

воєнного часу. Дана наукова розвідка є лише початковим етапом вивчення професійної мотивації майбутніх студентів в умовах воєнного часу, та потребує додаткових досліджень та триваліших часових меж.

Література:

1. Єрохін С. А., Нікітін Ю. В., Нікітіна І. В. Концепція професійної мотивації студентів як фактору конкурентності на ринку праці. *Юридична наука*. 2011. № 1. С. 20–28.
2. Курило В. С., Савченко С. В., Караман О. Л. Соціалізація особистості в умовах гібридної війни на сході України : монографія. Київ : Талком. 2018. 240 с.
3. Пінська О. Професійна мотивація як засіб підвищення ефективності навчальної діяльності студентів. *Проблеми трудової і професійної підготовки*. 2009. Випуск 14. С. 111–115.

ОНЛАЙН-КУРСИ З ПРОБЛЕМАТИКИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Дерев'янюк С. П.

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри загальної, вікової та соціальної психології

Національний університет «Чернігівський колегіум»

імені Т. Г. Шевченка

м. Чернігів, Україна

Використання онлайн-курсів у професійній підготовці фахівців практикується у багатьох закладах освіти в останнє десятиріччя, і особливо масовим стає у зв'язку з поширенням пандемії та небезпечних сучасних умов життя. Особливої актуальності освітні онлайн-курси набули у процесі підготовки фахівців гуманітарного спрямування, сучасні вчені відзначають

можливість унаочнення та більш обширного вивчення матеріалу засобами онлайн для представників гуманітарного профілю.

Вивчення психології з використанням онлайн-технологій також полегшує засвоєння термінів, понять, теоретичних положень, практичних кейсів студентами – майбутніми психологами. Застосування онлайн-курсів з психології у підготовці майбутніх психологів надає можливість більше зануритися у певну психологічну проблематику, емоційно захопитися нею (внаслідок унаочнення матеріалу), а також дає змогу засвоювати отриману інформацію у зручному для кожного учасника режимі.

Проблематика емоційного інтелекту презентована у доволі широкому спектрі сучасних онлайн-курсів як на зарубіжних, так і на вітчизняних онлайн-платформах. Вивчення емоційного інтелекту майбутніми психологами є наріжним у підготовці фахівців психологічних спеціальностей, оскільки: по-перше, емоційний інтелект є професійно важливою якістю практичного психолога; по-друге, здібності емоційного інтелекту характеризуються стресозахисним потенціалом, що допомагає вижити у сучасних стресових, і навіть травматичних (у зв'язку з війною) умовах життя.

Мета даної роботи – проаналізувати зміст онлайн-курсів з проблематики емоційного інтелекту та визначити їх освітній потенціал.

Емоційний інтелект визначається переважно як здатність до розуміння та управління емоціями [1; 2]. Залежно від концептуального спрямування (ЕІ як модель здібностей або ЕІ як еклектична модель) вчені виокремлюють у структурі емоційного інтелекту різні складові. Поряд із тим, більшість науковців вважає, що основними складовими емоційного інтелекту є емоційне самоусвідомлення, розпізнавання емоцій, емпатія, самомотивація, емоційна саморегуляція [2].

Проаналізуємо зміст сучасних онлайн-курсів з проблематики емоційного інтелекту з позицій розширення знань у їх користувачів стосовно означених вище складових емоційного інтелекту.

Онлайн-курс «Емоційний інтелект» (платформа «Освітній ХАБ міста Києва») [3]. Зазначений курс містить відеоматеріали, у яких презентовано детальне пояснення ролі емоцій у житті людини, сутність поняття емоційного інтелекту, важливість здібностей до емпатії та управління власними емоціями у процесі спілкування. Практичні рекомендації щодо розвитку власних здібностей емоційного інтелекту представлено у формі квестових завдань.

Онлайн-курс «Базова психологічна допомога в умовах війни» (платформа «Prometheus») [4]. Цей курс зорієнтований на формування навичок емоційної саморегуляції при стресових та травматичних подіях. В онлайн-курсі детально розглядаються ознаки емоційного дистресу та надаються рекомендації щодо організації самопомоги при наявності шоків емоцій, панічних атак. Також тренери у даному онлайн-курсі пояснюють особливості застосування різноманітних технік, зорієнтованих на емоційну стабілізацію та відновлення почуття контролю.

Онлайн-курс «Знати, як допомогти» (платформа «EdEra») [5]. Зміст онлайн-курсу зорієнтований на розвиток практичних навичок надавати першу психологічну допомогу, підтримувати постраждалих осіб у гострих станах. Також у цьому курсі охарактеризовані методи самомоніторингу та самопідтримки у стресових ситуаціях життя.

Онлайн-курс «Перша психологічна допомога в екстрених і кризових ситуаціях» (платформа «ВУМонлайн») [6]. Онлайн-курс є доволі глибоким щодо вивчення стрес-менеджменту, застосування копінгових стратегій, роботи з негативними емоційними станами.

Онлайн-курс «Асертивна комунікація» (платформа «Samster») [7]. У даному онлайн-курсі презентовані різноманітні квестові завдання, наочні приклади, відеоматеріали, спрямовані на засвоєння знань щодо асертивних прав, обов'язків та асертивних навичок як емоційно доречної поведінки у складних ситуаціях спілкування.

Онлайн-курс «Робота з емоційним вигоранням» (платформа «Дія») [8]. Освітній підкаст зорієнтований на детальне вивчення

стану втоми, негативних емоційних проявів, які призводять до вигорання. Авторами підкасту запропоновані чисельні техніки та арт-активності для емоційного відновлення.

Отже, сучасні онлайн-платформи спроможні надавати досить глибоку інформацію стосовно вивчення феномену емоційного інтелекту майбутніми фахівцями. Позитивними аспектами онлайн-навчання є можливість самостійно регулювати темп вивчення матеріалу, повторювати за необхідністю пройдений матеріал. Вірогідно, негативними сторонами засвоєння знань з психології емоційного інтелекту засобами онлайн є відсутність «живого» спілкування зі спікерами та неможливість здійснити зворотній зв'язок, вкрай необхідний для подальшої рефлексії.

Перспективи подальших досліджень з даного питання вбачаємо у вивченні ефективності отриманих знань засобами онлайн порівняно з умовами офлайн навчання.

Література:

1. Дерев'янка С. П. Феноменологія емоційного інтелекту : навч.-метод. посібник. Чернігів, 2016. 312 с.
2. Keefer K. V., Parker J., Saklofske D. H. Emotional Intelligence in Education: Integrating Research with Practice. New York, 2018. 462 p.
3. Емоційний інтелект. *Освітній ХАБ міста Києва* : веб-сайт. URL: <https://eduhub.in.ua/courses/emociyniy-intelekt> (дата звернення: 24.02.2023).
4. Базова психологічна допомога в умовах війни. *Prometheus*: веб-сайт. URL: <https://cutt.ly/dGT6O9Q> (дата звернення: 24.02.2023).
5. Знати, як допомогти. *EdEra* : веб-сайт. URL: <http://surl.li/fbayt> (дата звернення: 24.02.2023).
6. Перша психологічна допомога в екстрених і кризових ситуаціях. *ВУМонлайн*: веб-сайт. URL: <https://vumonline.ua/course/first-psychological-aid/> (дата звернення: 24.02.2023).
7. Асертивна комунікація. *Camster* : веб-сайт. URL: <http://surl.li/bxifa> (дата звернення: 24.02.2023).