

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО СТУДЕНТСЬКОГО СЕРЕДОВИЩА

Сучасне суспільство невинно розвивається, і в цих умовах здатність швидко адаптуватися відіграє важливу роль. У ході соціально-психологічної адаптації особистість стає повноправним членом соціуму, реалізує свої потреби та інтереси, розвиває свою індивідуальність. Поняття адаптації пройшло великий і суперечливий шлях розвитку, труднощі визначення якого пов'язані з об'єктивною складністю цього явища.

Зазвичай, цей термін застосовується до нових, раніше не пережитих індивідом ситуацій, які мають до нього безпосереднє відношення. І, оскільки не вміння пристосовуватися може призводити до психологічного, а згодом і фізіологічного розладів, цьому поняттю в психології відводиться особлива увага.

У загальному розумінні, адаптацією ми можемо вважати виникнення нових психологічних механізмів, які забезпечують безпеку й адекватну орієнтацію в нових життєвих умовах. У разі успішної адаптації індивід здатний успішно самореалізуватися без прикладання надмірних зусиль.

Явище адаптації вважається одним із найважливіших критеріїв психічного здоров'я особистості, її самоактуалізації, а також чинників самореалізації. Процес адаптації можна вважати послідовністю певних психологічних реакцій на об'єктивну ситуацію, яка сформувалася. Визначення критеріїв успішності соціальної адаптації є надзвичайно складним завданням, адже це не лише поведінка, яка проявляється в даний момент, а й суб'єктивне задоволення даною ситуацією та відсутність негативних наслідків у майбутньому.

Адаптація багато в чому залежить від конкретного середовища з яким взаємодіє індивід. Особливості середовища визначають можливості та характер взаємодії, обмежують форми адаптації та встановлюють критерії успішності цього процесу.

В останні роки все більше уваги приділяється вивченню соціального та психологічного середовища життєдіяльності людини. Соціально-психологічну адаптацію традиційно відрізняють від інших видів адаптації на основі локалізації середовища з яким взаємодіє індивід. Такий підхід дозволяє прийти до деяких закономірних особливостей соціально-психологічної адаптації, які визначаються специфікою соціального середовища.

Ми можемо розділити організаційний простір вищого навчального закладу на чотири ортогональні сфери, з якими стикається студент на початку навчання:

1. Особистість і нове середовище (навчальне);
2. Особистість і соціально-психологічне середовище;
3. Особистість й інформаційний, когнітивний і дидактичний простір;
4. Особистість і система цінностей.

З точки зору нашого дослідження, нас цікавить сфера «особистість і нове соціально-психологічне середовище». Саме ця система пов'язана емоційними аспектами адаптації та визначає студента як суб'єкта переживання, який здатний сприймати і реагувати на зміну даного середовища відповідно до свого емоційно-інтелектуального потенціалу.

Існує безліч чинників, які здатні впливати на соціально-психологічну адаптацію. Одним із них є емоційний інтелект. Відкриття цього феномену дозволило відповісти на питання, які сотні років поставали перед дослідниками емоційної сфери.

Значення емоційного інтелекту в процесі соціальної адаптації вивчало багато наукових шкіл. Систематизувавши теоретичні матеріали, ми можемо охарактеризувати емоційний інтелект як структуру, яка включає внутрішньоособистісний (орієнтований на власні емоції) та міжособистісний (спрямований на емоції оточуючих) компоненти. Таким чином, він здатен впливати на внутрішнє і зовнішнє середовище особистості.

Виходячи з праць І.М.Андреєвої [1], Р.Бар-Она[3], Е.Л.Носенко[2], ми можемо виділити основні сфери впливу емоційного інтелекту, і це є підґрунтям нашого припущення стосовно того, що емоційний інтелект дійсно здатний впливати на соціально-психологічну адаптацію особистості.

Отже, до цих сфер ми відносимо: емоційну (те як людина відчуває себе в емоційному плані), поведінкову (набуття певної ролі, формування стереотипу поведінки) та когнітивну (самоусвідомлення, погляди, установки). Тобто, роль емоційного інтелекту в процесі соціально-психологічної адаптації полягає в усвідомленні та прийнятті власних переживань, та вмінні управляти своїм емоційним станом у зв'язку зі зміною середовища.

Підводячи підсумки теоретичного аналізу, можемо говорити про позитивну роль емоційного інтелекту в адаптації, тому числі до студентського середовища. Доказами цього є кореляції рівня емоційного інтелекту з пристосованістю, суб'єктивним добробутом, які спостерігалися в численних дослідженнях.

Для визначення впливу емоційного інтелекту на соціально-психологічну адаптацію студентів психологів першого курсу Національного авіаційного університету, нами було сформульовано ряд завдань:

- діагностувати рівень розвитку емоційного інтелекту у респондентів;
- виявити рівень соціально-психологічної адаптації;
- встановити чи впливає емоційний інтелект на соціально-психологічну адаптацію першокурсників.

У дослідження були використані: методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда, опитувальник ЕмІн Люсіна та авторська анкета моніторингу рівня адаптації.

Аналіз та інтерпретація отриманих результатів дозволили констатувати, що існує прямий, значущий зв'язок між показниками «Емоційний інтелект» і шкалами: «Адаптація», «Самосприйняття», «Прийняття інших», «Емоційна комфортність», «Ескапізм», «Інтернальність». З'ясовані дані дали можливість застосування методу регресійного аналізу, в ході якого було виявлено прямий причинно-наслідковий зв'язок між соціально-психологічною адаптацією й емоційним інтелектом.

Проведене анкетування допомогло встановити як оцінюють рівень своєї адаптованості студенти, які перешкоди виникають, та що допомагає швидше пристосуватися до студентського життя. На основі зібраних даних, надалі буде розроблено корекційну програму, яка сприятиме перебігу адаптаційного процесу.

Отже, ми з'ясували значення адаптації в соціально-психологічному середовищі. Дослідивши структурні компоненти емоційного інтелекту, було встановлено, що він включає в себе наявність певних навичок – когнітивних, емоційних, особистісних, соціальних. Тому він є важливим чинником соціально-психологічної адаптації студентів. Нами було експериментально доведено наявність впливу емоційного інтелекту на адаптацією особистості до студентського середовища. Результати подальших досліджень будуть спрямовані на підготовку програми соціально-психологічної адаптації для студентів психологів першого курсу.

Список літератури

1. Андреева И.Н. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и тезауруса эмоциональных переживаний в юношеском возрасте / И.Н. Андреева // Психология и современное общество: взаимодействие как путь взаиморазвития : междунар. науч.-практ. конф., 28-29 апр. 2006 г. : статьи. СПб., 2006. Ч. 1. С. 17-21.
2. Носенко Е. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості Текст / Елеонора Носенко // Психологія і суспільство. – 2004. – № 4. – С. 95-109.
3. Test reviews of the Bar-On Emotional Quotient 360. // The sixteenth mental measurement yearbook. / Ed.: Spies, R. A. & Plake B. S. — Lincoln, NE: Buros Institute for Mental Measurement, 2005.

*Науковий керівник: Доценко Л.В.,
кандидат психологічних наук, доцент*