



ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ-  
ПСИХОЛОГОВ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ

<https://doi.org/10.70728/c.series.v08.i02.156>

*Александр Алексеевич Ткачук*

*Институт ТМС*

*Преподаватель кафедры «Педагогика и психологии»*

*+998950303547*

*[johnniewalkergreen333@gmail.com](mailto:johnniewalkergreen333@gmail.com)*

**Аннотация.** Эмоциональный интеллект (ЭИ) – это интегральное психическое образование, включающее в себя способность идентифицировать, понимать, осознавать и регулировать как собственные эмоции, так и эмоции других людей. Значение эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности психолога трудно переоценить, поскольку его высокий уровень позволяет не только эффективно взаимодействовать с клиентами, но и поддерживать устойчивость к стрессам, сохранять профессиональное здоровье, а также способствовать успешной самореализации в профессии.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, студенты-психологи, этапы подготовки, саморегуляция, эмпатия, рефлексия, профессиональная идентичность.

**Abstract.** Emotional intelligence (EI) is an integral psychological construct that includes the ability to identify, understand, be aware of, and regulate both one’s own emotions and the emotions of others. The importance of emotional intelligence in a psychologist’s professional activity cannot be overestimated, as its high level not only enables effective interaction with clients, but also supports resilience to stress, maintains professional health, and contributes to successful self-realization in the profession.

**Keywords:** emotional intelligence, psychology students, training stages, self-regulation, empathy, reflection, professional identity.

**Annotatsiya.** Emotsional intellekt (EI) – bu shaxsning o‘z his-tuyg‘ularini hamda boshqalarning his-tuyg‘ularini aniqlash, tushunish, anglash va boshqarish qobiliyatini o‘z ichiga oluvchi kompleks psixik tuzilma hisoblanadi. Psixolog mutaxassislar faoliyatida emotsional intellektning ahamiyatini ortiqcha baholab bo‘lmaydi, chunki uning yuqori darajasi nafaqat mijozlar bilan samarali muloqot qilish, balki stressga chidamlilikni saqlash,

kasbiy salomatlikni qo‘llab-quvvatlash, shuningdek, kasbiy sohada muvaffaqiyatli o‘zini namoyon etishda muhim rol o‘ynaydi.

**Kalit so‘zlar:** emotsional intellekt, psixolog talabalar, tayyorgarlik bosqichlari, o‘zini boshqarish, empatiya, refleksiya, kasbiy identiklik.

**ВВЕДЕНИЕ.** В профессиональной подготовке студентов-психологов выделяется несколько ключевых этапов, каждый из которых характеризуется определёнными требованиями к уровню развития эмоционального интеллекта. На начальном этапе обучения студенты зачастую обладают фрагментарными представлениями о структуре и функциях эмоционального интеллекта, их собственный опыт эмоционального саморегулирования ограничен, а понимание эмоциональных проявлений во многом опирается на личные, субъективные ощущения. На этом этапе часто наблюдается недостаточная развитость навыков эмоционального самоконтроля и эмпатии – ведущих компонентов ЭИ. С течением времени, в процессе овладения теоретическими знаниями и практическими навыками студент начинает осознавать важность эмоционального интеллекта, развивать способность к рефлексии и осмыслению собственных эмоциональных реакций. В учебном процессе реализуются элементы тренинга, групповой работы, обсуждения сложных жизненных ситуаций, что способствует активизации эмоциональной сферы каждого будущего специалиста.

### **АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ И МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Средний этап профессиональной подготовки связан с прохождением производственной практики, участием в лабораторных и практических занятиях, что требует достаточного уровня сформированности эмоциональных умений. На данном этапе наблюдается формирование устойчивых механизмов саморегуляции, появляется способность эффективно распознавать и анализировать эмоциональные состояния других людей, а также возрастает толерантность к неопределённым и стрессовым ситуациям. Значительно расширяется умение выражать и вербализовать эмоции, формируется осознанная социальная ответственность, которая особенно важна для будущей профессиональной деятельности. Последний этап подготовки, который приходится на старшие курсы и период преддипломной практики, требует от студентов высокой степени интеграции когнитивных, эмоциональных и поведенческих компонентов. На этом уровне происходит дальнейшее совершенствование управленческих и коммуникативных навыков, формируется способность к глубокому пониманию сложных эмоциональных процессов, как индивидуальных, так и групповых. Значительно усиливается степень рефлексии по отношению к собственному профессиональному росту, появляется умение эффективно использовать накопленный опыт для преодоления профессиональных затруднений. У студентов складывается позитивная профессиональная идентичность, формируются механизмы стрессоустойчивости и эмоционального самообеспечения [1].

Наблюдается чёткая взаимосвязь между уровнем эмоционального интеллекта и успешностью профессионального становления молодого психолога. На каждом этапе подготовки можно выделить специфические трудности и задачи, связанные с развитием эмоциональной компетентности. На начальных этапах актуальны проблемы осознанности в отношении собственной эмоциональной жизни, а также овладения навыками саморегуляции. На средних стадиях акцент переносится на освоение способов конструктивного взаимодействия с окружающими, развитие эмпатии и эмоционального отклика в различных профессиональных и социальных ситуациях. В период профессиональной практики критически важным становится умение использовать эмоциональный интеллект для эффективной коммуникации с клиентами, коллегами, руководителями, управления конфликтами, мотивации и поддержания профессиональной эффективности. Профессиональное образование психолога также подразумевает обязательное включение в образовательные программы курсов, направленных на развитие эмоционального интеллекта, тренингов личностного роста, супервизий и групп самопомощи. Доказано, что участие в таких формах работы приводит к повышению уровня саморефлексии, формированию устойчивых моделей саморегуляции и улучшению качества межличностного взаимодействия [2].

### **ОБСУЖДЕНИЕ И РЕЗУЛЬТАТЫ**

Существует также тесная взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и личностными характеристиками будущего психолога: развитие эмпатии, эмоциональной устойчивости, открытости, доброжелательности и ответственности. Формирование этих черт в процессе профессионального обучения оказывает существенное влияние на успешность дальнейшей профессиональной деятельности, позволяя строить эффективные отношения с клиентами и коллегами, становятся гарантом психологического благополучия самого специалиста. Особенности динамики эмоционального интеллекта у студентов-психологов проявляются в постепенном усложнении и интеграции различных его компонентов. Если на ранних этапах основное внимание уделяется развитию личной эмоциональной осознанности и базовых навыков саморегуляции, то в дальнейшем акцент смещается на развитие умения распознавать и управлять эмоциями других людей, понимания сложных социальных и межличностных процессов [3].

Важным аспектом является влияние образовательной среды, которая может как стимулировать развитие эмоционального интеллекта, так и создавать препятствия на этом пути. Поддерживающая, открытая, принимающая атмосфера способствует успешной социализации студентов, формированию у них высокой степени эмпатии, умения работать в команде, а также развитию чувства личной и профессиональной эффективности. Одним из факторов, определяющих успешность развития эмоционального интеллекта, является мотивационная готовность студента к профессиональной деятельности. Сильная внутренняя мотивация, осознанный выбор

профессии, позитивное отношение к психологической практике создают прочную базу для формирования гибких, устойчивых навыков эмоционального реагирования и поведения [4].

Психологическая поддержка, супервизии, работа с личными затруднениями и затяжными эмоциональными состояниями, которые сопровождают обучение и профессиональное становление, играют ключевую роль в формировании зрелого эмоционального интеллекта. Возможность открытого обсуждения проблем, получение обратной связи, профессионального совета от более опытных коллег становятся неотъемлемой частью образовательного процесса. Для успешного психолога важно не только овладеть теоретическими основами эмоционального интеллекта, но и научиться применять полученные знания в реальной практике, использовать их для построения терапевтических отношений, оказания профессиональной поддержки, а также для эффективного разрешения конфликтных ситуаций и преодоления профессиональных трудностей [5].

Специфика профессиональной подготовки будущих психологов также включает в себя осознание ценности эмоционального интеллекта для личности самого специалиста. В процессе обучения формируется понимание необходимости постоянной работы над своими эмоциями, регулярного самоанализа и личностного роста. Это способствует не только профессиональному успеху, но и сохранению психологического здоровья, устойчивости к стрессу, выгоранию и профессиональной деформации. На старших курсах происходит окончательное формирование профессиональной идентичности, чувство уверенности в себе, своих силах и знаниях. Это выражается в высокой степени самостоятельности, ответственности, способности к адекватной оценке собственных возможностей и ограничений. Эмоциональный интеллект становится интегральной частью профессионального "Я", обеспечивая внутреннюю целостность, гармонию и высокий уровень самооффективности. В целом, анализ особенностей развития эмоционального интеллекта у студентов-психологов на разных этапах профессиональной подготовки позволяет сделать следующие выводы:

В самом начале профессионального пути студенты, как правило, ориентированы преимущественно на приобретение знаний, при этом эмоциональная сфера часто остаётся вне поля сознательного внимания. По мере продвижения в обучении происходит постепенное осмысление роли эмоций, их влияния на качество профессиональной деятельности, появляется готовность к целенаправленному развитию этого компонента личностной структуры. Образовательный процесс должен быть организован таким образом, чтобы создавать условия для многопланового развития эмоционального интеллекта: через участие в тренингах, совместную деятельность, интерактивные методы преподавания, анализ и решение практических кейсов. Важно предоставлять студентам возможность открыто обсуждать свои успехи и сложности, поощрять рефлекссию и самоанализ,

поддерживать атмосферу уважения и принятия различных точек зрения. Развитие эмоционального интеллекта должно рассматриваться не только как отдельная задача, но и как стратегический компонент всей образовательной модели подготовки будущих психологов. Только в этом случае возможно формирование компетентных, гибких, уверенных в себе специалистов, способных эффективно решать профессиональные задачи, успешно взаимодействовать с людьми, содействовать гармоничному развитию личности не только других, но и собственной.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В заключение, можно отметить, что эмоциональный интеллект играет исключительную роль в подготовке будущих психологов. Он является неотъемлемым компонентом профессиональной компетентности, влияет на качество освоения профессии, психологическое здоровье и успешность самореализации. Система профессионального образования должна уделять особое внимание формированию и совершенствованию эмоционального интеллекта, использовать инновационные методы обучения, поддерживать личностный рост студентов, создавать условия для рефлексии и профессионального самоопределения. Только при таком подходе становится возможным воспитать специалистов нового поколения, готовых к эффективной работе в динамично меняющемся современном обществе.

### **ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: феномен исследования // Вопросы психологии. М.: РАО, 2006. № 3. С. 78-86.
2. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении. Взгляд на себя и других. М.: «Филин», 2018. – 472 с.
3. Бондаренко А.Ф. Личностное и профессиональное самоопределение отечественного психолога-практика // Московский психотерапевтический журнал. М., 1993. № 1. – С. 63-76.
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: спорные вопросы и распространённые заблуждения // Отдел кадров. М., 2004. № 8. С. 121-125.
5. Дервянко С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психологический журнал. М., 2008. № 2. С. 79-84.
6. Зверева Р.Г., Амирханова М.М. Психодиагностика как основа психолого-педагогического сопровождения развития успешной личности в образовательном процессе // Современная психология личности в поликультурной среде. Материалы Международной научно-практической конференции. ПГУ: Пятигорск, 2022. С. 83-88.
7. Ильина Т.А. Педагогика: курс лекций. М.: Просвещение, 1984. – 195 с.