

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ РОЗРОБНИКІВ ПЗ ТА ЇЇ ВПЛИВУ НА КОМАНДНУ РОБОТУ В ІТ-СФЕРІ

Байда Юлія

У сучасному ІТ-середовищі ефективність командної роботи значною мірою визначається не лише технічними навичками розробників програмного забезпечення, а й рівнем розвитку їхньої емоційної сфери. Недостатня саморегуляція, емоційне виснаження чи низький рівень емпатії негативно впливають на мікроклімат колективу, знижують продуктивність і якість взаємодії. Тому дослідження взаємозв'язку між компонентами емоційної сфери та командною ефективністю набуває особливої актуальності.

Метою публікації є представлення результатів емпіричного дослідження емоційної сфери програмістів, аналіз кореляційних зв'язків між її компонентами та показниками ефективності командної роботи, а також виявлення впливу психокорекційної програми на розвиток емоційної компетентності фахівців ІТ-сфери.

Дослідження проведено у 2025 році на базі ФОП Кирилюк В. В. У вибірку увійшли 76 розробників програмного забезпечення: 70 чоловіків і 6 жінок, віком від 25 до 39 років. Для комплексного вивчення емоційної сфери та показників командної ефективності було використано низку валідних психодіагностичних методик:

- методику емоційного інтелекту Н. Холла для оцінки п'яти компонентів емоційного інтелекту (емоційна обізнаність, управління емоціями, самомотивація, емпатія, розпізнавання емоцій інших) [6];
- 16-F опитувальник Р. Кеттела (шкали А, С, І, Q3, Q4) для аналізу емоційної стійкості, самоконтролю, чутливості, напруженості й міжособистісної відкритості [3];
- тест “Самооцінка стійкості до стресу” для визначення рівня стресостійкості [4];
- методику Дж. Грінберга “Дослідження синдрому вигорання” для виявлення рівня емоційного виснаження [1];
- методику “Оцінка привабливості організаційної культури” (шкали 3, 5, 6) для дослідження трудової мотивації, згуртованості колективу та емоційного клімату [4].

Первинні результати показали, що більшість респондентів мають середній рівень розвитку емоційного інтелекту (64–70%), помірну емоційну стійкість і самоконтроль, але в частини програмістів виявлено ознаки емоційного виснаження (22,4 % – високий рівень вигорання). У середньому рівень стресостійкості виявився помірним, що вказує на потенціал розвитку навичок саморегуляції. Аналіз організаційної культури показав розрив між реальним і бажаним станом (у межах +1,3 – +1,5 бала), що свідчить про прагнення учасників до більшої згуртованості та командної підтримки.

Для перевірки висунутої гіпотези було проведено кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта Пірсона (r) [5] між усіма показниками діагностичних методик. Розрахунки дозволили побудувати повну кореляційну матрицю та сформувану теплову карту, яка наочно демонструє взаємозв'язки між показниками. Отримані коефіцієнти показали значущі зв'язки між емоційною саморегуляцією, емпатією, стресостійкістю та командною ефективністю ($r = 0,47-0,58$), тоді як емоційне вигорання мало зворотний вплив ($r = -0,49$). Отримані значення підтверджують теоретичну модель емоційної детермінованості командної взаємодії.

На основі теплової карти було проведено кластерний аналіз методом ієрархічної кластеризації за методом Уорда [2], який дозволив виділити три взаємопов'язані комплекси – емоційно-стресостійкий, емоційно-інтелектуальний та кластер міжособистісної взаємодії. Отримані результати дослідження визначили проблемні аспекти емоційної сфери (зниження самомотивації та емоційної саморегуляції, стресостійкості, прояви вигорання), які стали підґрунтям для розроблення психокорекційної програми. Вона була реалізована у форматі чотирьох тренінгових модулів, побудованих за принципом інтегративного підходу, що передбачає поєднання когнітивних, емоційних, тілесних і поведінкових аспектів розвитку особистості.

Після завершення формувального етапу було проведено повторне тестування у контрольній (КГ) та експериментальній (ЕГ) групах (по 12 осіб у кожній) з використанням ідентичного психодіагностичного комплексу. Порівняння

результатів здійснювалося за допомогою t-критерію Стьюдента [5]. Виявлено статистично значущі позитивні зміни в ЕГ за показниками емоційного інтелекту, самоконтролю, підвищення стресостійкості, зниження емоційного вигорання ($p \leq 0,05$). У КГ істотних змін не зафіксовано. Отримані дані свідчать про високу ефективність психокорекційної програми та підтверджують її вплив на підвищення емоційної компетентності й командної взаємодії.

Проведене емпіричне дослідження дало змогу комплексно оцінити емоційну сферу програмістів і підтвердило гіпотезу про наявність тісного взаємозв'язку між емоційними компонентами та ефективністю командної роботи. Найбільш значущими чинниками виявилися емоційний інтелект та саморегуляція, стресостійкість та вмотивованість, тоді як емоційне вигорання негативно впливає на продуктивність. Впроваджена психокорекційна програма показала статистично достовірне підвищення показників цих компонентів. Таким чином, висунута гіпотеза та теоретична модель емоційної детермінованості ефективності командної роботи отримали емпіричне підтвердження, що відкриває перспективи подальших досліджень у напрямку розвитку емоційної компетентності та психологічного супроводу розробників програмного забезпечення та в загальному фахівців ІТ-сфери.

Список використаних джерел

1. Емоційне вигорання педагогів: методичні рекомендації / Укладачі: Коняхіна А. В. та ін. Суми: Методичний кабінет відділу освіти Сумської районної державної адміністрації, 2016. 60 с.
2. Климчук В. О. Кластерний аналіз: використання у психологічних дослідженнях. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 4. С. 30–36.
3. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Копаниця О. В., Герасименко М. В., Ткаченко В. В. Збірник методик діагностики лідерських якостей курсантського, сержантського та офіцерського складу: методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2012. 433 с.
4. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій: психологічний практикум / За ред. Л. М. Карамушки. К.: Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.
5. Руденко В. М. Математична статистика : навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 304 с.
6. Яцюк М. В. Психологія саморегуляції особистості: психологічний практикум. Вінниця: КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти», 2023. 81 с.