

Наталія ТЕМНЕНКО

викладач ВСП «Житомирський
торговельно – економічний фаховий коледж ДТЕУ»

Анна РИЖУК

студентка ВСП «Житомирський
торговельно – економічний фаховий коледж ДТЕУ»
спеціальність 081 Право

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ВАЖЛИВА НАВИЧКА ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ ЮРИСТА

Ідея єдності емоційного та раціонального початку в людині викликала великий інтерес ще з часів давньогрецьких філософів. З розвитком психологічної науки уявлення вчених-психологів про співвідношенні емоційного та раціонального призвели до появи поняття "емоційний інтелект".

Концепція емоційного інтелекту (EQ) з'явилася в психологічній науці в кінці ХХ століття. Засновниками стали американські психологи Д.Карузо, П.Саловей і Дж. Майер, які розглядали емоційний інтелект як сукупність ментальних здібностей для розуміння власних емоцій і емоцій інших людей[3]. «Емоційний інтелект – це здатність усвідомлювати свої емоції та емоції іншого, здатність керувати своїми емоціями та емоціями іншого та на цій основі будувати нашу взаємодію», - Д. Гоулман[4]. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту добре розуміють свої емоції та почуття інших людей, можуть ефективно керувати своєю емоційною сферою, і тому в суспільстві їхня поведінка більш адаптивна і вони легше досягають своїх цілей у взаємодії з оточенням.

За теорією ізраїльського психолога американського походження Р. Бар-Она, емоційний інтелект визначається як сукупність найрізноманітніших здібностей, які забезпечують можливість успішно діяти в будь-яких ситуаціях[4].

Р. Бар-Она виділив 5 компонентів, які характеризують структуру емоційного інтелекту: саморозуміння (усвідомлення власних емоцій, впевненість у собі, самоповага, самоактуалізація); комунікативний потенціал (емпатія, соціальна відповідальність); власне адаптаційні здібності (вміння вирішувати проблеми, долати труднощі, емоційна лабільність); антистресовий потенціал (стійкість до стресів, самоконтроль); загальний настрій (оптимістичність).

Емоційний інтелект входить до ТОП-10 найзатребуваніших роботодавцями навичок. Вчені наперебій доводять, що розвинений емоційний інтелект (EQ) набагато більше впливає на успіх людини в суспільстві, роботі та родині, ніж високий коефіцієнт інтелекту IQ(1). Так і успіх у юридичній професії залежить не лише від знання законів та вміння застосовувати їх. У професійному успіху юриста велику роль відіграє емоційний інтелект. Чому юристу варто розвивати свій емоційний інтелект? Уже тому, що в цій професії емоції відіграють дуже важливу роль. Від того, як налаштовані клієнт і юрист, наприклад, щодо один одного, залежить продуктивність та ефективність спілкування. Якщо юрист не зміг нейтралізувати негативних емоцій клієнта, виникають непродуктивні стратегії в роботі.

Емоційний інтелект пропонує багато переваг для юристів, позитивно впливаючи на їх професійне та особисте життя.

Деякі з ключових переваг включають:

Покращені відносини з клієнтами: Юристи з високим емоційним інтелектом можуть глибше спілкуватися зі своїми клієнтами, розуміючи їхні емоції та занепокоєння. Побудова міцних відносин з клієнтами, заснованих на довірі та співчутті, сприяє кращому спілкуванню та допомагає юристам адаптувати свій підхід, щоб краще задовольняти потреби своїх клієнтів.

Ефективна комунікація: Емоційний інтелект покращує комунікативні навички юристів, дозволяючи їм чіткіше формулювати складні юридичні концепції. Цей навик є цінним під час пояснення юридичних питань клієнтам, присяжним чи іншим сторонам, залученим у справу.

Вирішення конфліктів: Юристи з емоційним інтелектом можуть ефективніше керувати конфліктами та переговорами. Розуміючи власні емоції та емоції інших, вони можуть спокійно підходити до суперечок, активно вислуховувати протилежні точки зору та знаходити взаємовигідні рішення.

Зниження стресу та вигорання: Емоційний інтелект дозволяє юристам ефективніше справлятися зі стресом. Вони можуть визначити ранні ознаки виснаження та впровадити стратегії, щоб впоратися з вимогами своєї професії, що призведе до кращого загального самопочуття та задоволення від роботи.

Покращене прийняття рішень: враховуючи раціональні та емоційні аспекти, емоційно розумні юристи приймають більш виважені та зважені рішення. Менш ймовірно, що на них впливають упередження чи імпульсивність, що призводить до більш продуманого та ефективного вибору клієнтів.

Лідерство та командна робота: юристи з міцним емоційним інтелектом стають ефективними лідерами. Вони можуть надихати та мотивувати свої команди, створювати позитивне робоче середовище та заохочувати співпрацю між колегами.

Емпатійне юридичне представництво: Емоційний інтелект дозволяє юристам підходити до своєї роботи з більшим співчуттям. Вони можуть зрозуміти емоційний вплив правових питань на життя клієнта та надати співчутливе та підтримуюче юридичне представництво.

Краща адвокація: Емоційний інтелект покращує здатність адвоката читати емоції та мову тіла суддів, свідків та захисників протилежної сторони під час судових процесів і слухань. Це розуміння допомагає їм коригувати свої аргументи та стратегії в реальному часі, потенційно вплинувши на результат справи.

Лояльність клієнтів і рекомендації: Задоволені клієнти, швидше за все, рекомендують адвоката, який демонструє емоційний інтелект і щиро піклується про їхнє благополуччя. Позитивні рекомендації з уст в уста можуть значно принести користь адвокатській практиці та репутації.

Адаптивність і стійкість. Емоційно розумні юристи краще підготовлені до злетів і падінь своєї професії. Вони можуть адаптуватися до мінливих обставин, відновлюватися після невдач і зберігати позитивне ставлення протягом усієї своєї юридичної кар'єри[2].

ТЕСТ

Який у вас рівень *EQ*?

Ставте собі «+» щоразу, коли ознака здебільшого притаманна вашій поведінці та реакціям. Проаналізуйте наявність або відсутність ознак емоційного інтелекту у вас:

- 1) у вас багатий емоційний словник, тобто вмієте називати спектр емоцій, уникаючи слів добре/погано;
- 2) вас цікавлять люди (зокрема їхні характери й різниця в реакції на одну й ту саму подію);
- 3) ви відкриті до змін (маєте адаптивний інтелект);
- 4) вмієте відмовляти;
- 5) вмієте насолоджуватися тим, що у вас є (дякувати собі за результати, яких ви досягли);
- 6) ви нікому не дозволяєте псувати вам радість;
- 7) ви вмієте переключатися від повсякденності або проблем на позитивні відчуття;
- 8) ви не прагнете до досконалості;
- 9) ви достатньо спите.

Якщо вам притаманні 6 та більше ознак, ви маєте достатньо розвинутий емоційний інтелект, який дає нам необхідні навички, щоб досягти успіху в нашій професії та підтримувати значущі зв'язки з клієнтами та колегами[2]. Використовуючи силу емоційного інтелекту, можна покращити свою юридичну практику та досягти неймовірного успіху та задоволення у своїй роботі.(4)

Отже, як бачимо, емоційний інтелект — річ дуже корисна. І чим його рівень вище, тим легше спілкуватися з людьми, вирішувати проблеми і робити кар'єру.

Список використаних джерел

1. Бреус У.В. Емоційний інтелект як чинник професійного становлення майбутніх фахівців соціально – професійних професій у вищих навчальних закладах- Київ 2015.
2. Закон і бізнес. №4 (1458) 01.02—07.02.2020 ФЕДІР МАЛЕНЬКИЙ URL: <https://zib.com.ua/ua/print/141206.html> <https://zib.com.ua/ua/print/141206.html>
3. Захарчин Г. М., Любомудрова Н. П. Емоційний інтелект та креативність як сучасний інструментарій менеджменту. Науковий вісник Ужгородського національного університету. 2020. Вип. 34. С. 76–80. URL: http://www.visnykeconom.uzhnu.uz.ua/archive/34_2020ua/15.pdf (дата звернення: 01.04.2022)
4. Сила емоційного інтелекту: секретна зброя юриста URL: <https://www.linkedin.com/pulse/power-emotional-intelligence-lawyers-secret-weapon-gary-miles>