

УДК 378.147-054.6

Савицька Т.В.,
викладач закладу вищої освіти навчально-наукового центру з
підготовки іноземних громадян Полтавського державного
медичного університету
м. Полтава,

e-mail: savitskatv@gmail.com

Горбенко Є.В.,
викладач закладу вищої освіти навчально-наукового центру з
підготовки іноземних громадян Полтавського державного
медичного університету
м. Полтава,

e-mail: gorbenkoevgenya2017@gmail.com

Маджар Н.М.,
викладач закладу вищої освіти навчально-наукового центру з
підготовки іноземних громадян Полтавського державного
медичного університету
м. Полтава,

e-mail: madzharik@gmail.com

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК УСПІШНОГО НАВЧАННЯ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ

Емоційна компетенція є особистісною характеристикою кожної людини. Це свідчить про розвинену здатність особи управляти своїми емоціями. Необхідність адаптації, опір негативним установкам, наявність критичного та творчого мислення включає в себе 4 головні складові емоційного інтелекту: самоусвідомлення, самоконтроль, соціальне розуміння та управління стосунками. Алгоритм розвитку емоційного інтелекту в умовах впливу негативного подразника (адаптація до нових умов життя та навчання, стрес та збентеження) відіграє надважливу роль.

Уміння правильно інтерпретувати й використовувати емоції у повсякденному житті, сукупність когнітивних, емоційних, адаптаційних та соціальних здібностей називають емоційним інтелектом. Оскільки оцінка емоцій та вираження їх є притаманним для будь-якої взаємодії, то варто зазначити, що розвинений емоційний інтелект є самотим, що дозволяє максимально точно оцінювати емоції оточуючих з огляду на різний культурний та життєвий бекграунд.

Однак відії, слова, прояви емоцій можуть в різних соціальних та національних групах людей сприйматися абсолютно протилежно, навіть полярно. Те, що може вважатися викладачем нормальним і не викличе особливо яскравих емоцій, то для іноземного студента може мати протилежну, негативну конотацію та сприйняття. Такі моменти прогнозувати досить важко, але за наявності високого емоційного інтелекту як у викладача, так і у студента, з'являється можливість керувати емоціями.

Стриманість та управління емоційним станом, врегулювання станів студента та викладача вже після того, як емоції було проявлено (іноді досить інтенсивно), керують нашою подальшою поведінкою.

Самосвідомість - це здатність розпізнавати власні емоції та емоційні тригери, сильні та слабкі сторони, мотивацію, цінності та цілі, й розуміти, як все це пов'язано з поведінкою та мисленням.

Іноді, коли людина відчуває стрес, роздратування, відсутність натхнення або певне пригнічення, важливо знайти час та ресурс для того, щоб зрозуміти чому може виникнути таке відчуття. Коли ми можемо віднайти емоцію та назвати її, зрозуміти причину виникнення, то це значно полегшує пошуки продуктивних шляхів подолання проблеми.

Самоуправління, яке базується на самосвідомості - це здатність регулювати власні емоції. Кожна людина може відчувати негативні емоції, бути у пригніченому настрої, може відчувати стрес, гнів, але через самоуправління контролювати ці емоції, а не відчувати, що контроль захопили емоції. Іноді, якщо показник емоційного інтелекту високий, можна реагувати на стрес думливо та з ясною головою.

Емоційний інтелект пов'язаний з усіма сферами життя, з навчанням, проявом лідерських якостей та з подоланням стресових ситуацій та здатністю проявляти емпатію чи відчувати себе самотніми.

Показники ЕІ прямо вказують на здатність отримувати задоволення від процесу навчання та життя загалом, здатність оцінки та регуляції емоцій, збереження спокою та здатність вступити в конструктивний діалог.

Спостереження, як і активне чуттєве пізнання, дає можливість звернути увагу на те, що спричиняє емоції.

В позитивному настрої студентки краще приймають навчальну інформацію, продукують креативні підходи до вивчення, мислять логічно, успішно виконують завдання. Насичені позитивними емоціями ставлення до навчання підвищує продуктивність. В протиставленні цьому надмірне емоційне напруження формує тривожність, нівелює потенційні здібності, є причиною емоційного вигорання.

Викладач, який будує ефективну взаємодію, що базується на високому емоційному інтелекті, має створювати позитивний емоційний фон, враховувати особливості комунікації та управляти конфліктами та стресами, забезпечувати ціннісно-орієнтовану єдність та згуртованість студентів у спільній діяльності.

Розвиток здатності проявляти емпатію, усвідомлення власних та чужих емоцій, пошук позитивної мотивації, постійна взаємодія, емпатійне слухання, навички спілкування сприяють інтенсивному розвитку емоційного інтелекту. Викладач має направити емоції студентів у потрібному руслі, створити максимально дружню атмосферу та вміло долати негативні прояви. Бажаючи переконати студента не тримати в собі негативні емоції, а й аналізувати їх з метою подальшого виявлення причин виникнення такої реакції на певні події.

Там, де люди можуть відкрито висловлювати свої емоції, говорити про їхні почуття і стан, навчальна взаємодія є більше ефективною.

Концепція емоційного інтелекту стимулює розвиток емоційних здібностей всіх тих, хто є частиною навчального процесу.

Важливо, щоб викладач міг управляти власними емоціями, був емоційно стабільним та компетентним: розпізнавати емоції тих, хто навчається, і на основі цього будувати навчальну взаємодію, створювати позитивну емоційну атмосферу.

Викладач має аналізувати інформацію, що надходить від емоційних сигналів студентів, щоб забезпечити ефективну навчальну діяльність, підбирати емоційно забарвлений матеріал з елементами новизни, який би пропагував толерантність та позитивне мислення.

Там, де студенти мають можливість відкрито висловлювати емоції, говорити про них, про почуття і власний стан, з'являються конструктивні рішення, взаємодія людей стає більш ефективною. Знижується конфліктність, з'являється позитивний мікроклімат у колективі. В умовах, коли емоції ігноруються, знижується лояльність, збільшується стрес та негативні наслідки для навчання та успішної адаптації.

На перший погляд може здатися, що емоційний інтелект наявний у кожній людині, але пластичність нашого мозку означає, що ми можемо підвищити (чи розвинути) свій ЕІ, якщо в цьому є потреба. Здатність до рефлексії, до розуміння та сприйняття, емоційна привабливість та високий емоційний інтелект, контроль своїх емоцій та вплив на емоції інших є одним із основних чинників особистісного розвитку та важливий чинник для розвитку потенціалу кожного.

Література:

1. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory Handbook of emotional intelligence. San Francisco : Jossey-Bass, 2000. P. 363–388.
2. Mauer J. D., Salovey P. What is emotional intelligence? Emotional development and emotional Intelligence: Educational Implications. New York, 1997. P. 3–31.
3. Белікова Ю.В. Концептуальні основи управління емоціями. Український соціум. 2015. № 1. С. 23–33.
4. Дубовик С.Г., Драбчук С.Г. Розвиток емоційного інтелекту сучасних менеджерів як умова їх успішної діяльності. Вісник Сумського національного аграрного університету. Серія: Економіка і менеджмент. 2014. Вип. 5 (60). С. 8–14. URL : https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream/123456789/53581/4/Mishenin_Lohistychni.pdf.
5. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості / О.М. Собченко // Наука. Релігія. Суспільство. — 2010. — № 4. — С. 84-87. — Бібліогр.: 10 назв. — укр.
6. Моргун В. Ф. Емоційний інтелект у багатовимірній структурі особистості / В. Ф. Моргун // Постметодика. - 2010. - № 6. - С. 2-14. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Postmetodyka_2010_6_3