Хмельницький національний університет
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Перший (бакалаврський)
Освітній рівень

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ РЕАБІЛІТОЛОГІВ

Назва теми

Галузь знань *05 Соціальні та поведінкові науки*
Шифр і назва галузі знань

Спеціальність *053 «Психологія»*
Шифр і назва спеціальності

Освітня програма *«Психологія»*

ІНП 21001
Номер індивідуального навчального плану студента

Виконала: студентка ІІ курсу, група ПП-21-1 _____ Карина БОБРЕНКО
Підпис Ініціали, прізвище

Керівник доктор філософії з психології, доцент _____ Олена ПЕТЯК
Науковий ступінь, вчене звання Підпис Ініціали, прізвище

До захисту допускаю:
Зав. кафедри психології та педагогіки
доктор психологічних наук, професор _____ Таїсія КОМАР
Підпис Ініціали, прізвище

30 грудня 2025 р.

Хмельницький, 2025

2

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет *здоров'я, психології, фізичної культури та спорту*
Кафедра *психології та педагогіки*
Освітній рівень *перший (бакалаврський)*
Галузь знань *05 «Соціальні та поведінкові науки»*
Спеціальність *053 «Психологія»*
Освітня програма *освітньо-професійна програма «Психологія»*
Спеціалізація _____

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри психології та педагогіки
_____ Таїсія КОМАР
підпис
протокол № 5 від 12 грудня 2024 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Карина БОБРЕНКО

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів».
Керівник кваліфікаційної роботи: Петяк Олена Віталіївна, доктор філософії з психології, доцент
Затверджено наказом ректора університету від 07 лютого2025 р. № 23
2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 30 травня 2025 р.
3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: тестування, що включало (Методика «MEI» (автор – М. Манойлова); Тест на оцінку рівня емоційного інтелекту (Н. Холл); Опитувальник «Шкала соціального благополуччя» (К. Кіз); *методи обробки даних*. В дослідженні взяли участь 50 здобувачів спеціальності "Фізична терапія, ерготерапія", Хмельницького національного університету, факультету здоров'я, психології, фізичної культури та спорту.
4. Зміст дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1. Розділ теоретичні аспекти розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів; теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психологічній літературі; основні підходи до вивчення емоційного інтелекту в контексті професійної діяльності; етапи формування емоційного інтелекту у процесі професійної підготовки реабілітологів; висновки до розділу; розділ 2. Емпіричне дослідження рівня емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів; організація та методи емпіричного дослідження рівня емоційного інтелекту; результати емпіричного дослідження взаємозв'язку між емоційним інтелектом та соціальним благополуччям; рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту у процесі підготовки реабілітологів; висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень): рисунок, 5 таблиць.

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7. Дата видачі завдання 12 грудня 2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітки
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01.10.2024 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 01.12.2024 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.02.2025 р.	виконано
4	І розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.03.2025 р.	виконано
5	ІІ розділ кваліфікаційної дипломної роботи.	До 01.04.2025 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 01.05.2025 р.	виконано
7	Оформлення кваліфікаційної дипломної роботи.	До 30.05.2025 р.	виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної дипломної роботи.	____ травня 2025 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної дипломної роботи (відповідно графіку)	____ червня 2025 р.	виконано

Здобувач _____ Карина БОБРЕНКО

Керівник роботи _____ Олена ПЕТЯК

4

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів».

Здобувач Бобренко Карина Вадимівна

Керівник Петяк Олена Віталіївна

Кваліфікаційна робота включає 53 сторінки, 5 таблиць, 1 рисунки, перелік джерел посилання складає найменувань.

Ключові слова: емоційний інтелект, психологічні особливості, професійна діяльність, реабілітологи , розвиток емоційного інтелекту, соціальне благополуччя.

Об'єктом дослідження є емоційний інтелект.

Предметом дослідження є психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів.

За результатами дослідження рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту у процесі підготовки реабілітологів.

Одержані результати можуть бути використані для вдосконалення програм професійної підготовки майбутніх реабілітологів, зокрема у напрямку розвитку емоційного інтелекту. Також ці дані можуть бути корисними для психологічної підтримки реабілітологів у процесі їхньої професійної діяльності, а також для розробки тренінгів та психодіагностичних методик, спрямованих на підвищення емоційної компетентності та соціального благополуччя.

Дипломник _____ Карина БОБРЕНКО

Дата подання кваліфікаційної дипломної роботи до захисту 30 травня 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП..... 6
РОЗДІЛ 1 РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ РЕАБІЛІТОЛОГІВ..... 11
1.1 Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психологічній літературі 11
1.2 Основні підходи до вивчення емоційного інтелекту в контексті професійної діяльності 17
1.3 Етапи формування емоційного інтелекту у процесі професійної підготовки реабілітологів 20
Висновки до розділу..... 23
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ РЕАБІЛІТОЛОГІВ..... 25
2.1 Організація та методи емпіричного дослідження рівня емоційного інтелекту 25
2.2 Результати емпіричного дослідження взаємозв'язку між емоційним інтелектом та соціальним благополуччям..... 30
2.3 Рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту у процесі підготовки реабілітологів..... 43
Висновки до розділу..... 46
ВИСНОВКИ..... 48
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ..... 50

ВСТУП

Актуальність проблеми дослідження. У сучасному суспільстві зростає увага до емоційного інтелекту як ключового чинника успішної професійної діяльності, особливо в галузі реабілітації. Фахівці-реабілітологи працюють із людьми, які перебувають у складних фізичних та психологічних станах, тому їхня професійна компетентність повинна включати не лише теоретичні знання та практичні навички, а й високий рівень емоційного інтелекту.

Емоційний інтелект, як інтегративна властивість особистості, передбачає здатність розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також емоційні стани інших людей. У професійній діяльності реабілітолога це є критично важливим, оскільки ефективна комунікація, емпатія, психологічна підтримка та стресостійкість значною мірою визначають успішність реабілітаційного процесу. Відтак, формування емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів є невід'ємною складовою їхньої професійної підготовки. Хоча існує значна кількість досліджень, присвячених емоційному інтелекту, питання його розвитку у студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» залишається недостатньо вивченим. Зокрема, актуальними є питання визначення оптимальних методів розвитку емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки, оцінки рівня сформованості емоційної компетентності майбутніх реабілітологів, а також впливу емоційного інтелекту на якість взаємодії з пацієнтами.

В Україні дослідження емоційного інтелекту привертають увагу багатьох науковців. Зокрема, Ю. Черножук та І. Узун провели теоретичне та емпіричне дослідження індивідуально-психологічних особливостей емоційного інтелекту майбутніх працівників сфери охорона здоров’я з різним рівнем особистісної тривожності [8].

Також досліджувалися особливості емоційного інтелекту в системі професійної компетентності особистості, зокрема у студентів з різним професійним спрямуванням. Крім того, вивчалася роль емоційного інтелекту в діяльності викладачів вищої медичної освіти, де аналізувалася актуальність

компетентності «емоційний інтелект» як однієї з ключових, передбачених до формування та розвитку у здобувачів медичної освіти.

Ці дослідження підкреслюють важливість розвитку емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки фахівців, що підтверджує актуальність дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів. Таким чином, дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів є актуальним і важливим як з наукової, так і з практичної точки зору. Його результати можуть сприяти вдосконаленню освітніх програм підготовки реабілітологів, підвищенню ефективності професійної діяльності фахівців та покращенню якості надання реабілітаційних послуг.

Об’єктом дослідження є емоційний інтелект.

Предметом дослідження психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів.

Мета дослідження: Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне вивчення психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів, а також визначення його зв’язку із соціальним благополуччям з метою розробки рекомендацій щодо його розвитку у процесі професійної підготовки.

Згідно з об'єктом, предметом, метою та гіпотезою дослідження, визначено наступні основні завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз підходів до вивчення емоційного інтелекту та визначити його особливості у професійній діяльності майбутніх реабілітологів.
2. Обґрунтувати та застосувати методи вимірювання емоційного інтелекту і соціального благополуччя студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія».
3. Провести емпіричне дослідження рівня емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів та визначити його зв’язок із соціальним благополуччям.

4. Розробити рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту у процесі професійної підготовки реабілітологів.

У дослідженні було використано комплекс методів дослідження: *теоретичні методи* (аналіз наукових джерел, їх узагальнення, класифікація та систематизація); *емпіричні методи* (Для оцінки рівня емоційного інтелекту було застосовано опитувальний підхід, заснований на змішаній (еклектичній) моделі ЕІ за Д. Гоулманом. [10]. Ця модель передбачає використання опитувальників, що містять завдання на самозвіт, що дає змогу комплексно аналізувати емоційний інтелект не лише як когнітивний феномен, а й як поєднання когнітивних, особистісних і мотиваційних характеристик. Саме ці компоненти забезпечують ефективне розуміння та управління емоціями. У межах емпіричного дослідження були використані такі методи: Тестування, що включало (Методика «МЕІ» (автор – М. Манойлова) [6]; Тест на оцінку рівня емоційного інтелекту (Н. Холл) [11]; Опитувальник «Шкала соціального благополуччя» (К. Кіз) [16]; *методи обробки даних*.

Гіпотеза дослідження – полягає в тому, що рівень емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів позитивно впливає на їх соціальне благополуччя, а розвиток емоційного інтелекту під час професійної підготовки покращує ефективність професійної діяльності.

Експериментальна база дослідження. Дослідження здійснювалось на базі Хмельницького національного університету, факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту. В дослідженні взяли участь 50 здобувачів 1 – 2-их класів спеціальності "Фізична терапія, ерготерапія".

Практичне значення отриманих результатів отримані результати можуть бути використані для вдосконалення програм професійної підготовки майбутніх реабілітологів, зокрема у напрямку розвитку емоційного інтелекту. Також ці дані можуть бути корисними для психологічної підтримки реабілітологів у процесі їхньої професійної діяльності, а також для розробки тренінгів та психодіагностичних методик, спрямованих на підвищення емоційної компетентності та соціального благополуччя.

Апробація результатів дослідження Результати дослідження обговорювалися на науково-практичній конференції «Актуальні питання теорії та практик сучасної психології: виклики, перспективи та міждисциплінарні підходи, м. Черкаси, Україна, що відбулася 11 квітня 2025р.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (40 найменувань). Загальний обсяг дипломної роботи складає 53 сторінки машинописного тексту (основна частина – 48 сторінок).

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ РЕАБІЛІТОЛОГІВ

1.1 Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психологічній літературі

Дослідження емоційного інтелекту продовжує залишатися однією з ключових проблем у психологічній науці. Актуальність цієї теми зростає у зв'язку з реформами освіти в Україні, орієнтованими на всебічний розвиток особистості. Сучасні освітні програми сприяють створенню умов для реалізації інтелектуальних здібностей кожного студента, проте роль емоційного інтелекту в формуванні інших аспектів особистості ще недостатньо досліджена. Розширене вивчення цього феномену є необхідним для розуміння його впливу на життєдіяльність людини, що є важливим завданням науки XXI століття. Попри значний прогрес в інших галузях психології, дослідження емоційного інтелекту в контексті вікових особливостей залишається обмеженим, зокрема в Україні. Це питання потребує більш глибокого наукового аналізу, оскільки вплив емоційного інтелекту на розвиток особистості ще не вивчений в достатній мірі [16, с. 33].

Можна стверджувати, що термін «емоційний інтелект» був вперше введений у психологічну науку давно, проте досі залишається в центрі уваги багатьох науковців. Його вивчення розпочалося в 1983 році, коли дослідник Говард Гарднер у своїй відомій роботі “Frames of mind” окреслив перші характеристики емоційного інтелекту. Він висловив припущення, що не існує єдиного поняття «інтелект», а натомість є різні його підтипи, які значною мірою впливають на життєдіяльність особистості в цілому [26]. Згідно з власними дослідженнями, Гарднер виділив сім основних підтипів інтелекту: вербальний, логіко-математичний, просторовий, кінестетичний, музичний, а також

емоційний. Останній він поділяє на дві основні категорії: внутрішньоособистісний і міжособистісний.

Міжособистісний інтелект був відомий у психологічній літературі ще до Гарднера і зазвичай розглядався під терміном «соціальний інтелект» або «соціальна компетентність». Це поняття охоплювало здатність людини взаємодіяти з іншими людьми. Водночас внутрішньоособистісний інтелект відрізнявся тим, що характеризувався здатністю людини пізнавати себе, самоактуалізуватися та мотивувати себе на досягнення поставлених цілей.

Вчені Дж. Мейєр і П. Селовей продовжили дослідження концепції емоційного інтелекту, започаткованої Гарднером. Вони стверджували, що особа, яка володіє емоційним інтелектом, має п'ять основних здатностей. Перша і найважливіша з них — це усвідомлення власних емоцій [8, с. 30]. Саме ця здатність є ключовою в емоційному інтелекті, оскільки можливість керувати, контролювати, регулювати і виражати свої емоції стає реальною лише тоді, коли людина розуміє, що саме викликає в неї певні переживання. Усвідомлення своїх емоцій і розуміння причин їх виникнення дають можливість особистості не лише ефективно справлятися з ними, а й краще розуміти природу їх появи.

Наступною важливою рисою емоційного інтелекту є здатність свідомо керувати своїми емоціями. Це включає можливість регулювати емоційний стан, що проявляється у прагненні заспокоїти себе, знизити рівень тривожності, а також приборкати роздратованість чи злість. Люди, які не володіють цією здатністю, часто перебувають у стані стресу та постійно намагаються подолати негативні емоції. У той час як особи, здатні контролювати й регулювати свої емоції, більш ефективно і швидко справляються з емоційними переживаннями[8, с. 34].

Третя властивість емоційного інтелекту полягає у здатності мотивувати себе до діяльності. Вона реалізується через вміння направляти свої емоції на досягнення конкретних цілей, нові досягнення та творчу активність. Відомо, що самоконтроль є важливим компонентом мотивації досягнення мети, адже людина здатна відкласти миттєве задоволення для досягнення більш значущої,

але віддаленої мети. Ця здатність є важливим фактором, який сприяє успіху в довгостроковій діяльності [8, с. 36].

Четвертий компонент емоційного інтелекту пов'язаний з умінням розпізнавати та розуміти емоції інших людей. Цей аспект безпосередньо пов'язаний з емпатією, оскільки люди, які проявляють емпатію, здатні бути більш чутливими до соціальних сигналів і краще розуміти потреби та переживання інших. Ця здатність має важливе значення для ефективної взаємодії в соціальному середовищі [8, с. 39].

П'ятий компонент емоційного інтелекту полягає у вмінні будувати позитивні взаємини з оточуючими. Це також можна назвати мистецтвом позитивного ставлення до інших людей. Така соціальна навичка дозволяє людині ефективно справлятися з емоціями, що виникають під час взаємодії з іншими людьми, і досягати гармонійних відносин у соціумі. Розвинений соціальний інтелект також визначає успішність у міжособистісних стосунках, адже люди з високим рівнем соціального інтелекту здатні ефективно управляти емоціями у взаємодії з іншими і досягати високих результатів у комунікації [8, с. 41].

Продовжуючи дослідження емоційного інтелекту, науковці Дж. Мейєр і П. Селовей запропонували своє узагальнене визначення цього феномену, описавши його як здатність людини правильно сприймати, оцінювати та виражати свої емоції. Вони підкреслили, що емоційний інтелект включає також здатність людини генерувати емоції, коли це сприяє розумовому процесу, розуміти емоції інших та знання, що з ними пов’язані, а також вміння керувати емоціями для підтримки особистісного та інтелектуального розвитку.

Згідно з дослідженнями вчених, емоційний інтелект дозволяє людині обробляти інформацію, пов'язану з емоціями, і використовувати ці емоції для полегшення когнітивних процесів, а також для ефективного вирішення проблем та досягнення цілей. Важливою особливістю є те, що розвинений емоційний інтелект дозволяє людині бути чутливою до навіть найменших змін, як у внутрішньому стані, так і в зовнішньому середовищі.

Дослідники також зазначають, що навіть негативні емоції можуть бути корисними, якщо їх використовувати для досягнення особистих цілей або для впливу на інших у контексті взаємодії та управлінських завдань.

Емоційний інтелект (EI) є важливою складовою психічного розвитку людини, що визначає її здатність розуміти, оцінювати та регулювати емоції, як власні, так і інших людей. Згідно з визначенням П. Селовея та Д. Мейера, емоційний інтелект включає чотири основні компоненти: розуміння емоцій, використання емоцій для розв'язання проблем, усвідомлення емоційного впливу на інші людини та здатність керувати емоціями в межах соціальних взаємодій [38, с. 320]. Концепція емоційного інтелекту була запропонована як альтернатива традиційним підходам до інтелекту, зосередженим на когнітивних здібностях, та наголосила на важливості емоцій у повсякденному житті, зокрема у професійній діяльності.

Емоційний інтелект є багатогранною здатністю, що поєднує когнітивні та емоційні процеси, які можуть бути розвинені в результаті навчання та практики. Маючи справу з емоціями, інтелектуальні процеси сприяють досягненню більш точного розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших людей, що має особливе значення в професіях, де взаємодія з іншими людьми є основною частиною роботи.

Першим значним теоретичним внеском у розвиток поняття емоційного інтелекту стала робота П. Селовея та Д. Мейера, які визначили емоційний інтелект як здатність розпізнавати емоції у собі та інших, а також ефективно використовувати емоції для розвитку інтелектуальних і соціальних функцій. Саловея і Мейер запропонували чотирирівневу модель емоційного інтелекту, що включає:

1. *Розпізнавання емоцій* — здатність розпізнавати свої емоції та емоції інших людей.

2. *Управління емоціями* — здатність регулювати власні емоції та допомагати іншим керувати своїми емоціями.

3. *Уявлення та використання емоцій* — здатність використовувати емоції для підвищення когнітивних функцій, таких як пам’ять, вирішення проблем і прийняття рішень.

4. *Розуміння емоцій* — здатність аналізувати складність емоцій і їх зміни з часом.

Ця модель підкреслює, що емоційний інтелект не є статичним, а постійно розвивається і підвищується завдяки практиці та саморефлексії. Ідеї Селовея та Мейера стали основою подальших досліджень в цій сфері, зокрема в контексті професійної діяльності [32, с. 19].

Іншим значним внеском у теорію емоційного інтелекту є модель, розроблена Деніелем Гоулманом, який розглядає емоційний інтелект як сукупність п’яти основних складових: самосвідомість, саморегуляція, мотивація, емпатія і соціальні навички. Він також наголошує на значущості емоційного інтелекту для успіху в професійному та особистому житті. Гоулман підкреслює, що високий рівень емоційного інтелекту сприяє зменшенню стресу, покращенню міжособистісних відносин і підвищенню загальної якості життя.

Американський психолог Н. Холл, вивчаючи емоційний інтелект, визначав його як здатність розрізняти позитивні та негативні емоції, а також відмінності між різними позитивними емоціями. Це вміння допомагає налаштовувати продуктивний діалог і будувати здорові взаємини. Холл до складу емоційного інтелекту включав емоційну обізнаність, вміння керувати своїми емоціями, самомотивацію, емпатію та здатність розпізнавати емоції інших людей.

Дослідник Р. Бар-Он, в свою чергу, розглядав емоційний інтелект як сукупність емоційних, особистісних і соціальних здібностей, які визначають загальну здатність людини ефективно реагувати на вимоги та стрес навколишнього середовища [28, с. 33].

Бар-Он виокремив п’ять ключових складових емоційного інтелекту:

1) самопізнання, усвідомлення власних емоцій, а також пов’язані з цим самоповага, упевненість у собі, самоактуалізація і незалежність;

2) навички міжособистісної взаємодії, засновані на емпатії і соціальній відповідальності;

3) здатність до адаптації, гнучкість у реагуванні і конструктивне вирішення проблем;

4) управління стресом, контроль за імпульсами і стійкість до стресових ситуацій;

5) переважно позитивний настрій, щастя і оптимізм.

Психолог Б. Лемберг зазначає, що емоційний інтелект — це вміння розпізнавати, використовувати, розуміти та контролювати емоції. Ця здатність дозволяє зменшувати рівень стресу, покращувати ефективність спілкування, долати труднощі та вирішувати конфлікти.

Вивчення емоційного інтелекту активно проводять українські науковці. Серед найбільш відомих дослідників у цій галузі можна виокремити таких вчених, як Е. Носенко, Н. Коврига, С. Дерев'янко, М. Шпак, О. Лящ, І. Матійків тощо.

Українські науковці надають різні визначення емоційного інтелекту. Наприклад, психолог О. Лящ визначає емоційний інтелект як інтелектуальну здатність, що пов'язана з розумінням та управлінням емоційними проявами особистості [6, с. 330]. Натомість, дослідники Н. Коврига та Е. Носенко трактують термін «емоційний інтелект» як здатність не лише піднімати нас над нашими пристрастями та слабкостями, але й використовувати наші таланти, переваги та добродійність [9, с. 23]. Ґрунтуючись на емпіричних дослідженнях Е. Носенко та Н. Ковриги, ми зробили висновок, що виявлення емоційного інтелекту тісно пов'язане з внутрішніми характеристиками особистості. Визначено п'ять ключових факторів емоційного інтелекту, серед яких рівень ситуативної та особистісної тривожності, самооцінка, толерантність до невизначеності, академічна успішність, а також характеристики переваг, що відображають різні стратегії поведінки [6, с. 330].

Отже, аналіз наукової літератури свідчить, що як зарубіжні, так і вітчизняні дослідники, які займалися вивченням поняття «емоційний інтелект» у

психології, розглядають його як складний конструкт. Ми схиляємося до думки, що емоційний інтелект — це набір розумових здібностей, що дозволяють виявляти, розуміти та контролювати емоції. Це важлива інтегральна характеристика особистості, що проявляється в її здатності ефективно сприймати емоції, узагальнювати їх зміст, визначати емоційні аспекти в міжособистісних стосунках, регулювати емоції з метою позитивного впливу на когнітивні процеси та долати негативні емоції, які можуть заважати спілкуванню чи перешкоджати досягненню успіху. Деякі дослідники трактують емоційний інтелект як підструктуру соціального інтелекту, але воно вирізняється особливістю — охопленням глибоких емоцій, які відіграють важливу роль у особистісному зростанні. Звісно, особливість і складність цих наукових досліджень полягають у тому, що на сьогодні в Україні немає чіткого визначення впливу емоційного інтелекту на певні характеристики та властивості особистості. Це питання є актуальним як для українських, так і для зарубіжних науковців. Незважаючи на суперечливі тлумачення, які намагаються додати нові аспекти до цього феномена, його вивчення продовжується, що є важливим напрямком для розвитку науки. Подальші дослідження мають на меті глибше емпіричне вивчення впливу емоційного інтелекту на різні сфери життєдіяльності особистості.

1.2 Основні підходи до вивчення емоційного інтелекту в контексті професійної діяльності

Вивчення емоційного інтелекту (EI) в контексті професійної діяльності майбутніх реабілітологів є важливою складовою підготовки фахівців, оскільки ефективність реабілітаційного процесу значною мірою залежить від здатності спеціаліста до розпізнавання, розуміння та регулювання емоцій — як своїх, так і пацієнтів. Емоційний інтелект включає в себе цілу низку важливих аспектів, які можуть суттєво впливати на якість виконуваних завдань і взаємодію з пацієнтами та колегами. Врахування специфіки емоційного інтелекту в

професійному середовищі реабілітологів дозволяє значно підвищити ефективність лікувально-відновлювальних процесів, оптимізувати міжособистісну взаємодію та знижувати рівень стресу, що є важливим як для професійної діяльності, так і для підтримки емоційного здоров'я фахівців.

Емоційний інтелект в контексті професійної діяльності реабілітологів розглядається як комплекс здібностей, які включають усвідомлення, розуміння та регулювання емоцій. У цьому контексті емоційний інтелект майбутніх реабілітологів можна розглядати через декілька ключових компонентів, таких як самосвідомість, самоконтроль, мотивація, емпатія та соціальні навички. Самосвідомість визначається як здатність індивіда усвідомлювати власні емоції та їх вплив на поведінку, що є важливим для реабілітолога в умовах стресових ситуацій, зокрема під час складних реабілітаційних процедур або в роботі з емоційно важкими пацієнтами. Це дозволяє спеціалісту зберігати професіоналізм та уникати емоційного вигорання, яке є типовим для багатьох фахівців, що працюють в умовах емоційної напруги [22, с. 3].

Самоконтроль є наступним важливим компонентом емоційного інтелекту, який включає здатність контролювати власні емоції, зберігати спокій у складних ситуаціях та знижувати рівень стресу. Для реабілітолога самоконтроль є необхідною якістю, оскільки професія передбачає регулярне взаємодіє з пацієнтами, що можуть бути вражені важкими фізичними чи психологічними травмами. Збереження емоційної рівноваги дозволяє спеціалісту підтримувати ефективну комунікацію, уникати конфліктів та сприяти кращому розумінню потреб пацієнтів [22, с. 8].

Мотивація, як складова емоційного інтелекту, має велике значення для реабілітологів, оскільки саме здатність до внутрішнього спонукання досягати високих професійних результатів, попри труднощі та непередбачувані обставини, визначає ефективність реабілітаційного процесу. Важливим аспектом мотивації є здатність реабілітолога використовувати емоції для досягнення професійних цілей, зокрема для підтримки пацієнтів у процесі реабілітації,

допомоги їм долати психологічні бар'єри та ставити нові цілі на шляху до одужання.

Емпатія, яка є невід'ємною частиною емоційного інтелекту, відіграє важливу роль у реабілітаційній діяльності. Емпатія дозволяє фахівцю не лише розуміти емоції пацієнта, а й будувати з ним конструктивний діалог, що є важливим для створення атмосфери довіри і підтримки. Для реабілітолога вміння правильно сприймати емоційний стан пацієнта, враховувати його переживання та переживати разом з ним може суттєво покращити ефективність лікувально-відновлювального процесу, а також сприяти емоційному благополуччю пацієнтів [7, с. 22].

Соціальні навички, як одна з основних складових емоційного інтелекту, є важливим компонентом для фахівця, який працює в умовах міжособистісної взаємодії. Реабілітологи, як правило, працюють не лише з пацієнтами, а й у командах з іншими спеціалістами — лікарями, психологами, медсестрами та іншими членами реабілітаційної команди. Вміння ефективно взаємодіяти з колегами, керувати конфліктами, знаходити компроміси та забезпечувати сприятливу атмосферу в колективі дозволяє досягати високих результатів у реабілітаційній практиці.

Розвиток емоційного інтелекту в контексті професійної підготовки майбутніх реабілітологів є актуальним завданням для сучасної освіти. Здатність розпізнавати емоції, управляти ними та використовувати їх для досягнення позитивних результатів є критично важливою не тільки для особистісного розвитку майбутніх фахівців, але й для підвищення ефективності реабілітаційного процесу. Особливо важливим є формування цих навичок у студентів у процесі навчання, коли вони отримують не лише теоретичні знання, а й навчаються застосовувати їх у практичній діяльності [8, с. 21].

Таким чином, емоційний інтелект є важливим чинником, що впливає на ефективність роботи майбутніх реабілітологів, дозволяючи їм не лише успішно виконувати професійні завдання, але й підтримувати емоційну рівновагу, ефективно взаємодіяти з пацієнтами та колегами, а також сприяти розвитку

позитивного емоційного клімату в процесі реабілітації. Врахування цих аспектів у процесі професійної підготовки сприятиме підвищенню якості надання реабілітаційних послуг та забезпеченню психоемоційного благополуччя пацієнтів.

1.3 Етапи формування емоційного інтелекту у процесі професійної підготовки реабілітологів

Формування емоційного інтелекту (EI) у процесі професійної підготовки реабілітологів є багатогранним і поетапним процесом, що охоплює кілька етапів, кожен з яких сприяє розвитку необхідних навичок для ефективної роботи в сфері реабілітації. Ці етапи включають набуття основних емоційних та когнітивних навичок, які допомагають студентам регулювати свої емоції, розуміти емоційний стан інших людей, та взаємодіяти з пацієнтами в умовах професійного середовища.

Перший етап полягає у формуванні базових емоційних компетенцій, зокрема в розвитку емоційної самосвідомості. На цьому етапі студенти знайомляться з теоретичними аспектами емоційного інтелекту та починають розуміти, як емоції впливають на їхні рішення та поведінку. У цей період важливо допомогти студентам виявити свої емоційні реакції на різні ситуації, навчити їх ідентифікувати та аналізувати власні емоційні стани. Це дозволяє студентам зрозуміти, яким чином емоційні реакції можуть впливати на їхню професійну діяльність, а також підготувати їх до наступних етапів розвитку емоційного інтелекту [9, с. 15].

Другий етап пов'язаний з розвитком здатності до емоційного самоконтролю та управління емоціями. В умовах професійної діяльності реабілітолога важливо вміти керувати своїми емоціями, особливо в ситуаціях стресу чи емоційної напруги, які можуть виникнути при взаємодії з пацієнтами. Студенти на цьому етапі вивчають методи релаксації, стрес-менеджменту, а також техніки саморегуляції, щоб зберігати емоційну рівновагу та контролювати

реакції на негативні емоційні впливи. Цей етап є важливим для того, щоб студенти змогли адаптуватися до професійних викликів та ефективно функціонувати в складних і стресових умовах роботи [9, с. 27].

Третім етапом є розвиток емпатії та вміння взаємодіяти з емоціями інших людей. Важливим аспектом роботи реабілітолога є здатність розуміти емоційний стан пацієнтів та адаптувати власну поведінку відповідно до їхніх потреб і переживань. Студенти повинні навчитися розпізнавати емоції інших людей через невербальні сигнали, а також реагувати на ці емоції конструктивно. Для розвитку емпатії проводяться спеціальні тренінги та вправи, які дозволяють майбутнім реабілітологам глибше розуміти переживання пацієнтів та встановлювати більш ефективні міжособистісні взаємодії [9, с. 31].

Четвертий етап передбачає розвиток навичок мотивації та впливу на емоційну атмосферу в команді. Мотивація є важливим компонентом емоційного інтелекту, оскільки вона сприяє досягненню професійних цілей, підтримці високого рівня енергії та збереженню позитивного настрою. Реабілітологи, працюючи з пацієнтами, мають бути здатними не лише допомогти їм у фізичному відновленні, а й сприяти підвищенню внутрішньої мотивації, оптимізму та позитивного ставлення до реабілітаційного процесу. Окрім того, важливою частиною професійної діяльності є робота в команді, де реабілітолог має здатність сприяти розвитку емоційного клімату, підтримувати колег і ефективно вирішувати конфлікти, що можуть виникнути [9, с. 33].

Останнім етапом є інтеграція емоційного інтелекту в реальну професійну діяльність, що дозволяє майбутньому реабілітологу повною мірою використовувати всі набуті навички в процесі надання реабілітаційної допомоги. Студенти повинні здатись ефективно комбінувати емоційну самосвідомість, емоційний самоконтроль, емпатію та мотивацію для досягнення найкращих результатів у роботі з пацієнтами. На цьому етапі здійснюється практика на базі клінік та реабілітаційних центрів, що дозволяє студентам застосувати теоретичні знання на практиці, усвідомити важливість емоційного інтелекту в

реабілітаційному процесі та розвивати необхідні професійні навички для роботи з людьми в складних емоційних ситуаціях.

Розглядаючи етапи психосоціального розвитку, слід звернути особливу увагу на концепцію, запропоновану Е. Еріксоном у 1950 році. Вчений наголошував на нерозривному зв'язку між психологічним, емоційним, інтелектуальним і соціальним розвитком особистості. Відповідно до його підходу, емоційний інтелект функціонує у взаємодії з соціальним інтелектом, оскільки самопізнання та формування особистісної ідентичності відбуваються через комунікацію з іншими людьми. Для розвитку окремих компонентів емоційного інтелекту необхідним є соціальне середовище, у якому індивід набуває досвіду міжособистісних відносин та навчається емоційній регуляції.

Е. Еріксон підкреслював, що розвиток особистості є тривалим процесом, який охоплює весь життєвий шлях. Відповідно до його концепції, на кожному етапі індивід стикається з певним викликом або кризою розвитку, яка відіграє ключову роль у його становленні. Ці кризи визначають подальший напрямок особистісного зростання та впливають на формування ідентичності. Вчений запропонував цілісний підхід до розвитку, у межах якого фізичні, емоційні, когнітивні та соціальні аспекти співіснують у тісному взаємозв'язку. Саме їх гармонійна взаємодія забезпечує повноцінний, збалансований та здоровий розвиток особистості. Наступний сензитивний період, коли особистість набуває здатності до більш усвідомленого самопізнання, охоплює ранню зрілість (20–25 років) [36, с. 36]. У цей час відбувається вторинна соціалізація, що сприяє адаптації індивіда до суспільних норм і професійного середовища. Соціалізація загалом включає два основні етапи.

Первинна соціалізація відбувається у найближчому оточенні та має найбільшу інтенсивність у перші роки життя. Вона переважно визначається міжособистісними відносинами та впливом сім'ї, однолітків і виховних інститутів. Вторинна соціалізація, натомість, охоплює сферу соціальних взаємодій на ширшому рівні. У цьому процесі ключову роль відіграють суспільні

інститути, які безпосередньо або опосередковано формують світогляд, поведінкові моделі та особистісну самореалізацію [32].

Розвиток емоційного інтелекту проходить через кілька ключових етапів, кожен з яких забезпечує формування здатності до ефективної взаємодії з емоціями.

Перший етап – ідентифікація емоцій, що передбачає розпізнавання власних і чужих емоційних станів, їхньої природи та причин виникнення. Це є фундаментом для подальшого розвитку емоційного інтелекту.

Наступний етап – використання емоцій для підвищення ефективності мислення. Емоції впливають на когнітивні процеси, сприяючи кращому прийняттю рішень, творчому мисленню та концентрації уваги.

Третій етап – розуміння емоцій. Він включає аналіз емоційних реакцій, усвідомлення їхньої динаміки та здатність передбачати можливі наслідки певного емоційного стану для поведінки особистості та її взаємодії з іншими.

Завершальний етап – управління емоціями. Він полягає у здатності регулювати власні емоції, адаптувати їх відповідно до ситуації, а також впливати на емоційні стани інших, що є необхідним для ефективного спілкування та професійної діяльності [13, с. 36].

Таким чином, формування емоційного інтелекту в процесі підготовки реабілітологів відбувається через кілька етапів, кожен з яких має на меті розвиток конкретних навичок та компетенцій, необхідних для ефективної роботи в сфері реабілітації. Це включає як індивідуальний розвиток емоційної самосвідомості та самоконтролю, так і формування емпатії, мотивації та здатності до міжособистісної взаємодії, що дозволяє створювати сприятливі умови для успішної реабілітації пацієнтів.

Висновки до розділу

У першому розділі було проведено всебічний теоретичний аналіз основних аспектів емоційного інтелекту (EI), його сутності та значення у контексті

професійної діяльності реабілітологів. Розглянуті підходи до визначення емоційного інтелекту, які представлені як сукупність когнітивних і емоційних здібностей, що дозволяють індивіду здійснювати ефективну емоційну регуляцію, розпізнавати емоції як власні, так і інших людей, а також оптимізувати міжособистісні взаємодії. Це є важливим для професійної діяльності реабілітологів, оскільки дозволяє їм не тільки забезпечити емоційну підтримку пацієнтів, але й підтримувати психологічний комфорт під час реабілітаційного процесу. Визначено, що емоційний інтелект включає емоційну самосвідомість, саморегуляцію, емпатію та соціальну компетентність, що є основою для ефективної взаємодії у професійній сфері.

Також у розділі були детально проаналізовані основні підходи до вивчення емоційного інтелекту в контексті професійної підготовки реабілітологів. Розкрито важливість розвитку емоційної компетентності у процесі їхнього навчання, оскільки навички ефективної комунікації, емоційної саморегуляції та емпатії є невід'ємною частиною професійного функціонування реабілітологів. Приділено увагу тому, як емоційний інтелект сприяє не тільки професійному, а й особистісному розвитку майбутніх фахівців, підвищуючи їх здатність до адекватної взаємодії з пацієнтами в умовах стресових ситуацій, які часто виникають у процесі реабілітації. У рамках етапів формування емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки було виявлено ключові етапи розвитку емоційної самосвідомості, емпатії, саморегуляції та соціальної компетентності студентів реабілітологів. На кожному етапі навчання відбувається поступове вдосконалення цих навичок, що дозволяє студентам ефективно підготуватися до реальних професійних викликів. Особливу увагу звернуто на значення розвитку емоційної стійкості та здатності до самоконтролю, що є важливими умовами для успішної професійної діяльності в галузі реабілітації [11].

Таким чином, дослідження в першому розділі дозволяє зробити висновок, що емоційний інтелект є критично важливим фактором для професійної діяльності реабілітологів. Розвиток емоційної компетентності в процесі їх

підготовки не тільки сприяє покращенню якості реабілітаційних послуг, але й забезпечує належний рівень психологічної підтримки пацієнтів, що є необхідним для ефективного досягнення результатів в реабілітаційному процесі.

РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ РЕАБІЛІТОЛОГІВ

2.1 Організація та методи емпіричного дослідження рівня емоційного інтелекту

У дослідженні взяли участь 50 здобувачів освіти, які перебувають у періоді ранньої дорослості та навчаються за спеціальністю «Фізична терапія, ерготерапія» у Хмельницькому національному університеті, факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту. Віковий діапазон респондентів становив від 19 до 24 років.

У межах емпіричного дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів було застосовано комплекс методик, що забезпечують комплексний аналіз досліджуваного феномена. Вибір методик зумовлений необхідністю оцінки як структурних компонентів емоційного інтелекту, так і його взаємозв'язку з іншими психологічними характеристиками, що мають суттєве значення для професійної діяльності реабілітологів.

Зокрема, застосування анкетування дало змогу визначити соціально-демографічні особливості вибірки, що дозволяє враховувати вплив вікових, гендерних та освітніх факторів на рівень розвитку емоційного інтелекту.

Тестування включало кілька інструментів, що охоплюють різні аспекти емоційного інтелекту. Методика «MEI» (автор – М. Манойлова) використана для визначення рівня розвитку емоційного інтелекту та його ключових компонентів, включаючи здатність до розпізнавання, розуміння та регулювання емоцій. Тест на оцінку рівня емоційного інтелекту (автор – Н. Холл) дозволяє оцінити емоційну обізнаність, управління емоціями, рівень емпатії та соціальної взаємодії, що є важливими для ефективного виконання професійних обов'язків реабілітологів [8].

Додатково був використаний опитувальник «Шкала соціального благополуччя» (автор – К. Кіз), який дозволяє дослідити рівень суб'єктивного

соціального благополуччя, що є важливим показником адаптації майбутніх реабілітологів до соціальної взаємодії в професійній сфері [10].

Кількісна та якісна обробка отриманих даних забезпечила можливість виявлення закономірностей у розвитку емоційного інтелекту та визначення його ролі в майбутній професійній діяльності реабілітологів.

З метою глибшого розуміння застосованих методів дослідження розглянемо детальніше кожну з них, аналізуючи їхню специфіку, діагностичні можливості та практичне значення

1. Методика «MEI» (Модель емоційного інтелекту) – М. Манойлова

Методика «MEI» була розроблена М. Манойловою для діагностики рівня емоційного інтелекту та його основних компонентів. Вона базується на сучасних концепціях емоційного інтелекту, які розглядають його як комплекс здібностей до сприйняття, розуміння, регуляції та використання емоцій у процесі міжособистісної взаємодії.

Методика «MEI» включає низку питань і завдань, які оцінюють емоційний інтелект за кількома ключовими параметрами:

- *Ідентифікація емоцій* – здатність усвідомлювати власні емоційні стани та розпізнавати емоції інших людей.
- *Розуміння емоцій* – вміння аналізувати емоційні прояви, прогнозувати їхній розвиток і причини виникнення.
- *Управління емоціями* – здатність контролювати емоційні реакції, регулювати інтенсивність переживань, запобігати емоційним зривам. Використання емоцій для мислення та діяльності – застосування емоцій як джерела мотивації, засобу прийняття рішень та підвищення ефективності діяльності.

Методика передбачає виконання респондентами тестових завдань, які включають як самооцінювальні шкали (учасники оцінюють свої емоційні реакції), так і ситуаційні тести, що дозволяють визначити рівень розуміння та інтерпретації емоційних станів.

За підсумками тестування визначається загальний рівень емоційного інтелекту, а також рівень розвитку кожного з його компонентів. Високі показники свідчать про добре розвинені емоційні компетентності, тоді як низькі можуть вказувати на труднощі у сфері емоційного самоконтролю або соціальної взаємодії.

Для студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» методика «MEI» є цінним інструментом, оскільки професійна діяльність реабілітологів вимагає високого рівня емоційного інтелекту. Їм необхідно не лише розуміти емоційні переживання пацієнтів, а й ефективно керувати власними емоціями, підтримувати мотивацію пацієнтів до відновлення та адаптації в соціумі.

2. Тест на оцінку рівня емоційного інтелекту (Н. Холл) [11].

Дана методика, розроблена Ніколасом Холлом, спрямована на оцінку рівня емоційного інтелекту та його окремих складових. Вона базується на концепції, згідно з якою емоційний інтелект включає здатність усвідомлювати, розуміти, контролювати власні емоції, а також розпізнавати та інтерпретувати емоційні стани інших людей.

Тест містить 30 тверджень, які оцінюють шість основних компонентів емоційного інтелекту:

- *Емоційна обізнаність* – здатність розпізнавати та ідентифікувати власні емоції.
- *Управління своїми емоціями* – контроль над емоційними станами, вміння регулювати емоційні реакції.
- *Самомотивація* – використання емоцій для досягнення цілей, подолання труднощів, підтримки внутрішньої мотивації.
- *Емпатія* – здатність розуміти почуття інших людей та співпереживати їм.
- *Розпізнавання емоцій в інших* – уміння правильно інтерпретувати невербальні сигнали, міміку та інтонації оточуючих.

- *Управління міжособистісними відносинами* – ефективне використання емоційного інтелекту у комунікації, вирішенні конфліктів та побудові гармонійних стосунків.

Респонденту пропонується оцінити рівень своєї згоди або незгоди з наведеними твердженнями за шкалою від 1 до 5. Отримані бали підсумовуються для кожного з шести компонентів, що дозволяє визначити як загальний рівень емоційного інтелекту, так і вираженість окремих його складових.

Ця методика є інформативним інструментом для аналізу особливостей емоційного інтелекту, що особливо важливо у контексті професійної підготовки реабілітологів. Вона дозволяє визначити сильні та слабкі сторони емоційної компетентності майбутніх фахівців, що сприяє розробці ефективних освітніх програм для розвитку їхніх емоційно-регуляторних навичок.

3. Опитувальник «Шкала соціального благополуччя» (К. Кіз) [8].

Опитувальник «Шкала соціального благополуччя» був розроблений американським психологом К. Кіз і використовується для оцінки рівня соціального благополуччя особистості. Ця методика дозволяє вивчити, як індивід оцінює своє соціальне середовище, взаємодії з іншими людьми та своє місце в суспільстві. Вона базується на концепції соціального благополуччя, що передбачає гармонійне поєднання індивідуальних та соціальних чинників, які сприяють психічному та емоційному комфорту.

Опитувальник включає кілька шкал, кожна з яких оцінює окремі аспекти соціального благополуччя. Основні складові соціального благополуччя, що вивчаються за допомогою цієї методики:

- *Прийняття себе* – оцінка власного образу і самовідчуття, самоповаги та прийняття своїх особистісних рис.
- *Соціальні інтеграція* – здатність відчувати себе частиною соціуму, належність до певної групи, взаємозв'язок з іншими людьми.
- *Соціальна акцептація* – сприйняття і визнання інших людей, вміння будувати здорові міжособистісні стосунки.

- *Контроль над соціальним середовищем* – відчуття здатності контролювати свій соціальний простір, активно брати участь у соціальних процесах.
- *Цілісність життя* – здатність знаходити сенс у житті, планувати майбутнє, розуміти свою роль в суспільстві.

Опитувальник складається з 18–20 тверджень, на які респондент має відповісти, оцінюючи, наскільки ці твердження відповідають його реальному досвіду. Відповіді оцінюються за 5-бальною шкалою, де 1 – це «повністю не погоджуюсь», а 5 – «повністю погоджуюсь». За підсумками оцінок розраховуються індекси для кожної з вище зазначених шкал, що дає загальне уявлення про рівень соціального благополуччя респондента.

Дана методика дозволяє виявити, як майбутні реабілітологи оцінюють своє соціальне середовище та взаємодії з іншими людьми, що має важливе значення для їхньої професійної діяльності. Високий рівень соціального благополуччя сприяє більш ефективному спілкуванню з клієнтами, розвитку емпатії та позитивних міжособистісних стосунків. Застосування цього опитувальника в дослідженні дозволяє з'ясувати, наскільки студенти реабілітологічних спеціальностей готові до ефективної взаємодії в соціальному середовищі, що є важливим аспектом їхньої майбутньої професійної практики.

У рамках дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту майбутніх реабілітологів використовувалися різноманітні методи збору та обробки даних, які дозволяють отримати комплексне уявлення про досліджувану проблему. Обрані методики, зокрема, тестування та анкетування, мають значну перевагу в тому, що вони дають можливість не лише отримати числові показники емоційного інтелекту та соціального благополуччя респондентів, а й більш глибоко аналізувати їхні внутрішні переживання, ставлення до себе та навколишнього світу через відкриті відповіді.

Методи кількісної та якісної обробки даних сприяють розкриттю комплексної природи досліджуваних характеристик. Кількісні методи дозволяють здійснити математичну оцінку та виявити статистично значущі

взаємозв'язки між показниками, що дає змогу виявити тенденції та закономірності в рівні емоційного інтелекту та соціального благополуччя серед студентів. Якісні методи обробки, в свою чергу, дозволяють розкривати глибинні змісти відповідей респондентів, з’ясовувати, як вони сприймають власні емоції, як оцінюють свої соціальні взаємодії і яким чином це пов'язано з їхнім розвитком як майбутніх фахівців у сфері реабілітації.

Таке поєднання кількісних і якісних підходів дає змогу здійснити багатогранний аналіз емоційного інтелекту, що дозволяє краще зрозуміти не тільки статистичні тренди, але й індивідуальні особливості студентів, які впливають на їхню здатність до ефективної професійної діяльності. Отже, використані методи забезпечують необхідний рівень наукової достовірності та глибини в дослідженні, що дозволяє отримати більш точні та різнобічні висновки щодо емоційного розвитку майбутніх реабілітологів.

2.2 Результати емпіричного дослідження взаємозв’язку між емоційним інтелектом та соціальним благополуччям

Вперш за все нами було проведено методику «MEI» (Модель емоційного інтелекту) М. Манойлової для оцінки рівня емоційного інтелекту серед студентів, які навчаються на спеціальності "Фізична терапія, ерготерапія" Хмельницького національного університету. За результатами тестування було отримано середні показники, що дозволили оцінити рівень емоційного інтелекту респондентів в різних аспектах.

Результати тестування показали, що студенти мають середній рівень емоційного інтелекту, що свідчить про наявність базових навичок емоційного сприйняття та управління емоціями, однак є значні можливості для подальшого розвитку в цьому напрямку. Виявлено, що студенти в цілому здатні адекватно ідентифікувати власні емоції, проте мають певні труднощі в управлінні емоціями в стресових ситуаціях та використанні емоцій для підвищення ефективності мислення (див. рисунок 2.1)

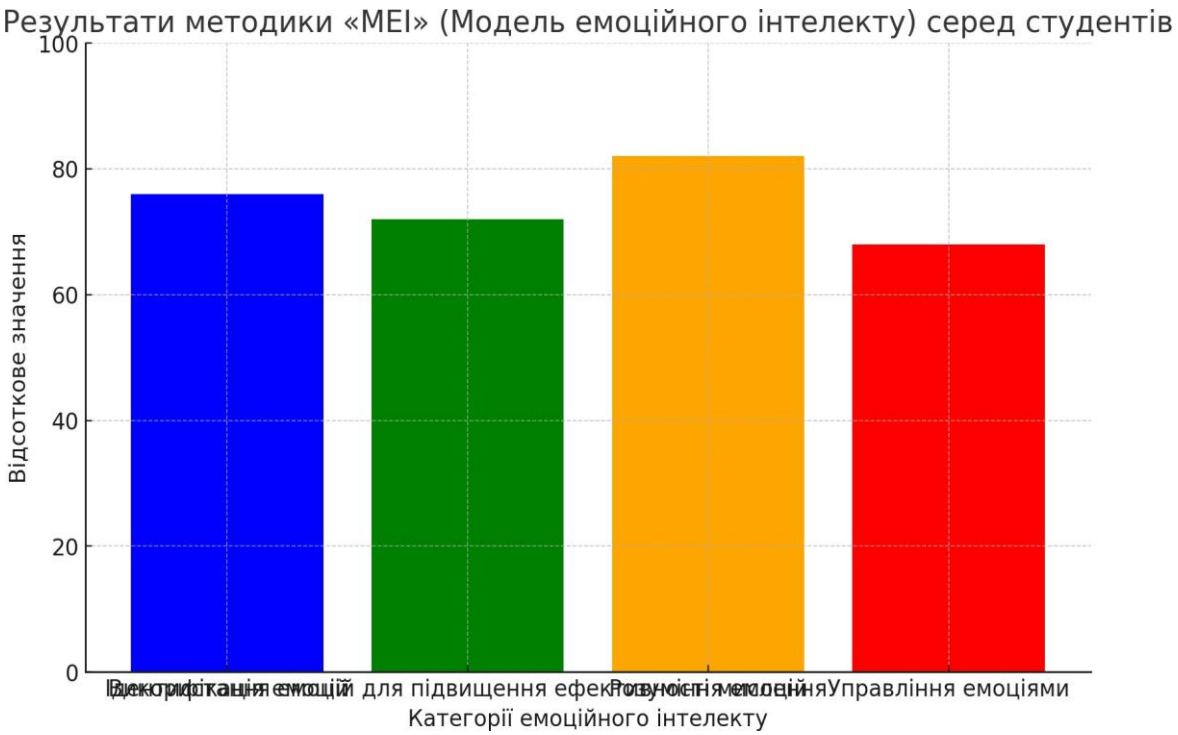

Рисунок 2.1 — Результати рівня емоційного інтелекту.

Отримані дані свідчать про те, що *ідентифікація емоцій (середній бал — 3.8 / 76%)*. Саме цей аспект емоційного інтелекту оцінює здатність особи розпізнавати свої емоції та емоції інших людей. Бал 3.8 (76%) є досить високим, що вказує на те, що студенти мають хороший рівень самосвідомості і здатні розпізнавати різні емоційні стани, як у себе, так і в оточуючих. Це важлива навичка для майбутніх реабілітологів, оскільки правильне визначення емоцій пацієнтів допомагає створити сприятливу атмосферу для лікування.

Що це означає: Середні результати в цій категорії свідчать про те, що студенти здатні ідентифікувати емоції, але є певний потенціал для вдосконалення, наприклад, для вивчення тонких емоційних нюансів, що може бути важливим у професії, де емпатія і розуміння емоцій є важливими для встановлення контакту з пацієнтами.

Використання емоцій для підвищення ефективності мислення (середній бал — 3.6 / 72%).

Ця категорія вимірює здатність людини використовувати емоції для поліпшення когнітивних процесів, таких як прийняття рішень, вирішення проблем, творчий підхід до завдань. Середній бал 3.6 (72%) свідчить про те, що

студенти досить добре використовують свої емоції для мислення, але є можливості для вдосконалення.

Це вказує на те, що студенти можуть добре управляти емоціями, щоб ефективно вирішувати проблеми або приймати рішення, але іноді емоції можуть стати перешкодою для раціонального мислення. У реабілітації важливо мати здатність зберігати спокій і використовувати емоції для мотивації і покращення творчих підходів до лікування.

Розуміння емоцій (середній бал — 4.1 / 82%).

Цей компонент оцінює здатність людини розуміти емоційні процеси, зокрема, розуміти, чому виникають ті чи інші емоції і як вони можуть змінювати поведінку. Результат 4.1 (82%) є дуже хорошим, що вказує на високий рівень розуміння емоцій, як своїх, так і інших людей.

Студенти мають добре розвинену здатність до аналізу емоцій і розуміння того, як емоції можуть впливати на поведінку і відносини. Для майбутніх реабілітологів це є важливою перевагою, оскільки допомагає розуміти потреби пацієнтів і розпізнавати емоційні зміни під час лікування.

Управління емоціями (середній бал — 3.4 / 68%).

Цей аспект тесту оцінює здатність людини контролювати свої емоції, регулювати їх вираження та зберігати емоційну рівновагу в стресових ситуаціях. Бал 3.4 (68%) вказує на те, що студенти мають середній рівень управління емоціями, що означає, що в складних або стресових ситуаціях вони можуть переживати труднощі з емоційним самоконтролем.

Що це означає: Цей результат вказує на потенційно важливу область для розвитку, оскільки в професії реабілітолога важливо вміти зберігати спокій в стресових ситуаціях, наприклад, при роботі з важкими пацієнтами або в умовах емоційно насичених моментів. Потрібно покращувати навички саморегуляції, щоб уникати емоційних перевантажень і зберігати професіоналізм.

Загалом, результати тестування свідчать про хороший рівень емоційного інтелекту серед студентів, але є й області для вдосконалення. Найсильніша сторона — це розуміння емоцій, що дозволяє студентам добре орієнтуватися в

емоційних станах інших людей. Ідентифікація емоцій також на хорошому рівні, хоча є місце для розвитку в розпізнаванні більш тонких емоційних проявів. Використання емоцій для мислення знаходиться на хорошому рівні, але можна працювати над тим, щоб емоції не ставали перешкодою для раціональних рішень. Найнижчий бал отриманий у категорії управління емоціями, що є важливим напрямком для покращення, оскільки в реабілітації та інших соціальних сферах здатність зберігати емоційну рівновагу є критично важливою.

Ці результати дають можливість зосередити увагу на розвитку управління емоціями у студентів, що допоможе їм бути більш ефективними в майбутній професійній діяльності.

Далі розглянемо результати тестування на рівень емоційного інтелекту за методикою Н. Холла для цієї групи студентів.

1. Усвідомлення власних емоцій (Середній бал — 3.9 / 78%)

Цей компонент тесту оцінює здатність людини розпізнавати та усвідомлювати свої емоції. Середній бал 3.9 (78%) вказує на досить високий рівень самосвідомості серед студентів. Вони здатні ідентифікувати свої емоції, що є важливим для ефективного контролю за своїм емоційним станом у професійному середовищі. Для майбутніх терапевтів це означає, що вони можуть краще взаємодіяти з пацієнтами, контролюючи свої емоції і реакції в стресових або складних ситуаціях.

2. Розуміння емоцій інших (Середній бал — 4.0 / 80%)

Цей аспект оцінює здатність розпізнавати емоційні стани інших людей і правильно їх інтерпретувати. Середній бал 4.0 (80%) свідчить про високий рівень здатності студентів розуміти емоції оточуючих, що є критично важливим для роботи реабілітологів, оскільки їм необхідно розпізнавати емоційний стан пацієнта для кращої комунікації та налаштування терапевтичного процесу.

3. Контроль власних емоцій (Середній бал — 3.5 / 70%)

Цей компонент тесту оцінює здатність контролювати власні емоції, особливо в стресових ситуаціях. Результат 3.5 (70%) вказує на середній рівень здатності студентів зберігати емоційну рівновагу під час стресових ситуацій.

Важливо зазначити, що хоча рівень цієї навички є достатньо високим, є певний потенціал для вдосконалення. Для терапевтів вміння управляти власними емоціями в стресових умовах допомагає зберігати професіоналізм та ефективно працювати з пацієнтами, які можуть переживати емоційний дискомфорт.

4. Емпатія та емоційна підтримка (Середній бал — 4.2 / 84%)

Цей компонент оцінює здатність до емпатії та надання емоційної підтримки іншим. Високий бал 4.2 (84%) показує, що студенти мають добре розвинену здатність ставити себе на місце інших і підтримувати їх емоційно. Це дуже важливо для професій реабілітологів, оскільки створення довірливих і підтримуючих відносин з пацієнтами є ключовим для успішного лікування і реабілітації.

5. Регулювання емоцій в стресових ситуаціях (Середній бал — 3.3 / 66%)

Цей аспект оцінює здатність зберігати емоційну стабільність в складних і стресових ситуаціях. Результат 3.3 (66%) є найнижчим серед усіх категорій, що вказує на те, що студенти мають певні труднощі з саморегуляцією в емоційно напружених ситуаціях. Це є важливою областю для розвитку, оскільки професія реабілітолога часто вимагає від працівника витримки в ситуаціях, що можуть бути стресовими або емоційно складними. Вдосконалення цього аспекту допоможе студентам краще справлятися з викликами в професії.

Результати тестування показують, що студенти спеціальностей фізична терапія та ерготерапія мають загалом достатньо високий рівень емоційного інтелекту, зокрема в аспектах розуміння емоцій інших і емпатії, що є важливими для їхньої майбутньої роботи. Водночас, певні аспекти, як контроль емоцій і регулювання емоцій в стресових ситуаціях, вимагають подальшого розвитку. Зосередження уваги на цих областях допоможе майбутнім спеціалістам ефективніше працювати в складних умовах, зберігаючи професіоналізм і емоційну стабільність при взаємодії з пацієнтами.

Таблиця 2.1 — Результати тестування рівня емоційного інтелекту серед студентів спеціальності фізична терапія та ерготерапія

Компонент емоційного інтелекту	**Середній бал**	**Відсоток (%)**	**Інтерпретація результатів**
1. Усвідомлення власних емоцій	3.9	78%	Студенти добре усвідомлюють свої емоції, що допомагає їм контролювати емоційний стан під час роботи.
2. Розуміння емоцій інших	4.0	80%	Студенти мають високий рівень здатності розпізнавати та інтерпретувати емоції інших людей.
3. Контроль власних емоцій	3.5	70%	В середньому студенти мають здатність контролювати свої емоції, але є можливості для вдосконалення.
4. Емпатія та емоційна підтримка	4.2	84%	Студенти володіють високим рівнем емпатії, що дозволяє їм надавати емоційну підтримку пацієнтам.
5. Регулювання емоцій в стресових ситуаціях	3.3	66%	У студентів є складнощі з регулюванням емоцій у стресових ситуаціях, що потребує подальшого розвитку.

Далі в нашому дослідженні ми використали опитувальник *«Шкала соціального благополуччя» (К. Кіз),* який дозволяє оцінити рівень соціального благополуччя респондентів через вимірювання кількох ключових складових. Ця методика включає шкали, які оцінюють такі аспекти, як прийняття себе, соціальна інтеграція, соціальна акцептація, контроль над соціальним середовищем та цілісність життя.

Таблиця 2.2 — Результати соціального благополуччя

1. Прийняття себе

Результат	Середній бал	Відсоток (%)	Інтерпретація
Прийняття себе	3.2	64%	Студенти мають помірний рівень самоповаги та самоприйняття. 5 студентів мають низькі показники (2 або 3), що може свідчити про труднощі в самооцінці та прийнятті своїх особистих рис.

2. Соціальна інтеграція

Результат	Середній бал	Відсоток (%)	Інтерпретація
Соціальна інтеграція	3.4	68%	В основному студенти відчувають себе частиною соціуму, але 5 студентів відчувають соціальну ізоляцію або мають труднощі з належністю до групи, що вказує на певні соціальні бар'єри.

3. Соціальна акцептація

Результат	Середній бал	Відсоток (%)	Інтерпретація
Соціальна акцептація	3.6	72%	Студенти здатні розуміти і приймати інших, проте є 5 студентів, які оцінюють свої міжособистісні стосунки низько через труднощі у взаємодії з оточенням.

4. Контроль над соціальним середовищем

Результат	Середній бал	Відсоток (%)	Інтерпретація
Контроль над соціальним середовищем	3.3	66%	Студенти мають середній рівень відчуття контролю над своїм соціальним середовищем, але 5 студентів мають труднощі з активною участю в соціальних процесах та контролем ситуації.

5. Цілісність життя

Результат	Середній бал	Відсоток (%)	Інтерпретація
Цілісність життя	3.5	70%	Студенти в основному знаходять сенс у житті і мають чітке уявлення про своє майбутнє, однак є 5 студентів, які відчувають невизначеність щодо свого життєвого шляху.

Складова "Прийняття себе" в шкалі соціального благополуччя є важливою, оскільки вона оцінює рівень самоповаги, самооцінки та здатності людини приймати свої особистісні риси. У випадку студентів, результат 3.2 (64%) вказує на те, що більшість студентів мають помірний рівень самоповаги, що означає, що вони частково задоволені тим, ким вони є, але можуть мати певні сумніви або негативні думки щодо своїх особистих рис.

Рівень самоприйняття у студентів є середнім: вони не відчувають високого рівня самокритики або самозневажання, однак також не відзначають високої самооцінки. Це може свідчити про помірковане ставлення до себе, коли студент усвідомлює свої недоліки, але й здатний їх приймати.

Проблеми з самоприйняттям у 5 студентів: 5 студентів, які отримали низькі оцінки в цій категорії (2 або 3), можуть мати труднощі з самооцінкою і позитивним сприйняттям своїх особистих рис. Це може бути пов'язано з низьким рівнем впевненості в собі, стресом або негативними переживаннями в минулому.

Такі студенти можуть відчувати, що не відповідають ідеалу або мають проблеми із прийняттям своїх зовнішніх або внутрішніх особливостей.

Низька самоповага: Студенти можуть мати складнощі з самооцінкою через порівняння себе з іншими, стереотипи чи соціальні очікування. Це може бути наслідком труднощів в адаптації до нових умов, таких як навчання в університеті.

Вплив соціальних мереж і суспільних стандартів: Сучасне покоління студентів часто стикається з високими стандартами, які диктують соціальні медіа, що може впливати на їх самовідчуття та сприйняття власного тіла і особистих якостей.

Недоліки в самооцінці через попередні невдачі або критику: Студенти, які отримали низькі оцінки, можуть мати труднощі з прийняттям себе через невдачі в минулому, чи то в навчанні, чи то в особистих взаєминах.

Рекомендації для покращення:

Психологічна підтримка: Для студентів, які мають низькі показники самоприйняття, важливо надати підтримку у вигляді консультацій з психологом, тренінгів на розвиток впевненості в собі та самоповаги.

Робота з самосприйняттям через рефлексію: Студентам можна рекомендувати вести щоденник або рефлексивні заняття, які допоможуть їм зосередитися на своїх досягненнях і позитивних рисах, що можуть покращити самооцінку.

Підтримка та позитивне підкріплення: Важливо створити в навчальному середовищі атмосферу підтримки, де студенти можуть відкрито ділитися своїми переживаннями та отримувати позитивні відгуки.

Соціальна інтеграція вимірює здатність студента відчувати себе частиною соціуму та належати до певних груп, чи то в навчальному закладі, чи в більш широкому соціальному контексті. Результат 3.4 (68%) вказує на те, що студенти в основному здатні інтегруватися в соціум, мають здатність встановлювати взаємозв'язки з іншими, але деякі все ж відчувають себе відокремленими або ізольованими.

Середній рівень соціальної інтеграції: більшість студентів почуваються частиною університетської спільноти, мають знайомства та міжособистісні зв'язки, але певна частина з них все ж може відчувати себе ізольованими.

Проблеми з інтеграцією у 5 студентів: 5 студентів, які мають низькі оцінки в цій категорії, можуть стикатися з труднощами в побудові соціальних зв'язків, відчувати себе не в своєму колі або відчувати труднощі з належністю до групи, наприклад, через соціальні бар'єри або особисті характеристики.

Соціальна ізоляція: Студенти, які не мають близьких друзів або відчувають себе осторонь групи, можуть переживати соціальну ізоляцію. Це може статися через стрес, труднощі адаптації або відсутність спільних інтересів з іншими.

Труднощі в комунікації: Деякі студенти можуть відчувати дискомфорт під час спілкування з іншими, через що їм складно налаштувати гармонійні стосунки з одногрупниками або викладачами.

Рекомендації для покращення:

Організація групових заходів: Важливо організовувати більше групових заходів, які сприятимуть знайомству студентів між собою та створенню здорових соціальних зв'язків.

Підтримка комунікації: Викладачі та наставники можуть створити можливості для студентів для відкритого спілкування та роботи в групах, щоб вони могли розвивати соціальні навички.

Соціальна активність: Рекомендується брати участь в клубах, гуртках, волонтерських організаціях, що допоможе студентам краще інтегруватися в університетське середовище. Соціальна акцептація вимірює здатність студента розуміти, приймати та будувати здорові міжособистісні стосунки з іншими людьми. Результат 3.6 (72%) свідчить про те, що більшість студентів в основному здатні встановлювати добрі взаємини, розуміти і приймати інших. Однак є певна група студентів, яка має труднощі в міжособистісних стосунках і оцінює свої соціальні взаємодії з оточенням не так позитивно.

Задовільний рівень соціальної акцептації: Студенти здатні будувати здорові стосунки з іншими, а також розуміють і приймають людей такими, якими

вони є. Вони можуть проявляти емпатію, а також конструктивно вирішувати конфлікти та взаємодіяти в групах.

Проблеми у 5 студентів: 5 студентів, які отримали низькі оцінки (2 або 3), можуть стикатися з труднощами у взаєморозумінні та прийнятті інших людей. Це може проявлятися в конфліктах або почутті непорозуміння з одногрупниками або оточенням.

Міжособистісні бар'єри: Студенти можуть відчувати труднощі у взаємодії з іншими через різницю в поглядах, культурах, або просто через недолік досвіду в спілкуванні. Ці проблеми можуть виникати через соціальну тривожність або стрес, що знижує здатність до ефективного спілкування.

Низька емпатія або відсутність взаєморозуміння: Деякі студенти можуть не завжди вміти розуміти почуття інших або мати труднощі з демонстрацією чутливості в стосунках.

Соціальні розбіжності: Студенти, які походять з різних соціальних груп або мають інші погляди, можуть мати труднощі у встановленні взаєморозуміння з іншими членами групи.

Рекомендації для покращення:

Розвиток навичок емпатії: Для студентів з низькими оцінками можна організувати тренінги або семінари на розвиток навичок активного слухання, емпатії та співпереживання.

Групова робота: Студентам корисно брати участь у групових проектах, де вони повинні працювати разом, обговорюючи свої ідеї та знаходячи компроміси, що дозволяє розвивати навички соціальної взаємодії.

Психологічна підтримка: Для студентів з низькими показниками у цій категорії можна організувати підтримку у вигляді консультування або коучінгу, щоб допомогти їм розвинути здорові стосунки з оточенням.

Контроль над соціальним середовищем оцінює здатність студента відчувати себе контролером власного соціального простору, активно брати участь у соціальних процесах і мати вплив на навколишнє середовище. Результат 3.3 (66%) вказує на середній рівень цього аспекту, що означає, що студенти в

основному відчувають, що можуть впливати на своє оточення, але є певні труднощі з більш активним участю в соціальних процесах.

Середній рівень контролю: Більшість студентів здатні контролювати свої соціальні ситуації, мають можливість активно долучатися до подій, дискусій та змін. Проте не всі студенти відчувають себе в змозі впливати на ситуацію або приймати рішення.

Проблеми у 5 студентів: 5 студентів, які оцінюють цю складову низько, можуть відчувати, що не мають можливості впливати на своє соціальне середовище. Це може бути через внутрішні бар'єри або зовнішні умови, які обмежують їх соціальну активність.

Низька соціальна активність: Студенти можуть не брати активну участь у соціальних подіях або не мають можливості впливати на зміни в оточенні через відсутність навичок чи зацікавленості.

Відсутність ініціативи: Деякі студенти можуть не відчувати впевненості або не знати, як долучитися до соціальних процесів і брати на себе відповідальність.

Соціальна ізоляція або стрес: Студенти, які переживають стрес чи соціальну ізоляцію, можуть мати менше бажання або можливості брати участь у соціальних процесах.

Рекомендації для покращення:

Розвиток лідерських навичок: Студентам варто надавати можливості для розвитку лідерських якостей, наприклад, через участь в організації студентських заходів або проєктів.

Менторські програми: Можна організувати менторські програми, де більш досвідчені студенти допомагають новачкам адаптуватися і бути більш активними в соціальних процесах.

Підвищення соціальної активності: Студентам корисно долучатися до різних клубів, волонтерських організацій, що дозволить розширити їх можливості для активної участі в соціальних процесах.

Цілісність життя оцінює здатність студента знаходити сенс у житті, мати чітке уявлення про своє майбутнє і розуміти свою роль у суспільстві. Результат 3.5 (70%) свідчить про те, що більшість студентів мають середній рівень цілісності життя. Вони відчувають, що їхнє життя має сенс, але у деяких є сумніви або невизначеність щодо свого майбутнього.

Середній рівень цілісності життя: Студенти здатні планувати своє майбутнє та бачити загальний напрямок розвитку, але можуть відчувати певну невизначеність щодо того, як досягти своїх цілей чи визначити свою роль у суспільстві.

Проблеми у 5 студентів: 5 студентів мають труднощі в цьому аспекті, що може свідчити про невизначеність щодо свого життєвого шляху, відсутність чітких планів на майбутнє чи розгубленість в питаннях кар'єри.

Невизначеність майбутнього: Студенти, які переживають стрес або не мають чітких цілей, можуть відчувати розгубленість і труднощі в плануванні свого майбутнього.

Вплив змін у житті: Складні життєві умови, зміна обставин чи втрати можуть призводити до невизначеності та розгубленості в пошуках сенсу життя.

Рекомендації для покращення:

Кар'єрне консультування: Студентам варто проводити консультації щодо вибору кар'єри, допомогти знайти напрямок розвитку та відповісти на їхні питання щодо майбутнього.

Розвиток саморефлексії: Корисно проводити рефлексивні практики, що допоможуть студентам чітко визначити свої цілі та бажання на майбутнє.

Менторство і підтримка: Допомога від менторів або викладачів може сприяти розвитку самосвідомості у студентів і допомогти знайти сенс у своєму житті.

2.3 Рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту у процесі підготовки реабілітологів

Розвиток емоційного інтелекту (EI) у процесі підготовки студентів спеціальностей, таких як фізична терапія та ерготерапія, є важливим аспектом для формування професійних навичок та підвищення ефективності роботи з пацієнтами. Реабілітологи, завдяки високому рівню емоційного інтелекту, можуть краще розуміти емоційні потреби своїх пацієнтів, управляти власними емоціями в стресових ситуаціях та створювати довірливу атмосферу взаємодії.

- Впровадження тренінгів з емоційної свідомості та самоусвідомлення Рекомендується включити заняття, що сприяють розвитку самоусвідомлення та емоційної рефлексії. Розпізнавання та усвідомлення власних емоцій є першою складовою емоційного інтелекту, що дозволяє студентам реабілітологічних спеціальностей краще розуміти свої емоційні реакції в стресових ситуаціях. Це допомагає регулювати емоційні реакції на стресові фактори, що можуть виникати в процесі взаємодії з пацієнтами.
- Інтеграція тренінгів із самоконтролю емоцій Важливо забезпечити студентам можливість розвивати навички самоконтролю емоцій, особливо в ситуаціях, що вимагають швидкої реакції, таких як робота з агресивними чи емоційно нестабільними пацієнтами. Для цього можна використовувати техніки релаксації, медитації та глибинного дихання.
- Використання рольових ігор для розвитку емпатії Емпатія, як складова емоційного інтелекту, є надзвичайно важливою для реабілітологів, оскільки дозволяє глибше розуміти емоційні стани пацієнтів. Рольові ігри, в яких студенти повинні зобразити ситуацію взаємодії з пацієнтом, допоможуть розвивати емпатію та здатність ставити себе на місце іншої людини.
- Формування навичок конструктивного вирішення конфліктів Враховуючи, що реабілітологи часто стикаються з пацієнтами, які можуть перебувати в емоційно напруженому стані, важливо навчити студентів методам

конструктивного вирішення конфліктних ситуацій, зокрема за допомогою медіації, активного слухання та прийняття поглядів інших.

- Активне використання технік зниження стресу Реабілітологи часто працюють в умовах стресу, тому важливо навчити студентів різним технікам зниження стресу, які не тільки сприяють особистому саморегулюванню, але й допомагають зберігати спокій під час важких чи напружених ситуацій. Заняття з когнітивно-поведінкової терапії та тренінги з mindfulness можуть бути корисними.
- Навчання навичок ефективного комунікування Для розвитку емоційного інтелекту в реабілітології надзвичайно важливим є вміння правильно та ефективно спілкуватися з пацієнтами, їхніми родичами та колегами. Це включає як вербальні, так і невербальні способи комунікації, що дозволяють зменшити емоційне напруження і сприяти ефективному обміну інформацією.
- Систематичне використання зворотного зв'язку Регулярний зворотний зв'язок як від викладачів, так і від однолітків сприяє саморозвитку та самоусвідомленню студентів. Рекомендується проводити оцінювання емоційного інтелекту за допомогою тестів та опитувальників, що дозволяє виявити слабкі місця та надати студентам рекомендації для їх покращення.
- Розвиток навичок міжособистісної взаємодії в групах Важливим аспектом для розвитку емоційного інтелекту є групова робота, в процесі якої студенти можуть навчатися ефективній командній взаємодії. Завдяки такій роботі можна розвивати навички емоційного регулювання у стосунках з іншими людьми, а також тренувати здатність до адаптації в колективі.
- Організація тренінгів з соціальної інтеграції та прийняття різноманітності У реабілітаційній практиці часто виникають ситуації взаємодії з людьми різного соціального, культурного та психологічного фону. Розвиток емоційного інтелекту через тренінги з соціальної інтеграції та прийняття різноманітності сприятиме створенню інклюзивної та підтримуючої атмосфери в реабілітаційних установах.

- Навчання принципам психологічної стійкості. Рекомендується включати курси з психології, що допомагають студентам здобувати знання та навички психологічної стійкості, які є важливими для ефективного реагування на складні ситуації, пов'язані з високим рівнем емоційної напруги.
- Інтеграція методів когнітивно-поведінкової терапії для покращення емоційного регулювання Використання когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) допоможе студентам оволодіти техніками переробки негативних емоційних реакцій, що важливо для роботи з пацієнтами, які переживають стрес або травми.
- Стимулювання розвитку інтелектуальної гнучкості Інтелектуальна гнучкість дозволяє адаптуватися до змінюваних умов і вирішувати проблеми за допомогою різних підходів. Це може включати аналіз різних емоційних ситуацій і пошук найбільш ефективних стратегій взаємодії з пацієнтами.
- Формування стійкості до емоційного вигорання Враховуючи високий рівень емоційного навантаження у реабілітологів, необхідно навчати студентів методам профілактики вигорання. Це може бути досягнуто через регулярні сесії психологічної підтримки, заняття з релаксації та вправи на зміцнення психічної стійкості.
- Створення програм для розвитку емоційного інтелекту в реабілітаційних установах Включення спеціальних програм для студентів і практикантів, які будуть працювати в реабілітаційних установах, допоможе їм краще адаптуватися до роботи в реальному середовищі та розвивати емоційний інтелект, необхідний для ефективної взаємодії з пацієнтами.
- Підвищення рівня обізнаності студентів про важливість емоційного інтелекту Важливо підвищити свідомість студентів про те, наскільки важливим є емоційний інтелект для їхньої майбутньої професії. Організація лекцій, семінарів та тренінгів на тему емоційного інтелекту допоможе сформувати у студентів мотивацію для саморозвитку в цьому напрямі.

Розвиток емоційного інтелекту у підготовці реабілітологів є важливим етапом, який має позитивний вплив на їх професійну діяльність, взаємодію з пацієнтами та забезпечення якісного процесу реабілітації. Впровадження

рекомендацій, спрямованих на розвиток емоційної свідомості, самоконтролю, емпатії та конструктивної комунікації, дозволить значно підвищити ефективність реабілітаційної допомоги та сприяти психологічному благополуччю як самих студентів, так і їхніх майбутніх пацієнтів.

Висновки до розділу

У дослідженні, яке проводилось серед 50 здобувачів освіти спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» Хмельницького національного університету, факультет здоров’я, психології, фізичної культури та спорту, було вивчено психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту у студентів, що знаходяться на етапі ранньої дорослості (19-24 роки). Це важливий період для розвитку ключових соціальних і емоційних навичок, необхідних для ефективного виконання професійних обов'язків у сфері реабілітації.

Дослідження передбачало застосування комплексного підходу до аналізу емоційного інтелекту, що включало використання кількох методик, які дозволили отримати комплексне уявлення про рівень розвитку емоційної свідомості, здатності до самоконтролю, емпатії, а також соціальної адаптації студентів. Оцінка емоційного інтелекту була здійснена за допомогою таких інструментів, як методика «MEI» (М. Манойлова), тест Н. Холла, а також опитувальник «Шкала соціального благополуччя» (К. Кіз). Це дозволило не лише оцінити рівень розвитку емоційного інтелекту, але й вивчити його зв'язок з іншими психологічними характеристиками, що мають важливе значення для професійної діяльності майбутніх реабілітологів.

За результатами дослідження були створені рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту у процесі підготовки реабілітологів, які передбачають включення специфічних тренінгів і практичних завдань у навчальний процес. Рекомендації стосуються розвитку таких аспектів емоційного інтелекту, як управління емоціями, соціальна адаптація, емпатія та саморегуляція. Підготовка фахівців у цій сфері повинна включати психологічні тренінги для розвитку

емоційної обізнаності, покращення навичок міжособистісної взаємодії та емоційного самоконтролю, що є необхідними для професійної діяльності реабілітологів.

Рекомендації з розвитку емоційного інтелекту зокрема акцентують на необхідності створення сприятливого середовища для практичних тренінгів, що допоможуть студентам не лише вивчити теоретичні основи, а й розвивати практичні навички в емоційному управлінні, що є критичними для професійної реабілітаційної діяльності. Такий підхід дозволить майбутнім реабілітологам ефективно взаємодіяти з пацієнтами, підтримувати емоційне благополуччя як пацієнтів, так і себе, що, в свою чергу, підвищить загальну ефективність надання реабілітаційних послуг. Використання комплексного підходу до оцінки емоційного інтелекту дозволило не лише зібрати дані для подальшого розвитку навчальних програм, але й виявити потенційні напрямки для покращення підготовки реабілітологів у контексті емоційної та соціальної компетентності.

ВИСНОВКИ

У процесі дослідження емоційного інтелекту в контексті професійної підготовки реабілітологів було здійснено комплексний теоретичний аналіз цього поняття в психологічній літературі, а також розглянуті основні підходи до вивчення емоційного інтелекту та його формування. Теоретичний огляд підтвердив важливість емоційного інтелекту для професійної діяльності реабілітологів, оскільки він включає в себе ключові навички, такі як здатність до саморегуляції, емпатії, розпізнавання емоцій інших людей та їх управління. Ці навички мають значний вплив на ефективність взаємодії з пацієнтами, що є основною частиною роботи реабілітолога.

Вивчення емоційного інтелекту у професійному контексті вказує на необхідність його розвитку у студентів реабілітологічних спеціальностей. Це дозволяє їм краще адаптуватися до вимог професії, зокрема в умовах високого емоційного навантаження, стресових ситуацій та складних міжособистісних взаємодій. Формування емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки є важливим етапом, оскільки дозволяє майбутнім реабілітологам набувати необхідних навичок для ефективної роботи з пацієнтами та підтримки їх психологічного благополуччя.

Емпіричне дослідження, проведене в межах цієї роботи, дало змогу не лише оцінити рівень розвитку емоційного інтелекту серед студентів, але й виявити важливі взаємозв'язки між емоційним інтелектом та соціальним благополуччям. Це підтвердило, що емоційний інтелект відіграє важливу роль у соціальній адаптації та психологічному самопочутті студентів, що є ключовим для їх майбутньої професійної діяльності.

На основі отриманих результатів були сформульовані рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту у процесі підготовки реабілітологів. Вони включають впровадження тренінгів і психологічних занять, спрямованих на покращення емоційної обізнаності, саморегуляції та міжособистісної взаємодії. Такий підхід сприятиме формуванню у студентів необхідних емоційних та

соціальних компетенцій, що є основою для ефективної професійної діяльності в галузі реабілітації.

Таким чином, дослідження підкреслює значущість розвитку емоційного інтелекту у процесі професійної підготовки реабілітологів, а також важливість інтеграції спеціалізованих тренінгів та програм розвитку емоційних навичок у навчальний процес для досягнення високої ефективності в професійній діяльності в майбутньому.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Лящ О.П. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень. Проблеми сучасної психології. 2013. No 22. С. 324–335.

2. Мазоха І. Аналіз проблеми емоційного інтелекту як особистісного ресурсу. Сучасна психологія: проблеми та перспективи.2020. С. 100–104.

3. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект : концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ, 2003. 159с.

4. Опанасюк І.В. Психологічна сутність феномену «емоційний інтелект». Збірник наук. праць : філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. Василя Стефаника», 2013. Вип. 18. Ч. 1. 213 с.

5. Грінштейн Р.Л. Емоційний інтелект: теорія та практика. Київ: Либідь, 2012. – 256 с.

6. Даниленко В.М. Психологія емоційного інтелекту: теорія, практика, дослідження. Київ: Видавництво «Наукова думка», 2014. – 320 с.

7. Бар-Он, Р. Емоційний інтелект: значення, вимірювання і практичне застосування. Київ: «Основи», 2015. – 312 с.

8. Салінець І.О. Емоційний інтелект у психологічному контексті професійної діяльності. Психологія і суспільство. 2016. № 10. С. 124–137.

9. Карасьова Т.В. Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в контексті професійної підготовки. Вісник Львівського університету. Серія педагогічна. 2017. № 24. С. 56–65.

10. Петрова Л.В. Психологічні аспекти емоційного інтелекту в контексті медичної реабілітації. Журнал клінічної психології та психотерапії. 2018. № 8. С. 202–213.

11. Петрова Л.А. Емоційний інтелект як основа ефективної міжособистісної взаємодії в професійній діяльності. Український журнал психології. 2019. № 5. С. 112–120.

12. Ковальова Н.П. Психологія емоційної регуляції у професійній діяльності. К.: Кондор, 2014. – 210 с.

13. Батіг О.І. Роль емоційного інтелекту в професійному розвитку. Психологічні проблеми соціальної адаптації. 2017. № 9. С. 67–75.

14. Дем'янчук Л.І. Особливості розвитку емоційного інтелекту у студентів медичних спеціальностей. Медична психологія. 2018. № 3. С. 144–152.

15. Манойлова М.В. Модель емоційного інтелекту в професійній діяльності. Психологія праці та соціальна психологія. 2016. № 7. С. 88–101.

16. Яковлева Т.М. Роль емоційного інтелекту в розвитку професійних компетенцій реабілітологів. Психологія здоров'я. 2017. № 11. С. 49–57.

17. Чернишова О.Г. Розвиток емоційного інтелекту у майбутніх фахівців у сфері охорони здоров’я. Збірник наукових праць. 2016. № 4. С. 123–130.

18. Дубровіна В.М. Емоційний інтелект у системі професійної підготовки студентів. Науковий вісник. 2016. № 6. С. 211–218.

19. Розвадовська Т.А. Розвиток емоційного інтелекту у молоді: особливості навчального процесу. Соціальна психологія. 2018. № 2. С. 43–50.

20. Боярчук Н.С. Психологічні аспекти емоційної регуляції в умовах професійної діяльності. Журнал практичної психології. 2015. № 8. С. 99–106.

21. Тихомирова О.А. Роль емоційного інтелекту в педагогічній діяльності. Психологічні дослідження. 2017. № 4. С. 98–104.

22. Шмидт М.Я. Особливості розвитку емоційного інтелекту у студентів соціальних професій. Журнал соціальної психології. 2019. № 12. С. 56–62.

23. Белоусова О.М. Психологія професійного розвитку майбутніх медичних працівників: емоційний інтелект як складова професіоналізму. Вісник Харківського університету. 2016. № 8. С. 123–129.

24. Яковенко О.І. Роль емоційного інтелекту у формуванні професійної поведінки майбутніх лікарів. Вісник Луганського національного університету. 2015. № 14. С. 104–113.

25. Сучасні проблеми психології. Роль емоційного інтелекту у професійній діяльності. Львів: ЛНУ, 2014. – 300 с.

26. Яковлева С.С. Особливості формування емоційного інтелекту у студентів медичних спеціальностей. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2017. № 15. С. 78–85.

27. Рогова Т.М. Соціально-психологічні аспекти розвитку емоційного інтелекту у майбутніх реабілітологів. Вісник Запорізького національного університету. 2016. № 3. С. 102–108.

28. Камінська В.В. Психологія емоційного інтелекту в контексті медичної реабілітації. Київ: Академвидав, 2015. – 256 с.

29. Лящ О. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці : дис док. наук з псих. : 19.00.07. «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2021. 458 с.

30. Марчук С. В. (2022). Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. Науковий вісник ужгородського національного університету. серія: психологія, (3), 20-23. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.4

31. Gardner, H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York: Basic Books, 1993. 304p

32. Mayer, J.D. and Salovey, P. Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings . Applied and Preventive Psychology. 1995. V. 4. P. 197–208.

33. Mayer, J.D., and Salovey, P. The Intelligence of emotional intelligence. Intelligence.1993. V. 17. No 4. P. 433–442.

34. Leeper R. Cognitive learning theory. R. Leeper– In: Learning: theo ries. N. Y., 1970. 325 p.

35. Lemberg, B. Emotsionalnyy intellekt. Kak razum obshchaetsya s chuvstvami. Emotional intelligence. How the mind com-municates with feelings. Saint Petersburg : Vector. 2013.

36. Goleman, D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books, 1995. – 358 p.

37. Salovey, P., Mayer, J.D. Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 1990, Vol. 9, No. 3, pp. 185–211.

38. Bar-On, R. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). Psicothema, 2006, Vol. 18, pp. 13–25.

39. Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D.R. Emotional Intelligence: New Ability or Eclectic Traits? American Psychologist, 2008, Vol. 63, No. 6, pp. 503–517.

40. Petrides, K.V., Furnham, A. Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigations. In: Handbook of Emotional Intelligence, 2003, pp. 275–310. San Francisco: Jossey-Bass.