

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ІТ-СФЕРИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Мазур Анна

Сучасний розвиток інформаційних технологій вимагає від фахівців ІТ-сфери не лише глибоких технічних знань, а й високого рівня емоційного інтелекту. В умовах динамічного робочого середовища, командної взаємодії та необхідності ефективної комунікації здатність розпізнавати, розуміти та керувати власними емоціями та емоціями інших стає важливим фактором професійного успіху. Однак дослідження показують, що студенти ІТ-спеціальностей нерідко стикаються з труднощами у сфері емоційної взаємодії, що може впливати на їхню адаптацію в колективі, рівень стресостійкості та загальну професійну ефективність.

Проблема вивчення емоційного інтелекту залишається однією з найбільш актуальних у психології. Сучасний розвиток і реформування освіти в Україні та виховання нинішнього покоління спрямовані на гармонійне зростання особистості, що нерозривно пов'язано з емоційним інтелектом.

Метою тези є обґрунтування теоретичних основ розвитку емоційного інтелекту студентів ІТ-спеціальностей.

Поняття «емоційний інтелект» в психологічній науці з'явилося давно, однак дотепер привертає увагу багатьох дослідників. Вивчення цього психологічного поняття розпочалося ще в 1983 р., коли науковець Говард Гарднер описав перші особливості емоційного інтелекту у своїй відомій монографії «Frames of mind». Г. Гарднер припустив, що інтелект має різні підтипи, які впливають на життєдіяльність особистості. Він виокремив сім типів: вербальний, просторовий, логіко-математичний, музичний, кінестетичний та емоційний. Останній поділяється на внутрішньоособистісний, що пов'язаний із самоактуалізацією, і міжособистісний – здатність взаємодіяти з іншими, відомий також як соціальний інтелект. [6].

Згідно з моделлю Гоулмана, емоційний інтелект складається з п'яти базових

компонентів: самосвідомості, саморегуляції, мотивації, емпатії та соціальних навичок. Самосвідомість передбачає здатність людини усвідомлювати власні емоційні стани, що є ключовим елементом ефективного самоконтролю. Саморегуляція визначає здатність особистості адаптуватися до змінних умов та управляти емоційними імпульсами. Мотивація, як складова ЕІ, зумовлює здатність спрямовувати емоції на досягнення поставлених цілей. Емпатія забезпечує розуміння почуттів інших людей, а соціальні навички сприяють ефективному міжособистісному спілкуванню та кооперації [2].

Розвиток емоційного інтелекту в юнацькому віці є складним процесом, що впливає на самооцінку, ідентичність та міжособистісні стосунки. У цей період підлітки навчаються розуміти й регулювати власні емоції, що допомагає їм адаптуватися в колективі та будувати якісні комунікації. Важливу роль відіграють соціальне оточення, рівень освіченості та психологічна культура середовища. Юнаки та дівчата розвивають емоційну креативність і здатність передбачати наслідки власних емоційних реакцій, прагнучи контролювати їхній прояв [4].

Зв'язок емоційного інтелекту з успішністю та продуктивністю професійної діяльності можна пояснити його впливом на здатність ефективно долати вимоги та тиск робочого середовища. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту краще налагоджують стосунки в колективі, що сприяє створенню позитивного робочого клімату та підвищує задоволеність від роботи. Дослідження підтверджують, що емоційний інтелект впливає на ефективність командної роботи, оскільки він допомагає розуміти сильні й слабкі сторони членів команди [5].

Рівень емоційного інтелекту студентів ІТ-спеціальностей має свої особливості, зумовлені специфікою їхньої професійної діяльності, що передбачає роботу з великими обсягами інформації, аналітичне мислення та високий рівень концентрації уваги. Дослідження показують, що студенти технічних спеціальностей, зокрема ІТ-напряму, часто мають знижені показники соціальної взаємодії, що може впливати на

їхню здатність до розпізнавання та регулювання емоцій у міжособистісних відносинах. Водночас, рівень когнітивної емпатії у них може бути достатньо високим, оскільки вони здатні до логічного аналізу емоційних проявів, проте емоційна експресія та невербальна комунікація у них розвинені слабше [3].

Дослідження К. Барона-Коена (2001) підтвердили, що серед ІТ-фахівців спостерігається більша схильність до системного мислення, що впливає на особливості їхнього емоційного сприйняття. Високий рівень схильності до раціонального аналізу та низька емоційна експресивність можуть спричиняти труднощі у встановленні міжособистісних контактів. Особливо це виявляється у ситуаціях, коли необхідно виявити співчуття або розпізнати тонкі емоційні сигнали співрозмовника. Це підтверджує гіпотезу про те, що серед студентів ІТ-спеціальностей нижчий рівень емоційного інтелекту може бути пов'язаний не з відсутністю здібностей, а з переважанням інших когнітивних механізмів обробки інформації [1].

Важливим аспектом емоційного інтелекту студентів ІТ-напряму є їхня реакція на стресові ситуації. Робота в ІТ-сфері нерідко супроводжується високим рівнем психологічного навантаження через необхідність дотримання жорстких дедлайнів, швидке прийняття рішень і вирішення складних технічних завдань. Дослідження, проведене Стенфордським університетом (2019), показало, що студенти ІТ-факультетів мають нижчий рівень стресостійкості у порівнянні з їхніми однолітками, які навчаються на спеціальностях, пов'язаних із соціальними науками. Це пов'язано з тим, що вони частіше використовують уникнення як стратегію подолання стресу замість активного вирішення проблем [8]. Однією з ключових проблем студентів ІТ-спеціальностей є низька соціальна взаємодія, що може впливати на їхню здатність ефективно розпізнавати емоційні стани інших людей.

Дослідження, проведене в Массачусетському технологічному інституті (2020), виявило, що студенти технічних спеціальностей значно рідше беруть участь у соціальних ініціативах, що може негативно позначатися на їхніх комунікативних

навичках та навичках командної роботи [7, с. 192]. Разом з тим, високий рівень емоційного інтелекту може стати перевагою для ІТ-спеціалістів, оскільки він допомагає налагоджувати ефективну взаємодію з клієнтами, координувати роботу в командах та приймати виважені рішення у стресових умовах.

Застосування емоційного інтелекту в професійній діяльності ІТ-фахівців стає дедалі важливішим у сучасному технологічному середовищі, де міжособистісна взаємодія відіграє критичну роль у реалізації успішних проєктів. Високий рівень емоційного інтелекту дозволяє ІТ-спеціалістам не лише ефективно працювати в команді, але й швидко адаптуватися до змінних умов, керувати конфліктами та вибудовувати продуктивні відносини з клієнтами. Таким чином, розвиток емоційної компетентності студентів ІТ-спеціальностей є стратегічно важливим завданням, що потребує активної уваги з боку освітніх установ та роботодавців.

Список використаних джерел

1. Єфіменко С. Психологічні особливості студентського віку. *Наукові записки*. 2017. №103. С. 140-149.
2. Захарчин Г. М. Емоційний інтелект у контексті адаптації молодих фахівців до професійної діяльності. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Міжнародні економічні відносини та світове господарство. 2020. Вип. 29. С. 57-60.
3. Зінченко М. О. Психологічні особливості конфліктних форм поведінки студентів з різним рівнем емоційного інтелекту. *Вісник ЖДТУ*. 2019. №12. С. 125-137.
4. Лигоміна Т. Емоційний інтелект – ресурс та запорука продуктивності педагога. *Практичний психолог*. 2019. № 11. С. 4-9.
5. Москаленко В.В., Максьом К.В. Емоційний інтелект: характеристика феномену та його структурні складові. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Том 12. Психологія творчості. Вип. 25. С. 203-211.
6. Максьом К. В. Емоційний інтелект: основні концептуальні підходи та структурна модель соціально-психологічного феномену. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2018. №6. С. 348-355.
7. Назарук Н. В. Психологічний аналіз емоційного інтелекту. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. Вип. 3. С. 61-65.
8. Руденко І. М. Розвиток емоційно-вольової саморегуляції учасників освітнього процесу. Черкаси: КНЗ «ЧОПОПП ЧОР», 2018. 42 с.