

муватися в багатьох ситуаціях, у неї завжди активна позиція в конфліктах. Тому зрозуміло, що соціальному працівнику з такими досить стійкими і яскравими рисами характеру, буде важко управляти своїми емоціями, знижувати їхній негативний вплив на оточуючих і в деяких випадках це може стати на заваді професійному зростанню особистості.

Також ми виявили обернений зв'язок між емотивною акцентуацією характеру та здатністю управляти емоціями інших. Для емотивних людей характерні сильна чутливість, тривожність, висока експресивність. Поряд з цим вони сильно співпереживають іншим людям або тваринам, досить чуйні та сердечні. Але сукупність таких якостей заважає їм об'єктивно оцінювати дійсність, допомагати іншим стримувати небажані прояви занадто сильних почуттів тощо. Такі люди по своїй природі дуже вразливі, будь-які життєві події сприймаються ними серйозніше, ніж іншіми. Для соціального працівника з вираженою емотивною акцентуацією буде складно впливати на інших людей, заспокоювати їх, знижувати інтенсивність їх хвилювань. Важливо, що більшість соціальних працівників, що брали участь у нашому дослідженні мають саме такі характеристики. А у поєднанні з іншими індивідуально-типологічними особистісними якостями, які ми у перспективі плануємо досліджувати, дозволять скласти психологічний портрет соціального працівника.

Отже, враховуючи, що основу емоційного інтелекту соціальних працівників складають особистісні якості, що впливають на ефективність роботи з клієнтом та успішне вирішення його проблем, вважаємо, що емоційний інтелект – це необхідна складова професійної компетентності соціального працівника. І результати нашого дослідження є актуальними й корисними для керівників державних установ, для проведення більш якісного профвідбіру кандидатів на посаду соціального працівника.

#### Список літератури

1. Гоулман Д. Емоціональний інтелект / Деніел Гоулман; пер. с англ. А. П. Псаевой. – М.: АСТ, Владімір: ВКТ, 2009. – 478 с.
2. Карвасарський Б. Д. Клиническая психология: учебник для вузов / Б. Д. Карвасарский. – [4-е изд.]. – СПб.: Питер, 2004. – 553 с.
3. Люсин Д. В., Марютина О. О., Степанова А. С. Структура емоціонального інтелекту и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ / Д. В. Люсин, О. О. Марютина, А. С. Степанова // Соціальний інтелект: Теорія, измерение, исследования / Под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. М.: Інститут психології РАН, 2004. – С. 128-140.

*Науковий керівник: ЛичО. М., канд. психол. наук, доцент*

UDC 159. 9 (043.2)

**Hordiienko K. O.**

*National Aviation University, Kyiv*

#### **THEORETICAL OVERVIEW OF THE PROBLEM OF INCREASING SOCIAL-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION BASED ON SUCCESS OF THE STUDENTS' SELF-ACTUALIZATION**

Technological and global changes of modern society contribute to increasing the requirements for human adaptive capacity. The striving for the fullest possible detection and self-development of abilities, life knowledge and skills in different fields, which is, to self-actualization become especially relevant for adolescents. Based on this, there is a

problem finding the tool and the promotion conditions for enhancing the socio-psychological adaptation capacity of student youth during higher education.

There are several sides to these researches analyzing the psychological and pedagogical literature dedicated to the study of socio-psychological adaptation, and its interrelation to self-actualization as a possible means of increasing its manifestation.

In some scientific works the problem of the core of self-actualization, its components, criteria depending on the sphere of life activity and species is reviewed (Chyimbeeva S., Bolshakova O., Slyzkova O., Rean A., Badmaeva N., Korostylova L. ).

Other researchers study the features of self-actualization of the individual, identifying it with professional self-realization and self-affirmation as a leading way of activity (Gomonyuk V., Stepanova L., Zeer E. ). Instead, Shestopal I., Karpenko E., Ostrova V. describe the specifics of age and gender peculiarities of self-actualization of the individual in the period of his / her formation [2].

Idobaeva D. and Kabachenko T. in their works demonstrate the binding of self-actualization with socio-psychological adaptation, pursuant to which success of social and psychological adaptation of an individual is related to human growth (self-actualization), and the other way around: adaptation in the collectivity is a condition for fruitful social activity, self-determination and personal development in general.

And the last aspect of self-actualization research is the study of the phenomenon in the perspective of higher education vocational training and in various fields, in the context of how intimate-family self-actualization can influence the formation of a student's personality (professional self-actualization) is revealed in the academic works by Samal O., Stolyarenko L., Havinghurst R. et al. [1].

Thus, a theoretical overview of the problem has led to the conclusion about the lack of research on promoting self-actualization taking into account its components and dynamics of indicators in different spheres of life vital activities that will enhance students' socio-psychological adaptation capacity remain.

### References

1. Hordiienko K. O. Samoaktualizatsiya studentiv ta efektyvnist yihnoyi sotsialno-psyhologichnoyi adaptatsiyi (Students' self-actualization and the effectiveness of their socio-psychological adaptation) / K. O. Hordiienko // *Indyvidualnist u psyhologichnyih vyimirah spilnot ta profesiy v umovah merezhevogo suspilstva: Monografiya kolektyivna* / Za red. L. V. Pomytkina, O. P. Khokhlina. – K.: TOV «Alfa-PIK», 2019. – p. 192-204.

2. Karpenko E. V. Vzaemoz'v'yazok adaptatsiyi iz samoaktualizatsieyu: vikovyyi ta gendernyyi aspekty (The relationship between adaptation and self-actualization: age and gender aspects) / E. V. Karpenko // *Naukovyyi visnyk Lvivskogo derzhavnogo universytetu vnutrishnih sprav. Seriya psyhologichna.* – 2013. – Vol. 1. – p. 42-52.

*Scientific Supervisor: Khokhlina O. P.,  
Doctor of Psychological Sciences, Professor*

UDC 159. 922-27 (043.20)

**Rudik O. N.**

*student of the 9th grade of the EC 14, Kyiv*

### **DEVELOPING COMMUNICATION SKILLS OF HIGH SCHOOL STUDENTS AS A MEANS OF REDUCING PERSONAL AND SITUATIONAL ANXIETY**

One of the leading indicators of a socially active personality is the ability to communicate with and interact with other people. In this connection, the process of