутрішню свободу та відповідальність за себе, усвідомити потреби та мотиви поведінки, скорегувати стратегію життя, виявити свої потенційні можливості, здібності та таланти, обрати професійну діяльність. Висновок: підвищити самоефективність особистості можливо за умови розвитку її емоційного інтелекту. Перспективну лінію вбачаємо в розробленні та впровадженні технологій цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту безробітних із метою підвищення їх самоефективності.

Ключові слова: безробітні, професійна перепідготовка, емоції, методи, кореляційний аналіз.

Постановка проблеми. Сьогодні внаслідок нестабільної економічної ситуації в Україні значно збільшилася кількість безробітних громадян. Ринок праці переживає не найкращі свої часи: кількість вакансій зменшується, а пропозицій – росте, зростає конкуренція. Характеризуючи форми вияву психологічного стану безробітних, дослідники вказують на негативні явища. Наприклад, на думку О.В. Корчевної, серед психологічних особливостей безробітних наявні, насамперед, низька готовність до змін у житті та у професійній сфері, невміння та небажання брати на себе відповідальність за своє життя, недостатня віра в самого себе та свої можливості, схильність відкладати реалізацію своїх намірів на невизначений термін, підвищена конформність і тривожність [9].

Попри всі негативні наслідки, безробіття має й позитивні свої сторони: підвищення соціальної цінності робочого місця; збільшення особистого вільного часу та свободи вибору місця роботи; зростання соціальної значимості й цінності праці; зростання конкуренції між працівниками; стимулювання підвищення інтенсивності і продуктивності праці; можливість для безробітного вико-

ристати перерву в зайнятості для перенавчання, підвищення рівня освіти [13, с. 32].

Особливого значення набуває розвиток самоефективності та емоційного інтелекту в безробітних. Оскільки наявність високої самоефективності, впевненість у своїй спроможності, віра у свої сили, вміння поєднання розуму та емоцій, очікування успіху приводять до того, що людина докладає більше зусиль для пошуку роботи, досягає успіху в професійній діяльності, на відміну від тих, хто зазнає серйозних сумнівів у своїх можливостях [5; 6].

У своїй праці «Життєвий світ особистості у межах і за межами буденності» Т.М. Титаренко пише: «Ставлення до життя значною мірою визначається тим, як людина бачить свої взаємини з іншими людьми і світом загалом, чи перебуває вона зі світом у злагоді або в конфронтації, приймає чи ні своїх близьких і саму себе. Розширюючи чи звужуючи сітку значущих взаємин, роблячи власний простір усе відкритішим чи замкненішим, людина прискорює або уповільнює власне особистісне зростання... Творча, здорова особистість відкрита для контактів, натомість особистість

невротична замикається в собі, заглиблюючись у власні проблеми й комплекси...» [17, с. 76–77].

Проблемам самоефективності та емоційного інтелекту присвячено чимало праць. Проте взаємозв'язки між цими категоріями, особливо в соціономічних сферах діяльності, досліджено не досить.

Мета статті – визначити роль емоційного інтелекту в розвитку самоефективності.

Виклад основного матеріалу. Поняття самоефективності було введено видатним американським психологом Альбертом Бандурою. На його думку, вмиле використання навіть скромних здібностей дає змогу людині досягати високих результатів. Водночас наявність високого потенціалу автоматично не гарантує успіху, якщо людина не вірить у можливість застосування свого потенціалу на практиці. «Самоефективність – це усвідомлена здатність людини протистояти складним ситуаціям і впливати на ефективність діяльності і функціонування особистості загалом» [16, с. 500].

«Переконавання людини стосовно її особистої ефективності впливають на те, який спосіб дії вона вибере, яких зусиль буде докладати, як довго вона вистійть перед перешкодами і невдачами» [19, с. 65].

Аналіз літературних джерел свідчить, що проблема самоефективності знайшла певне відображення в працях зарубіжних і вітчизняних науковців. Самоефективність розглядається в контексті прогнозуючого параметра поведінки індивіда в різних сферах людського життя [10].

Р.Л. Кричевський визначає самоефективність як «... впевненість людей у своїх можливостях мобілізувати мотивацію, інтелектуальні ресурси, зусилля для здійснення контролю за подіями, що впливають на їхнє життя» [8].

Згідно з Т.О. Гордєєвою, самоефективність – це віра суб'єкта у свою здатність впоратися з певною діяльністю [4]. Л.З. Сердюк розглядає самоефективність як центральний компонент самотворення особистості [14]. І.І. Галецька вказує на наявність тісних кореляційних зв'язків між самоефективністю та особистісними показниками: адаптивністю, самоприйняттям, прийняттям інших, самоактуалізацією, самореалізацією [2]. О.О. Музика розглядає самоефективність як чинник професіоналізації студентів [11]. О.М. Кокун зазначає важливу роль професійної самоефективності в самоздійсненні фахівця [15]. О.С. Бажин пропонує структуру кар'єрної самоефективності особистості професіонала, що включає в себе: самооцінку особистості, професійно інформативну компетентність, цілепокладання, управління своїм професійним майбутнім, управління особистим інтелектуальним капіталом [3].

Х. Зайкик і А. Сакс пропонують розглядати самоефективність пошуку роботи як ступінь упевненості в тому, що індивід зможе успішно продемонструвати певну поведінку в сфері пошуку

роботи, що, на їхню думку, є ключовим механізмом процесу саморегуляції поведінки індивіда [20].

К. Петридес та Е. Фернґем пропонують розглядати емоційну самоефективність як «упевненість людини в тому, що вона володіє емпатією та асертивністю <...>, а також елементами соціального інтелекту та емоційно-інтелектуальними здібностями» [1, с. 58–59].

Суттєвим у контексті окресленої проблеми є питання ролі емоційного інтелекту в розвитку самоефективності. Проблема емоційного інтелекту знайшла певне відображення в працях зарубіжних і вітчизняних учених: сучасні теоретичні та емпіричні дослідження емоційного інтелекту (Р. Бар-Он, Г. Гарднер, Дж. Майєр, П. Саловей, Д. Гоулмен, Д.В. Люсін, Е.Л. Носенко), вивчення емоційного інтелекту як інтегративної здібності людини до розуміння різноманітних емоційних впливів та управління ними [12], дослідження адаптивних і стресозахисних функцій емоційного інтелекту [12] (Носенко, 2004). Емоційний інтелект як чинник успішної професійної діяльності розглядали у своїх працях вітчизняні та зарубіжні вчені (О.І. Власова, Н.В. Коврига, Е.Л. Носенко, І.М. Андреева, Д.В. Люсін, Р.Бар-Он, Г. Гарднер, Г.Г. Гарскова, Д. Гоулман, Є.П. Ільїн, Д. Карузо, Дж. Майєр, М.О. Манойлова, П. Саловей). Перспективним є дослідження його взаємозв'язку з лідерськими якостями [7].

Аналіз теоретичних джерел свідчить, що існує декілька його моделей. Проте спільною рисою існуючих підходів до визначення емоційного інтелекту є розуміння даного конструкту як здатності до ідентифікації, розуміння емоцій і управління ними [1]. Незважаючи на значну кількість робіт, присвячених різноплановим дослідженням феномену емоційного інтелекту, недостатньо вивченою залишається його роль в розвитку самоефективності, що і обумовило актуальність даного дослідження.

Для проведення дослідження було використано методи: теоретичні (аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, систематизацію і узагальнення); емпіричні (тестування з використанням методик: «Опитувальник емоційного інтелекту» Н. Голла [18], «ЕмІн» Д. Люсіна, «Шкала самоефективності» Р. Шварцера і М. Єрусалема в адаптації І.І. Галецької [2]), метод рангової кореляції Спірмана. Статистична обробка даних здійснювалась за допомогою комп'ютерного забезпечення IBM SPSS Statistics (версія 22).

Вибірку склали безробітні (слухачі соціономічних професій Харківського центру професійно-технічної освіти державної служби зайнятості України) в кількості 114 осіб віком від 21 до 43 років.

Виклад основного матеріалу. Результати емпіричного дослідження емоційного інтелекту слухачів за методикою «Опитувальник емоційного інтелекту» Н. Голла та «ЕмІн» Д. Люсіна представлено в табл. 1, 2.

Таблиця 1

**Результати діагностики емоційного інтелекту
(методика «Опитувальник емоційного інтелекту» Н. Голла)**

Складники емоційного інтелекту	Кількість респондентів (%)		
	високий	середній	низький
Емоційна поінформованість	36,4%	50,0 %	13,7%
Управління своїми емоціями	9,0%	59,1%	31,8%
Самомотивація	9,0 %	63,6%	27,3 %
Емпатія	31,8%	31,8 %	36,4%
Розпізнавання емоцій інших людей	22,7%	59,1 %	18,2%
Інтегративний емоційний інтелект	13,7 %	54,5 %	31,8%

Таблиця 2

**Результати діагностики емоційного інтелекту (EI)
(методика «ЕмІн» Д. Люсіна)**

Складники емоційного інтелекту	Кількість респондентів (%)				
	дуже низький	низький	середній	високий	дуже високий
Розуміння своїх емоцій (ВП)	7,9%	18,4%	31,6%	26,3%	15,8%
Управління своїми емоціями (ВУ)	7,9%	10,5%	34,2%	21,1%	26,3%
Контроль експресії (ВЕ)	2,6%	18,4%	34,2%	36,8%	7,9%
Розуміння чужих емоцій (МП)	18,4%	18,4%	34,2%	13,2%	15,8%
Управління чужими емоціями (МУ)	13,2%	23,7%	31,6%	15,8%	15,8%
Внутрішньоособистісний EI (BEI)	0,0%	10,5%	42,1%	26,3%	21,1%
Міжособистісний EI (MEI)	10,5%	15,8%	42,1%	13,2%	18,4%
Загальний емоційний інтелект (OEI)	7,9%	2,6%	50,0%	21,1%	18,4%

Таблиця 3

Результати дослідження за методикою «Шкала самоефективності»

Шкала	Рівень нижче середнього (к-сть досл., %)	Рівень середній (к-сть досл., %)	Рівень вище середнього (к-сть досл., %)	Рівень високий (к-сть досл., %)
Самоефективність	4,3%	25,7%	55,7%	14,5%

Більшість респондентів мають середній рівень розвитку емоційного інтелекту. Вони загалом володіють інформацією про природу емоцій та емоційних станів, розуміють настрої та бажання інших людей, враховують їх у процесі прийняття рішень, схильні надавати емоційну підтримку. Опитані з низькими показниками емоційного інтелекту мають недостатній рівень самоконтролю, їм важко керувати своїми емоціями. Вони – емоційно ригідні, погано розуміють внутрішній світ іншої людини, її приховані емоції; їх більше цікавлять власні переживання.

Обробка емпіричних даних, отриманих за методикою «Шкала самоефективності» Р. Шварцера і М. Єрусалема в адаптації І.І. Галецької, дала змогу визначити рівні самоефективності в досліджуваних (табл. 3, рис. 2). Більшість із них має середній або вище середнього рівні самоефективності. Хоча вони вірять у власні сили та хочуть оволодіти новими знаннями, проте їм бракує впевненості та ініціативи, вони емоційно нестабільні, мають сумніви у своїй здатності досягти успіху.

Для визначення взаємозв'язків між складниками емоційного інтелекту та показниками самоефективності був застосований кореляцій-

Рис. 2. Результати дослідження рівня самоефективності за методикою «Шкала самоефективності»

ний аналіз (метод рангової кореляції Спірмена). Результати, які представлені в табл. 4, свідчать, що майже між усіма складниками емоційного інтелекту (за даними «Опитувальника емоційного інтелекту» Н. Голла і «ЕмІн» Д. Люсіна) та самоефективності встановлено позитивні статистично значущі зв'язки. Респонденти, які емоційно обізнані та здатні управляти своїми емоціями, вияв-

Таблиця 4

Величини коефіцієнтів рангової кореляції Спірмена між складниками емоційного інтелекту та показниками самооефективності

Параметри емоційного інтелекту	Самооефективність
Емоційна поінформованість	0,308**
Управління своїми емоціями	0,570**
Самотивація	0,715**
Емпатія	0,666**
Розпізнавання емоцій інших людей	0,775**
Інтегративний EI (емоційний інтелект)	0,847**
Розуміння своїх емоцій (ВП)	
Управління своїми емоціями (ВУ)	0,436**
Контроль експресії (ВЕ)	
Розуміння чужих емоцій (МП)	0,472**
Управління чужими емоціями (МУ)	0,607**
Внутрішньоособистісний EI (BEI)	0,275*
Міжособистісний EI (MEI)	0,587**
Розуміння своїх і чужих емоцій (ПЕ)	0,308**
Управління своїми та чужими емоціями (УЕ)	0,648**
Загальний емоційний інтелект (OEI)	0,564**

Примітка: ** – $p < 0.01$; * – $p < 0.05$

ляють емпатію та розуміють емоції інших, переконані в тому, що їхня активність буде мати результат, їхня діяльність ефективна та високопродуктивна.

Висновки. У статті представлено результати дослідження впливу емоційного інтелекту на самооефективність. Більшість респондентів має середній рівень розвитку емоційного інтелекту та середній або вище середнього рівні самооефективності. Дані кореляційного аналізу результатів вказують на наявність позитивних тісних і достатніх зв'язків майже між усіма складниками емоційного інтелекту та показниками самооефективності. Чим вищий рівень емоційного інтелекту, тим краще особистість може знайти рівновагу між емоціями та розумом, відчувати внутрішню свободу та відповідальність за себе, усвідомити потреби та мотиви поведінки, скорегувати стратегію життя, виявити свої потенційні можливості, здібності та таланти, досягти успіху, бути ефективною як у професійному, так і в особистому житті.

Перспективну лінію вбачаємо в тому, щоб на основі вищезазначених результатів розробити та впровадити технології цілеспрямованого підвищення емоційного інтелекту безробітних для підвищення їхньої самооефективності.

Література:

1. Андреева И.Н. Азбука эмоционального интеллекта. Санкт-Петербург : БХВ-Петербург, 2012. 288 с.
2. Галецька І.І. Самооефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Серія «Філософські науки»*. 2003. Вип. 5. С. 433–442.
3. Гальцева Т.О. Види самооефективності особистості: їх характеристика та дослідження. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2015. Вип. 4. С. 110–114.
4. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. Москва : Смысл, Академия, 2006. 336 с.
5. Кас'янова С.Б. Емоційний інтелект як індикатор психічного стану. *Теорія і практика сучасної психології*. Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2018. Вип. 3. С. 28–33.
6. Кас'янова С.Б. Особливості впливу емоційного інтелекту на особистісні ресурси подолання складних життєвих ситуацій. *Вісник Одеського національного університету ім. І.І. Мечникова. Серія «Психологія»*. 2018. Т. 23. Вип. 2 (48). С. 49–57.
7. Кас'янова С.Б. Роль емоційного інтелекту в розвитку лідерських якостей особистості. *Психологічні перспективи*. Луцьк : Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. 2018. Вип. 31. С. 118–130.
8. Кричевский Р.Л. Самоэффективность и акмеологический подход к исследованию личности. *Акмеология*. 2001. № 1. С. 47–52.
9. Корчевна О.В. Психологічні чинники активності безробітного на сучасному ринку праці. *Наукові записки. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. Київ, 2005. Вип. 26. Т. 2. С. 359–365.
10. Ліпінська Н.Ф. Самооефективність особистості як психологічна проблема. *Вісник Одеського національного університету ім. І.І. Мечникова. Серія «Психологія»*. 2014. Т. 19. Вип. 4 (34). С. 53–59.
11. Музика О.О. Самооефективність як чинник професіоналізації студентів. *Освітнологічний дискурс*. 2018. № 3–4 (22–23). С. 83–94.
12. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху : монографія. Київ : Освіта України, 2016. 182 с.

- 13.Полуяктова О.В. Проблеми безробіття в Україні. *Економіка і суспільство*. 2016. № 2. С. 31–35.
- 14.Психолого-педагогічні основи процесу самостворення особистості : монографія / за ред. Л.З. Сердюк. Київ : Педагогічна думка, 2015. 197 с.
- 15.Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення особистості : монографія / за ред. О.М. Кокуна. Київ : Педагогічна думка, 2015. 297 с.
- 16.Саугстад П. История психологии. От истоков до наших дней. Самара : Бахрах-М, 2008. 544 с.
- 17.Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
- 18.Фетискин Н.П., Козлов В.В., Майнулов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва : ИИП, 2009. 544 с.
- 19.Bandura A. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs. NJ : Prentice-Hall, 1986. 617 p.
- 20.Zikic J. Job search and social cognitive theory: the role of career-relevant activities. *Journal of Vocational Behavior*. 2009. No 74. P. 117–127.

Kasianova S. B. The role of emotional intelligence in development of self efficiency

The article is devoted to the problem of competitiveness of the future specialists in socioeconomic professions. The essence of the concept of "self-efficacy" is considered. The role of emotional intelligence and its function is determined.

The purpose of the article is to investigate the role of emotional intelligence in the development of self-efficacy of students of socioeconomic professions (unemployed, who are in retraining). Methods: theoretical methods (analysis of basic concepts, systematization of material, comparison and generalization of data), empirical methods (psychodiagnostic testing with the use of the methods: "Self-efficacy scale" by R. Schwartzer and M. Jerusalem in the adaptation of I.I. Galetskaya, "Questionnaire emotional intelligence" by N. Hall) and methods of statistical data processing (correlation analysis). Statistical analysis of the obtained data was performed using Microsoft Excel, IBM SPSS Statistics (version 22). The sample of the study included 114 students .

Results: most respondents have medium or low levels of emotional intelligence. on the scale of "Own emotions management" students have average (40.4%) and low (55.3%) indexes, which indicates a low level of self-control, difficulties in management of their own emotions and feelings. Self-efficacy indicators are generally at or above average. Correlation data indicate that there are positive close and sufficient relationships between emotional intelligence and self-efficacy. The higher the level of emotional intelligence, the better a person can find the balance between emotions and a reason, to feel inner freedom and responsibility for themselves, to understand the needs and motives of behavior, to adjust the strategy of life, to identify their potential opportunities, abilities and talents, to choose a professional activity. Conclusion: it is possible to increase the self-efficacy of a person if his or her emotional intelligence is developed. We see a promising line in the development and implementation of technologies for the purposeful development of emotional intelligence of the unemployed in order to increase their self-efficacy.

Key words: unemployed, professional retraining, emotions, methods, correlation analysis.