

поріг. Ті з нас, хто вже підчепив її, надміру розчаровані, надміру нетерпимі до самих себе. Раніше люди зовсім по іншому сприймали проблеми, а зараз людина заходить до соціальних мереж і бачить те саме щасливе і ідеальне життя. Адже, це вже не самореалізація, а псевдо самореалізація, або демOVERсія неіснуючого щасливого, успішного життя.

Це і є зворотній бік життя у інтернет-просторі, тіньова сторона занурення у віртуальну реальність. Супроводжує це все постійний стрес від відчуття невідповідності реальності «казковій псевдо-реальності» Стрес викликає проблеми зі здоров'ям, психічні розлади, пов'язані з постійним занепокоєнням, та сильну депресію. За останні сорок років частота всіх цих явищ зросла до нереальних розмірів, незважаючи на те, що всі ми зараз маємо все необхідне для гарного та комфортного життя.

Отже, вплив віртуального світу на картину світу людини неоднозначний. З одного боку, цей вплив негативний - прагнення нереального, стреси, депресія, неврози, шкідливий вплив на здоров'я в цілому. З іншого боку, інформаційні технології допомагають нам розвиватися, прагнути до чогось кращого, бачачи різноманітні варіанти саморозвитку та різні вектори покращення життя в цілому. Статистичні дані демонструють стрімке збільшення масштабів використання інформаційних технологій у житті людини з кожним десятиліттям. І разом з тим виникає необхідність адекватної взаємодії у цій системі "людина-інформаційні технології". Я, як майбутній психолог, вбачаю важливу роль у цьому процесі саме психологічної спільноти.

*Науковий керівник: Кравченко Ю.І.,
викладач*

УДК 159.9 (043.2)

Носаль М.І.

Національний авіаційний університет, Київ

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ

Актуальність даної наукової проблеми ґрунтується на відсутності на даний момент теоретичного та практичного обґрунтування щодо кількісних та якісних показників емоційного інтелекту для забезпечення високого рівня готовності особистості до майбутньої професійної самореалізації.

Емоційний інтелект розглядається як когнітивна, хоча і специфічна здатність особистості, що спрямована на розуміння та керування емоціями. Виникненню поняття "емоційний інтелект" передував довгий шлях наукових досліджень: від вивчення окремих емоційних реакцій людей, їх інтелектуальних здібностей до поступового переходу на новий рівень, який об'єднав ці 2 напрямки їх в єдине явище.

Вивчення різних підходів до аналізу даної проблематики виявило, що загальним для різних концепцій є розуміння цього психологічного новоутворення

як здатності розпізнавати, розуміти емоції та управляти ними як у сфері внутрішньоособистісній, так і у сфері міжособистісній.

Сучасний стан розвитку проблеми емоційного інтелекту зумовлений наявністю різних психологічних теорій та загальних уявлень про даний феномен. Незважаючи на те, що проблема емоційного інтелекту має практичне значення, вона на сьогодні залишається недостатньо вивченою як теоретично, так і експериментально, а тому вимагає подальших досліджень.

Певний рівень підготовки до професійної діяльності займає важливе місце у професійній діяльності, який в наукових джерелах тлумачиться як комплекс соціально та особистісно значущих знань та навичок, характеристик та якостей, що дозволяють ефективно виконувати свою діяльність професійно.

Щодо готовності до професійної діяльності, то є щонайменше 3 підходи, кожен з яких включає емоційно-пізнавальну складову:

- діяльнісний,
- психологічний
- особистісний.

Говорити про готовність до професійної діяльності можна лише за умови розвитку у суб'єкта професійної діяльності наступних складових: позитивне ставлення до обраної діяльності; задоволеність процесом і результатом цієї діяльності; здатність ефективно адаптувати власну поведінку до конкретної ситуації; володіння високорозвиненим емоційним інтелектом як професійним ресурсом у різноманітних комунікаціях, при вирішенні важливих ділових завдань.

Емоційний інтелект особистості та всі емоційно-пізнавальні процеси є основою загальних законів, під час дотримання яких відбувається формування емоційної схильності до тої чи іншої професійної діяльності. До вказаних законів належать наступні: природні зв'язки між людиною та суспільством; тенденції у навчанні у відповідно до актуальних змін професійної орієнтації майбутнього суб'єкта праці; становлення та динаміка усіх психічних процесів; індивідуально-типологічна специфічність ставлення до діяльності та її емоційне забарвлення.

Отже, на основі вище викладеного ми можемо зробити висновок, що емоційний інтелект впливає на підготовку молоді до професійної самореалізації, якщо під час неї їм не давати готові підказки її здійснення, а спрямовувати на самостійні пошуки ними власних шляхів розв'язання майбутніх професійних завдань. У такому випадку молодь буде мати потенціал для здійснення самостійного осмисленого професійного вибору, формування емоційно-позитивного ставлення до обраної професії за допомогою високорозвиненого емоційного інтелекту

*Науковий керівник: Ічанська О.М.,
канд. психол. наук, доцент*