

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

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У МАЙБУТНІХ
ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ

Назва теми

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність 053 «Психологія»

Шифр і назва спеціальності

Шифр _____

номер ІНП

Виконав: студент 2-го курсу, ППм-22-1 _____

Підпис

Вадим КРИВИЙ

Ім'я, Прізвище

Керівник к. психол. н., доцент _____

Науковий ступінь, вчене звання

Підпис

Олена КУЛЕШОВА

Ім'я ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

д. психол. н., професор _____

Підпис

Таїсія КОМАР

Ім'я ПРІЗВИЩЕ

_____ 2023 р.

Хмельницький 2023

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи: «Особливості розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю»

Здобувач Вадим КРИВИЙ

Керівник Олена КУЛЕШОВА

Кваліфікаційна робота включає 74 сторінки, 8 таблиць, 15 рисунків, перелік джерел посилання складає 53 найменування, 4 додатки.

Ключові слова: емоційний інтелект, структура емоційного інтелекту, емоції, стрес, емпатія, ідентифікація емоцій, професійна підготовка, методика.

Об'єктом дослідження є емоційний інтелект майбутніх фахівців соціономічного профілю.

Предметом дослідження є особливості розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю.

За результатами дослідження визначено сутність поняття «емоційний інтелект», проаналізовано підходи до вивчення даного феномену в сучасній науці, описано структуру емоційного інтелекту та критерії виділення її компонентів, виявлені особливості розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю.

Одержані результати можуть бути використані в рамках освітніх програм підготовки фахівців у сфері соціально-поведінкових наук, педагогіки та соціальної роботи, а також при розробці спецкурсів, у викладанні психологічних дисциплін. Проведене дослідження не тільки розширює розуміння емоційного інтелекту в освітньому середовищі, але і надає конкретні рекомендації для практичного впровадження в освітні програми та роботу зі студентами.

Дипломник

Вадим КРИВИЙ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 08 грудня 2023 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ	11
1.1 Теоретичні підходи до вивчення проблеми емоційного інтелекту	11
1.2 Структура емоційного інтелекту та критерії визначення її компонентів	20
1.3 Розвиток емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки майбутніх фахівців соціономічного профілю	28
Висновки до розділу	36
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ	37
2.1 Організація та обґрунтування методів емпіричного дослідження	37
2.2 Аналіз результатів дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту	45
2.3. Тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування	62
Висновки до розділу	69
ВИСНОВКИ	71
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	75
ДОДАТКИ	80
Додаток А Методика діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла)	80
Додаток Б Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В. Зарицької)	83
Додаток В Опитувальник емоційного інтелекту ЕмІн (Д. Люсіна)	88
Додаток Г Тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту для студентів соціономічного профілю	94

ВСТУП

Актуальність теми. Починаючи з 50-х років минулого століття, в галузі психології відбулися значущі зміни, що надали можливість вченим розглядати перетворення парадигми у вивченні емоційного інтелекту, уточнюючи предмет та об'єкт дослідження. Прояви емоційного інтелекту стали важливою складовою розвитку сучасної психології. Щороку зростає кількість досліджень, присвячених аспектам емоційного інтелекту. Важливо відзначити, що практичний інтерес до вивчення емоційного інтелекту вже зараз виходить за межі теоретичного дискурсу. Значущість емоційного інтелекту особливо важлива в сферах психології, педагогіки та соціальної роботи, де відбувається безпосередня взаємодія зі студентами, учнями чи клієнтами. Сучасне оточення в освітній та соціальній сферах визначається високим рівнем складності. Запровадження нових методик, трансформація засобів навчання, поява нових запитів вимагають підтримки конкурентоспроможності від освітніх установ, психологічних та соціальних служб. Гнучкість і динаміка цих сфер мають швидко реагувати та застосувати сучасні, іноді нестандартні, інноваційні методи та рішення в управлінні ресурсами. Управління людськими взаєминами, побудоване на ефективних психологічних, педагогічних технологіях та методах соціальної роботи, з врахуванням актуальних досліджень у галузі психології професійної діяльності, сприятиме досягненню цілей, як для освітніх установ, так і для їхніх працівників. Тому важливо акцентувати увагу на емоційному менеджменті, базованому на концепції емоційного інтелекту.

У галузі психології, особливо для працівників соціономічного профілю, відбулися значущі трансформації, що надали можливість розглядати роль фахівця як універсального управлінця – ключову посаду, що знаходить своє застосування у різних сферах. Від їхньої ефективності залежать не лише благополуччя та успіх індивідів, але й розвиток суспільства в цілому. Професії соціономічного профілю віднесені до суб'єкт-суб'єктного типу і характеризуються високою емоційною напруженістю, інтенсивною

взаємодією та стресогенністю, що потребує високого рівня емоційно-вольової регуляції особистості. Отже, розвиток емоційного інтелекту та емоційної компетентності стає ключовим аспектом професійного зростання цих фахівців. Важливо підкреслити, що емоційна компетентність безпосередньо пов'язана з емоційним інтелектом і становить основу для успішної психологічної, педагогічної та соціальної роботи. Такий підхід сприяє покращенню якості взаємодії з клієнтами, учнями чи підопічними, а також підвищує ефективність і вплив у цих важливих сферах діяльності.

Розвиток емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю є одним із найважливіших завдань сучасного освітнього процесу та в цілому соціально-економічної сфери. Особливо актуальною ця проблема стає в умовах постійних змін в українському суспільстві та в сфері розвитку технологій, що вимагають від майбутніх фахівців більшої компетентності в системі міжособистісних відносин, уміння ефективно спілкуватися, вирішувати конфлікти та приймати рішення на основі емоційного інтелекту.

Крім того, актуальність дослідження цієї проблеми визначається необхідністю підготовки майбутніх фахівців соціономічного профілю до роботи в умовах високого рівня несприйняття та конфліктів в соціумі. Розуміння та ефективне володіння емоціями дасть можливість їм керувати стресом, краще адаптуватися до складних ситуацій та підвищити ефективність комунікації з клієнтами, колегами, учнями та іншими стейкхолдерами. Крім того, соціономічний профіль вимагає від фахівців розвинутих умінь приймати важливі та швидкі рішення, що часто базуються на аналізі складних інформаційних потоків і специфікації ризиків. Розвинені вміння сприймати та аналізувати власні та чужі емоції суттєво підвищують якість рішень та відповідальність при їх прийнятті.

Все це дає підстави вважати проблему розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю надзвичайно важливою та актуальною. Дослідження в цій галузі допоможуть розробити ефективні методики навчання та підготовки студентів, що будуть сприяти підвищенню

їхньої професійної компетентності та спроможності впливати на соціально-економічні процеси в сучасному суспільстві.

В психологічній науці проблема емоційного інтелекту знайшла своє відображення в численних аспектах: сучасні дослідження в галузі загальної і когнітивної психології (В. Зінченко, Б. Величковський, О. Тихомиров, В. Мазилів, Д. Ушаков); концепціях саморегуляції діяльності й активності суб'єкта (Б. Ананьєв, Л. Анциферова, В. Зінченко, Н. Коврига, О. Крилов, Г. Никифоров); сучасні теоретичні та емпіричні дослідження емоційного інтелекту (R. Bar-On, D. Caruso, R. Boyatzis, R. Cooper, D. Goleman, R. Roberts, M. Zeidner, A. Sawaf, J.D. Mayer, G. Matthews, P. Salovey, Д. Люсін, та інші); сучасні дослідження в галузі соціальної психології (О. Власова, В. Романова, В. Козлов, В. Новіков, В. Назаров, Н. Фетіскін та інші); регуляції емоційно-мотиваційної сфери особистості (К. Параскевова, К. Ізард, В. Вілюнас, Є. Ільїн та інші).

Дослідження, що проведені науковцями в сфері взаємодії емоційного інтелекту й успішністю професійної діяльності, доводять, що розвинутий емоційний інтелект є значущою детермінантою ефективності професійної діяльності. Актуальність проблеми дослідження емоційного інтелекту студентів в умовах вищої освіти обумовлена необхідністю виявлення особливостей його розвитку в процесі їх професійної підготовки. Це дасть можливість, з одного боку, майбутнім фахівцям задовольнити потреби у високому рівні розвитку емоційного інтелекту, а з іншого – потребу суспільства у кваліфікованих спеціалістах соціальної сфери.

Об'єкт дослідження – розвиток емоційного інтелекту.

Предмет дослідження – особливості розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціальної професії.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціальної професії та розробити тренінгову програму розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз соціально-психологічної літератури з проблеми дослідження емоційного інтелекту.
2. Визначити критерії, конструкти та особливості розвитку емоційного інтелекту.
3. Емпірично дослідити рівні розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю.
4. Розробити тренінгову програму розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування.

Гіпотеза дослідження: розроблена тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту, сприятиме підвищенню рівня емоційної компетентності, соціальної адаптації та загального благополуччя студентів соціономічного профілю. Активна участь у тренінгу та впровадження рекомендацій програми призведе до покращання навичок управління власними емоціями, емпатії та розуміння емоцій інших осіб серед учасників, що в свою чергу позначиться на їхньому академічному, соціальному та професійному успіху.

Методи дослідження:

теоретичні: аналіз психологічної, соціальної та педагогічної літератури з метою визначення науково-теоретичного підґрунтя дослідження; методи узагальнення; класифікація, порівняння;

емпіричні: анкетування, тестування та опитування: Методика діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла); Опитувальник емоційного інтелекту EmIn (Д. Люсіна); Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В. Зарицької);

методи математичної обробки даних: кількісний та якісний аналіз.

Практичне значення роботи полягає в тому, що визначені особливості розвитку емоційного інтелекту дозволять майбутнім фахівцям соціономічного профілю удосконалювати себе в професійній діяльності, формувати індивідуальний стиль взаємодії з людьми, реалізувати синергетичний ефект,

вирішувати завдання спільної діяльності, підвищувати особистісну ефективність та продуктивність розумової діяльності. Наукові напрацювання можуть бути використані в рамках освітніх програм підготовки фахівців у сфері соціально-поведінкових наук, педагогіки та соціальної роботи, а також при розробці спецкурсів.

Експериментальна база дослідження. Емпіричне дослідження здійснювалась на базі гуманітарно-педагогічного факультету та факультету здоров'я, психології, фізичної культури та спорту Хмельницького національного університету зі студентами I-х та IV-х курсів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота», «Середня освіта. Фізична культура та спорт». У дослідженні взяли участь 60 студентів, віком від 17 до 24 років.

Апробація результатів дослідження. Отримані під час дослідження теоретичні висновки та результати емпіричного дослідження були представлені на XIII-й Всеукраїнській науково-практичній конференції здобувачів вищої освіти та молодих науковців «Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору», (м. Хмельницький, 30 листопада 2023 року), опубліковані тези «Проблема розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю» та стаття «Результати дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю».

Структура роботи складається із вступу, 2 розділів, висновків, переліку джерел посилання з 53 найменувань, 4 додатків. Основний зміст роботи викладений на 74 сторінках.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

1.1 Теоретичні підходи до вивчення проблеми емоційного інтелекту

Поняття «емоційний інтелект» з'явилося під час розробки проблематики соціального інтелекту такими дослідниками, як Х. Гарднер, Дж. Гілфорд, Г. Айзенк. На сьогоднішній день дослідження емоційного інтелекту є цілком самостійним напрямом. В 1995 році здобула популярність книга «Емоційний інтелект» Д. Гоулмана, де представлений погляд на емоції як область інтелекту [44, с.153-162].

Вперше термін «емоційний інтелект» в психологію ввели П. Селовей та Дж. Майер, які визначили емоційний інтелект як здатність сприймати та виявляти емоції, асимілювати думки й емоції, розуміти та пояснювати, а також регулювати їх (свої власні та інших людей) [46]. Автори в 1990 році розробили одну із перших та найвідоміших моделей цього конструкту. В той же час вони почали розробляти методики для дослідження емоційного інтелекту [47]. З часом, науковці, на основі отриманих даних, доопрацювали та вдосконалили теоретичну модель. Також змін зазнала і сама методика, поки у 2002 році не був створений стандартизований опитувальник для вимірювання емоційного інтелекту MSCEIT v.2.0 (The Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test) [45]. Впровадженню терміну «емоційний інтелект» у сучасну наукову парадигму передувала поступова зміна точки зору на співвідношення пізнавальних та емоційних процесів [1].

У зарубіжній психологічній науці періоду ХХ-ХХІ століття Дж. Майер виділив та описав п'ять періодів вивчення емоційного інтелекту [46].

Перший період, що тривав з 1900 до 1969 року, характеризується відносно ізольованими дослідженнями емоцій та інтелекту. Цей період відзначається появою і розвитком тестів логіко-математичного і вербального

інтелекту, а також початком вивчення соціального інтелекту. Концепція інтелекту залишається виключно когнітивною [18]. На концептуальному рівні досліджень емоцій основна увага спрямована на проблему первинності – чи є емоції фізіологічними реакціями чи ж психічними явищами? Чи розглядаються емоції як детерміновані культурними особливостями чи патологічними відхиленнями та гіперчутливістю. Дослідження емоцій проводяться, головним чином, окремо від наукових досліджень інтелекту. Здійснювались перші спроби аналізу взаємозв'язків між когнітивними й афективними процесами. Наприклад, німецький філософ і психолог Дж. Майер, поруч із логічним мисленням, що базується на судженнях, виокремлює «емоційне», де основну роль відіграють потреби почуття і волі [47, с.574].

Першочерговий внесок у розбудову загальнопсихологічних основ поняття «емоційний інтелект» належить видатному психологові Р. Торндайку, який вперше в психології виокремив соціальний інтелект як невід'ємну складову загального інтелекту. Р. Торндайк, роз'яснюючи термін «соціальний інтелект», акцентує увагу на здатності людини розуміти інших у міжособистісних відносинах та комунікації. Вчений виділяє цей аспект визначення IQ – коефіцієнта інтелекту. Поняття емоційного інтелекту, актуалізоване в науковому середовищі, отримало різноманітні тлумачення у різних галузях знань, збагачуючись змістом окремих наукових напрямків [41].

Вчення психолога Д. Векслера виявилось переломним у традиційному розумінні інтелекту. Науковець вперше висунув припущення щодо існування різних видів мислення, що представляють окремі компоненти загального інтелекту, але відрізняються від традиційного IQ. Д. Векслер наполягав на включенні неінтелектуальних аспектів загальних здібностей до IQ, розглядаючи під неінтелектуальними аспектами не лише «загальну працездатність» психіки, але й її «афективно-регулятивні» компоненти, завдяки яким людина може тривалий час знаходитися у сфері значущих для неї проблем [32].

У 1960-і роки виникли когнітивістські теорії емоцій, з них найбільш значущою є когнітивно-фізіологічна, яка розроблена С. Шерером. Згідно з цією теорією, емоції виникають не лише через стимули, що викликають фізіологічні реакції, але й через минулий досвід та здатність оцінювати ситуацію під певним кутом зору, враховуючи потреби та інтереси, що переважають у конкретний момент часу. С. Шерер визначає емоційні стани як результат взаємодії активації та умовиводів особи щодо причин її збудження, враховуючи аналіз ситуації, в якій виникла емоція [52].

У 1970-80-х роках виник підвищений інтерес до вивчення взаємодії емоцій і мислення. Вчені досліджували зв'язок між настроєм і креативністю, вплив депресії на реалістичність мислення, а також здатність до емоційної саморегуляції [2]. Висловлено припущення про «когнітивне коло», яке об'єднує настрій і судження: негативні емоції призводять до негативних думок, які посилюють інтенсивність емоційних переживань, а позитивні емоції активізують позитивні думки.

Деякі вчені висловлюють твердження про емоції як одну з підсистем свідомості, розглядаючи їх у межах когнітивної теорії як функцію розуму. Важливим елементом когнітивної концепції Р. Лазаруса є ідея про пізнавальну детермінацію емоцій, де когнітивне опосередкування розглядається як необхідна передумова для виявлення емоцій [22].

З цього стає очевидним, що психологи надають великого значення сформульованому Л. Шпітцом постулату, відповідно до якого конкретні емоції визначають звичайні стани свідомості, і, навіть, передують когнітивним процесам. У клінічній практиці вивчалися труднощі у вираженні емоцій пацієнтами при певних патологіях [30]. У 1973 році П. Сіфнеос ввів термін «алекситимія», описуючи його як стан, що протистоїть стану людини з високорозвиненим емоційним інтелектом. Алекситимія перш за все пов'язана із низьким рівнем здібностей до вербального вираження почуттів, їхніх відмінностей, ускладненими у відображенні та описі оточуючим людям, що, по суті, є своєрідною емоційною байдужістю та холодністю.

Введенню поняття «емоційний інтелект» сприяли досягнення у різних галузях наук, які вивчають людину [28]. Дослідження, присвячені функціонуванню мозку, показують тісний зв'язок між емоціями та когніціями. У галузі дослідження невербальної комунікації розробляються нові методики, спрямовані на вивчення сприйняття невербальної інформації, зокрема, для виявлення емоцій у міміці та пантоміміці. Важливим є також те, що емпіричні дослідження соціального інтелекту підтверджують можливість виділення соціальних вмінь, емпатії, просоціальних установок, соціальної тривожності та рівнів емоційної чутливості [26].

Розвиваючи ідею різноманітності форм вияву інтелектуальних функцій Л. Терстоуна, Г. Гарднер розглянув категоризацію більшості підвидів інтелекту [43, с.227]. В 1983 р. науковець сформулював припущення щодо можливості існування різних інтелектуальних здібностей, включаючи інтрапсихічні та міжособистісні здібності. Автором запропоновано сім різних форм інтелекту: лінгвістичний, просторовий, логіко-математичний, тілесно-кінестетичний, музичний, міжособистісний та внутрішньо-особистісний. Кожна із цих інтелектуальних здібностей важлива для успіху в конкретній сфері життєдіяльності. Вчений наголошує, що цінність кожного компоненту інтелекту визначається соціальними нормами, що можуть стимулювати або, навпаки, гальмувати розвиток вищезазначених інтелектуальних здібностей. Г. Гарднер вживає термін «множинність виявлення інтелекту», який адекватніше описує концепцію єдиного інтелекту. У 1993 р. вийшла його книга «Множинність виявлення інтелекту», в якій визначено поняття «емоційний інтелект» і запропоновано розглядати його у двох формах: міжособистісній і внутрішньо-особистісній. Під міжособистісним емоційним інтелектом вчений визначає здатність людини розуміти інших та усвідомлювати мотиви їхньої поведінки, ставлення до роботи, приймати рішення, як краще співпрацювати з людьми. Внутрішньо-особистісний емоційний інтелект визначається як здатність формувати точну модель власного «Я» і використовувати її для забезпечення ефективної

життєдіяльності. Отже, модель Г. Гарднера дозволила реалізувати більш інтегрований, але водночас більш диференційований підхід до розуміння природи та форм вияву інтелекту.

Р. Стенберг розширив концепцію «практичного інтелекту», означаючи його як «...здатність адаптуватися, змінювати або переосмислювати ситуації, що виникають у реальному житті» [36, с.35]. В його теорії інтелект розглядається як розгалужена інформаційна система, яка дозволяє людині адаптуватися до навколишнього середовища. Три основні елементи розумової саморегуляції включають адаптацію до оточуючого середовища, вибір сприятливого середовища та зміну оточуючого середовища.

У 1985 році Р. Бар-Он вперше вводить термін «коефіцієнт емоційності» і пропонує метод його вимірювання (EQ-i) [42]. У 1986 р. термін «емоційний інтелект» вперше з'явився у дисертаційному дослідженні В. Пейна. Виділяючи емоційний інтелект серед інших форм інтелекту, вчений наголосив, що факти, значення, істини та взаємозв'язки емоційного інтелекту існують в сфері емоцій. Таким чином, науковець висловив важливу думку, що почуття є фактами, значення відчуваються, істини є емоційними істинами, а взаємозв'язки – міжособистісні. Важливо відзначити, що деякі інтерпретації емоційного інтелекту, хоча більш розгорнуті порівняно з позицією В. Пейна, не містять прямих посилань на сам термін «емоційний інтелект».

Передумови введення поняття емоційного інтелекту в 1980-х роках виникали та розвивалися в суміжних галузях знань. В літературі, присвяченій проблемам психічного розвитку дитини, можна виявити термін «емоційна обдарованість». Опосередкованими передумовами «змішаних моделей» емоційного інтелекту слугували концепція теорія самоактуалізації А. Маслоу, самоефективності А. Бандури, та уявлення про важливість емоційного життя у клієнтцентрованій терапії К. Роджерса. Зокрема, А. Бандура визначає психологічне функціонування людини як безперервні взаємовпливи: поведінкові, когнітивні та фактори середовища. В цьому динамічному процесі когнітивні компоненти відіграють ключову роль в організації та регулюванні

діяльності людини [33]. Дослідники, такі як П. Селовей та Дж. Майєр, підкреслювали вплив емоційних явищ на пізнання, регулюючи його й опосередковуючи особистістю [51]. З цими передумовами науковцям довелося об'єднати різні напрямки досліджень, що опосередковано вказували на існування емоційного інтелекту, чітко визначити термін та ввести його в науковий контекст.

Початок третього періоду можна визначити 1990 роком, коли Дж. Майєр та П. Селовей представили визначення та методика вимірювання поняття «емоційний інтелект» (EQ). Ця методика містила важливі докази на користь існування емоційного інтелекту як одного із видів інтелекту [47]. Щоб розглядати емоційний інтелект як стандартний вид інтелекту, його потрібно операціоналізувати як розумову здатність відповідно до кореляційного критерію, що збільшується з віком і розвивається, подібно до інших видів інтелекту. Надалі було продемонстровано, що емоційний інтелект відповідає цим критеріям, визначаючи його як розумову здатність. Сучасні дослідники використовують окремі методи для вимірювання емоційного інтелекту.

Результатом факторного аналізу було виділення загального фактору емоційного інтелекту (GEI), що охоплює три субфактори: емоційну перцепцію, розуміння й управління емоціями. Існує також чотирьох-факторна модель, де одним із компонентів є менш виражений субфактор – фасилітація мислення. Загальний фактор емоційного інтелекту вступає в корелятивні зв'язки з іншими видами інтелекту, зокрема, з вербальним, вказуючи на те, що емоційний інтелект може бути окремою розумовою здатністю. Виявлено, що рівень емоційного інтелекту зростає від раннього підліткового віку до ранньої дорослості. Емоційний інтелект розглядається як когнітивна здатність розмірковувати про емоції та використовувати їх для поліпшення розумової діяльності, включаючи точне розрізнення емоцій, викликання їх для поліпшення мислення, розуміння емоцій й емоційних знань, а також усвідомлене регулювання емоцій для сприяння емоційному та інтелектуальному зростанню [49].

Протягом четвертого періоду, як описав Дж. Майєр, стався незвичайний поворот подій: термін «емоційний інтелект» почав популяризуватися, а коло досліджень розширюватися. Ця популяризація розпочалася з книги Д. Гоулмана «Емоційний інтелект». Д. Гоулман та його послідовники перетворили емоційний інтелект на гасло для досліджень і публічної політики. Прихильники популістських підходів до емоційного інтелекту стверджували, що він є «ключем» до успіху в різних сферах життя. З'явилося безліч методик для вимірювання емоційного інтелекту, і психологічні агенції активно впроваджували розвиток емоційного інтелекту в бізнесі та навчанні [46].

П'ятий період, який триває з 1998 року і до сьогоднішнього дня, відзначається безліччю пропозицій щодо удосконалення концепції емоційного інтелекту, а також впровадженням нових методик його вимірювання. Появляються рецензовані наукові статті, присвячені цій проблематиці. Однак, на думку Дж. Майєра, дослідження в цій галузі психології ускладнюються популістськими уявленнями про емоційний інтелект, його визначення та методи вимірювання, що доволі часто відхиляються від наукової парадигми. На сьогоднішній день в літературі існують «два» підходи до визначення емоційного інтелекту: «популярний» емоційний інтелект, який, швидко набувається та виступає кращою детермінантою успіху в житті, та «інший» емоційний інтелект, який є науковим феноменом [52]. Отже, розробка та узгодження поняття «емоційний інтелект» стали результатом еволюції уявлень щодо природи когнітивних й афективних процесів та їх тісного взаємозв'язку.

На думку Д. Люсіна, емоційний інтелект це здатність розуміти свої та чужі емоції і керувати ними. Розуміння емоцій включає в себе визнання факту наявності емоційного переживання, ідентифікацію конкретної емоції та розуміння причин і наслідків, пов'язаних з цією емоцією. Здатність до управління емоціями передбачає контроль за їхньою інтенсивністю, зовнішнім вираженням та можливістю викликати певні емоції за необхідності. Дослідник виділяє дві основні складові емоційного інтелекту: внутрішньо-особистісний

(спрямований на розуміння та управління власними емоціями) та міжособистісний (спрямований на розуміння та управління емоціями інших людей). Як вважає автор, обидві складові можуть бути спрямовані як на власні, так і на емоції інших осіб, утворюючи внутрішньо-особистісний та міжособистісний емоційний інтелект. Відповідно, емоційний інтелект може бути визначений як конструкт подвійної природи, що об'єднує когнітивні здібності й особистісні риси [27].

Останнім часом з'явилося багато досліджень у вітчизняній психологічній науці, що присвячені проблемі вивчення емоційного інтелекту. Зокрема, дослідження Е. Носенко з проблеми концептуалізації феномена емоційного інтелекту та його функцій, визначення Г. Березюк емоційного інтелекту як детермінанти внутрішньої свободи особистості, дослідження емоційного інтелекту О. Філатовою як показника цілісного розвитку особистості, аналіз адаптивних функцій та адаптаційного потенціалу емоційного інтелекту І. Аршавою, В. Овсянниковою, Н. Ковригою, Т. Кумсковою, Г. Юсуповим та ін., обґрунтування В. Єрмаковим, А. Петровською зв'язку між складовими емоційного інтелекту та певними управлінськими якостями, дослідження М. Манойлової, О. Приймаченко розвитку та складових емоційного інтелекту [19].

Науковці Е. Носенко та Н. Коврига у своїх дослідженнях емоційного інтелекту розглядають його як аспект вираження внутрішнього світу особистості, що відображає міру розумного ставлення людини до світу, до інших, до себе як суб'єкту життєдіяльності. Емоційному інтелекту властиві як внутрішні (диспозиційні), так і зовнішні (ті, які є ознаками перебігу емоційного процесу) компоненти, що зумовлюють адаптивну та стресозахисну функції цієї інтегральної властивості особистості [31].

У дослідженні О. Власової висвітлені онтологічні особливості еволюції емоційного інтелекту як окремої підсистеми соціальних здібностей. Виділено його евристичний потенціал, який сприяє ефективній соціальній взаємодії. Автор ідентифікує емоційний інтелект як емоційно-інтелектуальну здатність,

що включає в себе емоційну чутливість, осведомленість та навички управління емоціями. Ці аспекти дозволяють особі керувати своїми емоціями для забезпечення психічного здоров'я та внутрішньої гармонії [5].

У своїх дослідженнях М. Шпак описує емоційний інтелект як інтегративну особистісну властивість, що впливає з динамічної єдності афекту та інтелекту. Ця властивість взаємодіє з емоційними, когнітивними, поведінковими та мотиваційними аспектами, спрямована на розуміння власних емоцій і емоцій інших, керування емоційним станом, а також сприяє самопізнанню та самореалізації через збагачення емоційного та соціального досвіду [40]. Ю. Бреус визначає емоційний інтелект як складний конструкт ментальних здібностей, пов'язаних із обробкою емоційної інформації та формуванням емоційного досвіду. Автор вказує на те, що функціонування емоційного інтелекту формує емоційні компетенції, які дозволяють розуміти власні та чужі емоції, виражати їх адекватно в різних ситуаціях, сприяють психологічній гнучкості та продуктивній взаємодії із світом [3].

У дослідженні А. Четверик-Бурчак виявлено, що при високому рівні розвитку внутрішньо-особистісного компоненту емоційного інтелекту досягається активна життєва позиція особистості, що впливає на задоволеність собою та підвищує рівень самоповаги. Міжособистісний компонент емоційного інтелекту потенційно впливає на успішність у встановленні позитивних відносин з оточуючими, що відображається у показниках психологічного та соціального благополуччя. Це досягається завдяки сформованості навичок самоконтролю в міжособистісному спілкуванні, розумінню наслідків власної поведінки та здійсненню ефективної комунікації [39].

На думку Н Буркало, спільною рисою визначення емоційного інтелекту є його характеристика як здатності ідентифікації, розуміння та управління емоціями. Емоційний інтелект є інтегральною властивістю особистості, що сприяє гармонійному розвитку, покращенню міжособистісної взаємодії та

відкриває широкі можливості для самореалізації та розкриття свого потенціалу [4].

Таким чином, в науковій літературі з огляду на розуміння цінності емоційного інтелекту для становлення особистості визначають як: 1) здатність діяти відповідно до внутрішнього середовища своїх почуттів і бажань; 2) здатність розуміти ставлення особистості, що репрезентоване в емоціях, та керувати емоційною сферою на підставі інтелектуального аналізу й синтезу; 3) здатність ефективно контролювати та використовувати емоції для покращення мислення; 4) феномен, що віддзеркалює внутрішній світ особистості та його зв'язки з поведінкою, взаємодію з реальністю, а кінцевим результатом емоційного інтелекту є прийняття рішень, що засноване на відображенні та осмисленні емоцій, що є диференційованою оцінкою подій, які мають особистісний смисл; 5) унікальну взаємодію почуттів і розуму; 6) чіткість усвідомлення, тобто здатність особистості розпізнавати та ідентифікувати власні емоційні реакції в умовах конкретної ситуації та оцінювати їх; 7) сукупність таких компонентів, як: самомотивація, самосвідомість, контроль збуджень, стійкість за наявності несприятливих обставин, емпатія й оптимізм, регуляція настрою, здатність керувати емоціями та використовувати їх у взаєминах з іншими; 8) здатність до сприйняття власних почуттів та почуттів інших людей.

1.2 Структура емоційного інтелекту та критерії визначення її компонентів

Теоретичні підходи до вивчення проблеми емоційного інтелекту представлені різними науковими школами та вченими, які досліджують цей аспект людської психології. Крім класичної моделі здібностей існують і змішані моделі емоційного інтелекту, які відрізняються за своєю структурою та базуються на різних наборах особистісних властивостей. У цих моделях розглядається емоційний інтелект через комбінацію когнітивних,

особистісних та мотиваційно-вольових рис, а також характеристик самосвідомості та соціальних навичок. Ці аспекти сприяють глибокому взаємозв'язку з адаптацією до реального життя та процесами подолання стресу. Історично, на розвиток цієї групи концепцій значний вплив справили когнітивні теорії емоцій з одного боку, і позитивна психологія – з іншого.

Модель М. Гоупа та Дж. М. Карвера Модель емоційного інтелекту, розроблена М. Гоупом та Дж. Карвером, є одним із підходів, що визначають ключові аспекти цього концепту. Основні складові цієї моделі дозволяють розглядати емоційний інтелект як комплексну систему здатностей та навичок, спрямовану на взаємодію з власними та чужими емоціями. Модель М. Гоупа та Дж. М. Карвера визначає розпізнавання емоцій як перший крок у розвитку емоційного інтелекту, що включає в себе здатність ідентифікувати та розрізняти різні емоційні вирази як у себе, так і в інших. Важливим етапом є здатність розуміти природу та вплив емоцій. Це охоплює аналіз причин, що породжують емоції, а також розуміння того, як вони можуть впливати на поведінку та рішення. Ця модель підкреслює важливість ефективного контролю та управління власними емоціями, що охоплює стратегії саморегуляції, які дозволяють ефективно впливати на свої емоції та відповідати на них адекватно. Емпатія, як здатність відчувати та розуміти емоції інших, є важливим компонентом цієї моделі. Управління чужими емоціями передбачає не лише розуміння, але й взаємодію з емоційним станом інших [53]. Ця модель спрямована на розвиток комплексних навичок та здатностей, що допомагають ефективно управляти емоційними аспектами життя, слугує основою для розуміння, як люди можуть покращити свою емоційну грамотність та ефективність в соціальних відносинах.

Модель Д. Гоулмена. Д. Гоулмен розробив концепцію емоційного інтелекту, яка включає у себе п'ять ключових компонентів: мотивацію, самосвідомість, емпатію, саморегуляцію та соціальні навички. Серед моделей емоційного інтелекту, концепція Д. Гоулмана здобула популярність після виходу його бестселера «Емоційний інтелект». Згідно з цією концепцією,

емоційний інтелект визначається як «... здатність людини розуміти власні емоції та емоції оточуючих, щоб використовувати цю інформацію для досягнення власних цілей» [7] (Таблиця 1.1).

Таблиця 1.1– Структура емоційного інтелекту за Д. Гоулманом

Особистісні властивості, що обумовлюють становлення ЕІ	Їх характеристика
Самосвідомість	емоційна самосвідомість, впевненість у собі, адекватна самооцінка
Самоконтроль	контроль над емоціями, адаптивність, ініціативність, жага до перемоги, оптимізм
Соціальна чуйність	співпереживання, запобігливість, ділова обізнаність
Керування взаєминами	вплив, натхнення, командна робота і співпраця, допомога у самовдосконаленні, урегулювання конфліктів, сприяння змінам

Ця концепція є змішаною, оскільки вона включає різноманітні за природою, структурою та функціями компоненти емоційного інтелекту. У своїй книзі автор виділяє такі його складові: знання власних емоцій, що охоплює процеси ідентифікації та найменування емоційних станів, розуміння взаємозв'язків між емоціями, мисленням і діями; управління емоціями, що включає контроль над емоціями та заміну небажаних емоційних станів адекватними; мотивацію для себе як здатність входити в емоційні стани, що сприяють досягненню успіху; розпізнавання емоцій інших людей, чутливість до них і управління емоціями інших; підтримку міжособистісних стосунків, здатність вступати в міжособистісні відносини з іншими людьми та підтримувати їх. Д. Гоулман зазначив поєднання інтелекту та емоцій як необхідну вимогу для успішної діяльності керівника, але когнітивну складову він вважає другорядною. На його думку, емоції більш значущі та, у разі

небезпеки, емоційні центри підпорядковують собі всю розумову діяльність людини.

Теорія Е. Селовея та Д. Майєра. Е. Сальвей та Д. Майєр розглядають емоційний інтелект як набір чотирьох основних здатностей: сприйняття емоцій, використання емоцій для поліпшення мислення, розуміння емоцій та управління ними. Концепцію емоційного інтелекту, розроблену Дж. Майєром, П. Селовеєм та Д. Карузо, можна визнати найбільш відомою та теоретично розробленою [45]. Ця концепція, що почала формуватися у 1990 році, визначає емоційний інтелект як здатність сприймати та усвідомлювати емоції, які включають власні та інших, та користуватися цією інформацією для спрямування мислення та діяльності. У ранньому варіанті моделі цієї концепції виокремлювалося три види здібностей. По-перше, це ідентифікація та розрізнення емоцій, включаючи вербальний і невербальний способи сприйняття власних та чужих емоцій. По-друге, регуляція емоцій, яка включала управління власними та чужими емоціями. І, нарешті, використання емоційної інформації у мисленні та діяльності, що охоплювало гнучке планування, креативність, перемикання уваги та мотивацію. У подальшому розвитку концепції була акцентована увага на гіпотезі, що емоції містять інформацію про зв'язки людини з іншими та об'єктами навколишнього світу.

Структура емоційного інтелекту була визначена як ієрархічно організований конструкт з чотирьох здібностей: сприймання та вираження емоцій, розуміння подій, що передують емоціям, та подій, що наслідують емоції, внутрішня регуляція власних емоцій та вплив на зовнішнє середовище для регуляції емоційних станів (Таблиця 1.2).

Таблиця 1.2 – Поняття «емоційний інтелект» за Дж. Майєром,
П. Селовеєм

Рефлексивна регуляція емоцій, яка сприяє зростанню як емоційному, так і інтелектуальному	Розуміння та аналіз емоцій. Використання знань щодо закономірностей емоційного реагування	За допомогою емоцій фасилітація мислення	Сприйняття, оцінювання, вираження емоцій
Здатність залишатися відкритим для почуттів, як приємних, так і неприємних	Здатність розпізнавати та розуміти емоції, форми їх вираження	Емоції сприяють мисленню, за умови, якщо з їх допомогою забезпечується увага до важливої інформації	Здатність ідентифікувати власні емоції, коли супроводжують фізичний стан, думки та почуття
Здатність рефлексивно включатись або утримуватись від оцінювання корисності та інформативності емоцій	Здатність інтерпретувати зміст, що передають емоції, враховуючи ситуативні фактори	Емоції доступні для розуміння, можуть свідомо народжуватись як форма підтримки зроблених висновків чи засіб покращення запам'ятовування подій, які викликають певні почуття	Здатність ідентифікувати емоції інших людей у витворах мистецтва, коли вони виражені за допомогою вербальних засобів та міміки
Здатність рефлексивно регулювати емоціями стосовно себе й інших, узагальнюючи, настільки зрозумілі, впливові, адекватні, типові емоції в межах конкретної ситуації	Здатність розуміти змішані почуття: одночасність виявлення почуттів любові й ненависті, страху чи здивування	Емоційні коливання настрою, що спричинюють перехід від оптимістичного до песимістичного поглядів на події, можливість свідомого регулювання власними емоціями, формування відповідного ставлення до них	Здатність виявляти емоції відповідно до ситуації, формулювати потреби, що пов'язані з ними
Здатність керувати власними емоціями, а також емоціями інших через оптимізацію негативних переживань та підвищення інтенсивності позитивних.	Здатність розпізнавати можливі зміни емоцій: від гніву до сорому, від гніву до задоволення тощо.	Емоційні стани відрізняються впливом на формування підходів до вирішення проблем	Здатність розрізняти адекватні або неадекватні емоцій, відверті чи спотворені (штучні) почуття

Теорія Г. Гарднера. Множинні інтелектуальні здібності, включаючи емоційний інтелект, розглядаються у теорії Г. Гарднера. За цією концепцією,

інтелектуальні здібності не обмежуються лише лінгвістичним і логіко-математичним розумом. Теорія емоційного інтелекту Г. Гарднера є інноваційним підходом до розуміння інтелекту, який виходить за межі традиційного уявлення про когнітивні здібності. Г. Гарднер, відомий своєю теорією багаточисельних інтелектів, додав до цього концепцію емоційного інтелекту, вважаючи, що індивідуальна здатність розуміти та керувати емоціями має також важливе значення для успіху та адаптації у сучасному світі. Згідно з теорією Г. Гарднера, емоційний інтелект включає в себе кілька ключових компонентів. По-перше, це здатність розпізнавати власні емоції та емоції інших, що визначається як емоційна свідомість. Далі йде розуміння емоцій, включаючи їх походження та вплив на мислення та прийняття рішень. Другий компонент теорії полягає в управлінні емоціями, що означає здатність регулювати та контролювати власні емоційні реакції, що включає в себе навички самоконтролю, вміння ефективно виражати емоції та адаптувати їх до конкретних ситуацій. Третій компонент – використання емоцій в конструктивний спосіб, і це означає, що людина з емоційним інтелектом може використовувати свої емоції для поліпшення міжособистісних відносин, вирішення конфліктів та досягнення особистих та професійних цілей. Важливим аспектом теорії є те, що Г. Гарднер розглядає емоційний інтелект як різновид інтелекту, рівноцінний іншим формам інтелекту, таким як лінгвістичний чи математичний. Це відкриває нові перспективи для розуміння людської інтелектуальної природи та важливості емоційного інтелекту в сучасному суспільстві [43].

Модель Р. Бар-Она. Модель емоційного інтелекту Р. Бар-Она є інноваційним та важливим підходом у розумінні людських емоцій та їх ролі в інтелектуальних здібностях. Основна ідея полягає в інтеграції емоцій та інтелекту для досягнення більш повного розуміння особистісних та соціальних аспектів інтелекту. Модель визнає, що емоції впливають на когнітивні процеси та взаємодіють із завданнями, що вимагають інтелектуальних зусиль. Основні аспекти моделі включають розуміння та

виявлення емоцій, аналіз їх впливу на рішення та дії, а також управління власними емоціями та емпатія відносно емоцій інших людей. В своїй моделі Р. Бар-Он акцентує увагу на важливості розвитку емоційної грамотності, що включає в себе не лише усвідомлення власних емоцій, але й здатність конструктивно виражати їх та взаємодіяти з емоціями інших. Р. Бар-Он розглядає емоційний інтелект як ключовий елемент успішності в різних сферах життя, включаючи освіту, роботу та міжособистісні відносини, що створює фундамент для розвитку комплексного підходу до вивчення та підвищення емоційного інтелекту як інтегральної частини людської особистості.

Модель емоційного інтелекту Р. Бар-Она включає п'ять ключових компонентів, які охоплюють різні аспекти розуміння та управління емоціями: **розуміння емоцій (Emotional Understanding)** – цей компонент вказує на здатність особистості розуміти та ідентифікувати власні та емоції інших, що включає усвідомлення емоційних вражень, їх причин та взаємозв'язків між різними емоційними станами; **емоційна саморегуляція (Emotional Regulation)** стосується здатності керувати власними емоціями, управління стресом та адаптацією до змін в емоційному стані, важливим є також вміння заміщати негативні емоції позитивними; **емоційне вираження (Emotional Expression)** включає в себе здатність ефективно виражати свої емоції, як у вербальній, так і у невербальній формі; **емпатія (Empathy)** вказує на здатність сприймати та розуміти емоції інших людей, дозволяє підтримувати якісні міжособистісні відносини та взаєморозуміння; **міжособистісні навички (Interpersonal Skills)** визначає здатність взаємодіяти з іншими, включаючи вміння вирішувати конфлікти, співпрацювати та будувати ефективні стосунки (Рисунок 1.1).

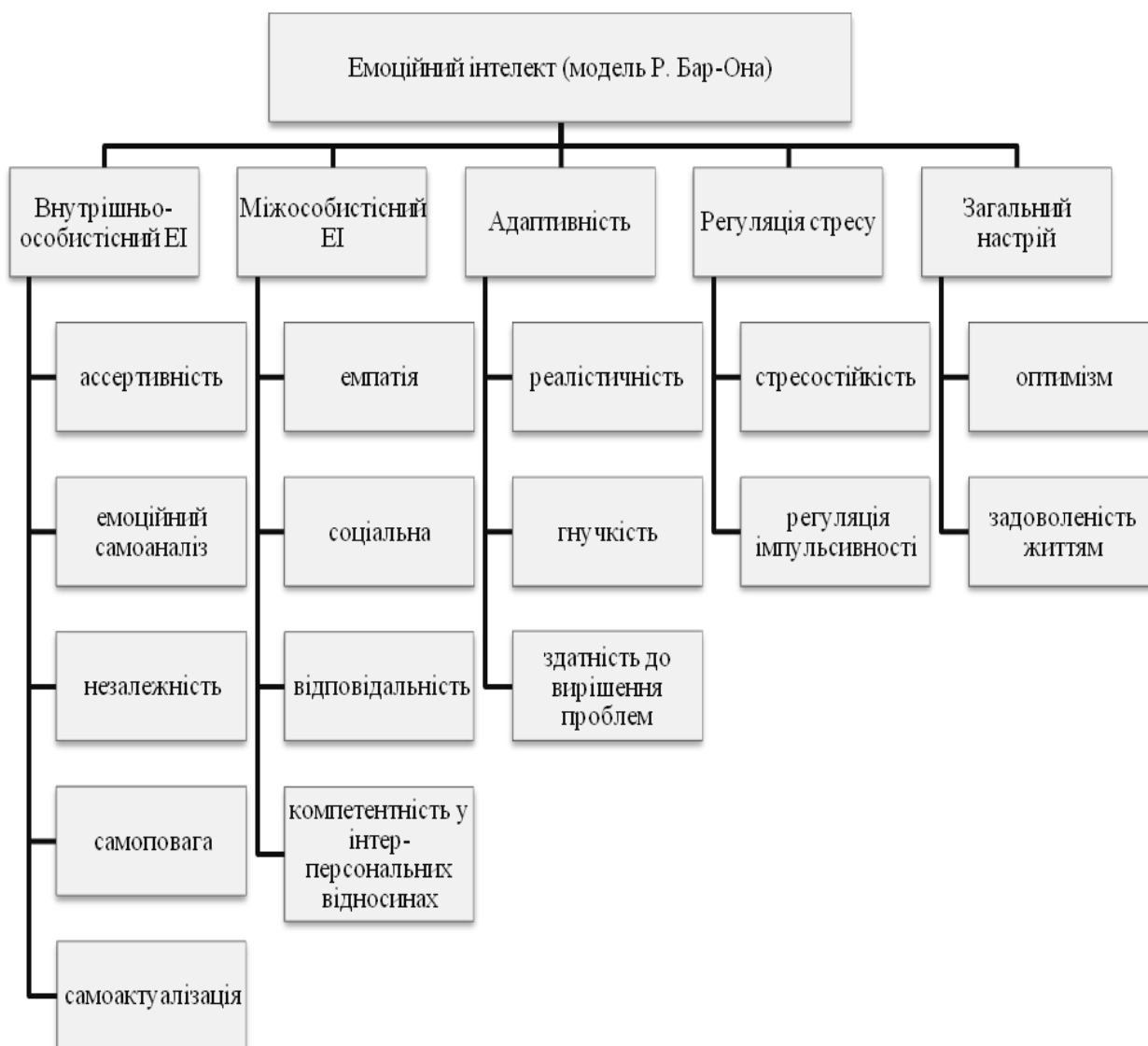


Рисунок 1.1 – Модель емоційного інтелекту Р. Бар-Она

Ці компоненти взаємодіють і взаємопоєднуються, створюючи комплексну модель емоційного інтелекту, яка враховує різні аспекти емоційної компетентності та сприяє гармонійному розвитку особистості [42].

Дослідниця В. Зарицька розробила розширену структуру емоційного інтелекту, визначаючи чотири основні компоненти: розуміння власних емоцій, самоконтроль та саморегуляція емоцій, розуміння емоцій інших, використання емоцій у спілкуванні та діяльності. Для визначення рівня розуміння власних емоцій виокремлені показники, такі як розпізнавання власних емоцій, оцінювання власного емоційного стану, визначення причин виникнення емоцій і пояснення значення емоцій. Для оцінки рівня

самоконтролю та саморегуляції емоцій визначена система здатностей, таких як контроль емоцій, виявлення емоцій у відповідності до ситуації, збереження спокою у складних ситуаціях та регулювання власних емоцій. Рівень розуміння емоцій інших людей оцінюється за такими показниками, як усвідомлення станів інших людей, емпатія та позитивний вплив на емоційний стан інших людей. Для визначення рівня здатності використовувати емоції у спілкуванні та діяльності визначені такі показники, як емоційна стійкість, гнучкість у виявленні емоцій у спілкуванні, домінування позитивних емоцій та здатність зближуватись з людьми на емоційній основі. Ці здатності кожного структурного компонента виступають загальними орієнтирами, сприяючи визначенню рівня розвитку емоційного інтелекту [16].

Інший науковець, Л. Заграй, зазначає, що емоційний інтелект вимірюється чотирьома видами здібностей: сприйняття емоцій, сприяння процесам мислення, використання, розуміння та управління емоціями, які виконують функцію компетентностей фахівця щодо емоційних переживань і проявів своїх та інших людей [14]

Кожен з цих підходів визначає розуміння емоційного інтелекту, пропонуючи унікальний погляд на це явище. Комбінація різних підходів дозволяє створити більш повне та різностороннє уявлення про емоційний інтелект і його роль у людському житті.

1.3 Розвиток емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки майбутніх фахівців соціономічного профілю

Вивчаючи теоретичний аспект даного питання, можна зазначити, що численні дослідження та статті, присвячені емоційному інтелекту, фокусувалися, головним чином, на виділенні цього явища як особистісної риси людини. Лише обмежена кількість вчених зверталася до розглядання емоційного інтелекту як ключової професійної якості.

Розвиток емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки майбутніх фахівців соціономічного профілю є важливим аспектом, оскільки ці спеціалісти стикаються з різноманітними емоційно напруженими ситуаціями та взаємодіями в своїй професійній діяльності. Особливості цього процесу включають:

Усвідомлення власних емоцій є важливим аспектом професійної підготовки майбутніх фахівців соціономічного профілю, оскільки воно є ключовим елементом формування емоційного інтелекту та визначається як необхідна умова для досягнення успіху в різноманітних професійних областях. В умовах сучасного професійного середовища, де вимагається не лише технічна, а й соціальна компетентність, усвідомлення власних емоцій стає ключовою умінням [25]. Це дозволяє фахівцям ефективно взаємодіяти з колегами, клієнтами та пацієнтами в різних сферах, таких як психологія, медицина, соціальна робота чи менеджмент. Однією з переваг усвідомлення власних емоцій є можливість ефективної саморегуляції. Навички управління емоціями, отримані через усвідомлення, дозволяють фахівцям раціонально та конструктивно реагувати на стресові ситуації та виклики професійного життя. Це особливо важливо в сферах, де емоційна стійкість та спроможність зберігати професійний підхід є ключовими, наприклад, у психології чи управлінні. Крім того, усвідомлення власних емоцій стимулює розвиток емпатії та покращує міжособистісні відносини. Майбутні фахівці, які розуміють свої власні емоції, здатні краще спілкуватися, адаптуватися до потреб оточуючих та виявляти чутливість до емоцій інших. Це забезпечує позитивний внесок у спільноту та сприяє ефективній командній роботі [21].

Оволодіння навичками емпатії та сприйняття емоцій інших визначається як одна з найбільш ключових складових емоційного інтелекту фахівців у сучасному професійному оточенні. По-перше, емпатія сприяє покращенню якості взаємодії між фахівцем і клієнтом, учнем чи пацієнтом. Здатність почувати та розуміти емоції іншої людини дозволяє створити емоційно підтримуюче середовище, що сприяє ефективній комунікації та побудові

довірливих відносин. У професійних галузях, таких як психотерапія, освіта чи медицина, де важлива взаємодія з особистістю клієнта або пацієнта, емпатія виступає як ключовий інструмент для досягнення позитивних результатів [10]. По-друге, усвідомлення та сприйняття емоцій інших дає можливість адаптувати комунікативний стиль та методи роботи залежно від потреб та стану особи. Вміння адекватно реагувати на емоційний стан інших є важливою складовою успішного викладання, консультування чи надання психологічної допомоги. По-третє, в контексті колективної роботи емпатія є ключовим елементом для побудови ефективних команд та сприяє створенню сприятливого колективного середовища. Здатність сприймати емоції та почуття колег, враховувати їхні потреби та реагувати на внутрішній клімат групи робить фахівця більш адаптованим та ефективним у роботі в команді [17, 20].

Фахівці, які працюють у сфері психології, соціальної роботи та освіти, впливають на емоційний стан та психічне благополуччя інших осіб, тому спроможність управління стресом є вкрай важливою вимогою. Розвинений емоційний інтелект виступає основою для ефективного управління стресом, тому, що управління стресом передбачає ефективне розпізнавання та реагування на власні емоційні реакції на стресові ситуації. Фахівці повинні бути здатні усвідомлювати свої емоції, розуміти їхні причини та наслідки, щоб приймати обґрунтовані рішення в умовах невизначеності та труднощів. Управління стресом вимагає розвинених навичок саморегуляції, отже фахівці повинні уміти ефективно контролювати свої емоції, уникати перенесення стресу на інших та зберігати внутрішню стійкість у ситуаціях надзвичайних обставин. І нарешті, управління стресом передбачає адаптацію до змін та вміння пристосовуватися до непередбачуваних обставин [29]. Фахівці у сферах психології, соціальної роботи та освіти стикаються з різноманітними ситуаціями, і їхні здатності адаптуватися до нових умов та стресових ситуацій можуть значно впливати на якість надання послуг та взаємодії з клієнтами чи учнями [37].

Розвиток емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю є важливим у контексті формування позитивних міжособистісних стосунків. Високий рівень емоційного інтелекту сприяє розвитку емпатії та розуміння емоцій інших осіб, тому майбутні фахівці, які володіють цими навичками, здатні легше відчути та враховувати почуття інших, що є фундаментальним для взаєморозуміння та побудови позитивних міжособистісних відносин, такі фахівці здатні до конструктивного спілкування та знаходження компромісів, що сприяє побудові позитивного професійного співробітництва і, оскільки, емоційний інтелект сприяє розвитку лідерських якостей та здатності побудови команди, то вони повинні мати високий рівень соціальної компетентності, створюючи сприятливий професійний клімат та надихаючи інших до спільних зусиль [11].

Дослідники Е. Носенко та Н. Коврига розробили ієрархічну структуру рівнів сформованості емоційного інтелекту, що визначається за характером його внутрішніх компонентів. На найнижчому рівні спостерігається здійснення емоційного реагування за механізмом умовного рефлексу, включаючи сенсорно-перцептивний рівень усвідомлення ситуацій. На цьому рівні проявляється активність з переважанням зовнішніх компонентів емоційного інтелекту, обмежена усвідомленням та обладнана низьким рівнем самоконтролю та високою ситуативною зумовленістю. Середньому рівню сформованості емоційного інтелекту відповідає здійснення зовнішньої активності доволіно, на підставі уявлень, з використанням вольових зусиль. Це відображається в свідомості на рівні емоційних переживань, з переважанням внутрішнього над зовнішнім. На цьому рівні виявляється високий рівень самоконтролю, поєднаний із стратегіями концентрації на завданнях та стратегією емоційного реагування, позитивним ставленням до себе, і високим рівнем самооцінки. На найвищому рівні сформованості емоційного інтелекту спостерігається найвищий рівень розвитку внутрішнього світу людини. Це базується на наявності в суб'єкта настанов щодо можливих для нього особистих альтернатив поведінки в різних ситуаціях. Ці настанови

відображають індивідуальну систему цінностей, чітко усвідомлену суб'єктом. (див. табл. 1.3).

Таблиця 1.3 – Рівні розвитку емоційного інтелекту за критерієм співвідношення його внутрішніх компонентів (емоційних й інтелектуальних)

Рівні виявлення ЕІ у життєдіяльності	I низький	II середній	III високий
детермінації активності	сенсорно-перцептивний	мисленнєвий	настанов, цінностей, ідеалів
ситуаційна зумовленість активності	ситуативно-зумовлена	ситуативно-опосередкована	надситуативна
характер дії	реактивна	усвідомлена	вчинок
ознаки емоційного процесу, які обумовлюють активність у стресових умовах	конгруентність внутрішніх ознак емоційного процесу афективному забарвленню факторів	конгруентність внутрішніх ознак емоційного процесу афективному забарвленню факторів і неконгруентність зовнішніх	неконгруентність зовнішніх та внутрішніх ознак емоційного процесу афективному забарвленню факторів
форми прояву афективного компоненту активності	орієнтація на позитивні або негативні ознаки ситуації	орієнтація і на афективне забарвлення ситуації, і на її суб'єктивну оцінку	орієнтація на зміст ситуації у якості особистісних настанов
рівні психічного відображення	індивідний	суб'єктний	особистісний

Цей етап характеризується гармонійним співвідношенням внутрішнього та зовнішнього завдяки звільненню від безпосередніх ситуаційних вимог. Поведінка суб'єкта мотивується внутрішніми, а не зовнішніми обставинами, що свідчить про високий рівень самоконтролю та помірну сенситивність до емоційних подразників. Найвищий рівень емоційного інтелекту характеризується високою самооцінкою у всіх аспектах виявлення, а також

досить високим рівнем психологічного благополуччя. Роль емоційного інтелекту для життєвого успіху людини визначається здатністю адекватно розпізнавати власні та чужі емоції, забезпечувати самоконтроль, утримувати позитивні стосунки та мотивувати себе. Інтегрованим відображенням внутрішніх детермінант емоційного інтелекту в свідомості людини є почуття психологічного благополуччя, що включає позитивне ставлення до себе, самооцінку та вибір стратегій подолання критичних ситуацій і спілкування [35]. Е. Носенко відзначає ієрархічну структуру рівнів сформованості емоційного інтелекту, що виявляється залежно від його внутрішніх опосередкованих компонентів.

Як вважає Д. Люсін, емоційний інтелект – психологічне утворення, яке формується протягом всього життя людини і визначається чинниками, що обумовлюють його рівень та індивідуальні особливості [27]. Науковець виділяє та описує три групи факторів (Рис. 1.2):

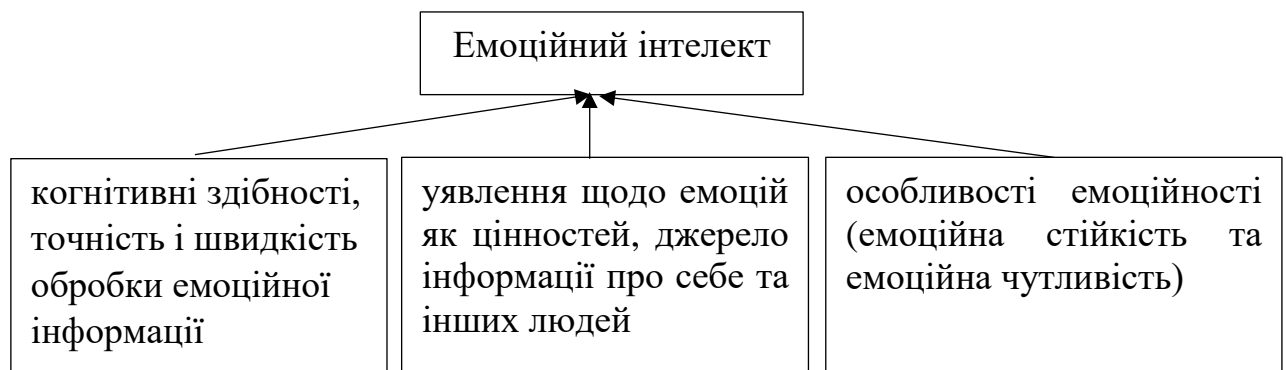


Рисунок 1.2 – Фактори, що визначають розвиток емоційного інтелекту за Д. Люсіним

На думку М. Шпак, рівень розвитку емоційного інтелекту залежність від низки соціально-психологічних чинників, а саме: віку, академічної успішності навчання, професійної діяльності, досвіду роботи.[40].

І. Андреева визначає, що в ієрархічній структурі емоційного інтелекту можна виділити три рівні: інтелект індивіда (як здібність функціональної системи), інтелект суб'єкта діяльності (емоційна компетентність) й інтелект особистості (емоційна креативність) [12]. Це положення відіграє важливу роль

у контексті нашого дослідження, що обумовлює необхідність розширення та доповнення класифікації форм розвитку емоційного інтелекту. З точки зору рівнів психічного відображення (сенсорно-перцептивний, когнітивний, особистісний, суб'єктний, духовний), запропоновано виділити форми розвитку емоційного інтелекту, такі як емоційний інтелект як властивість індивіда, суб'єкта діяльності, особистості, суб'єкта життєтворчості й суб'єкта життєдіяльності. На психофізіологічному рівні виявляється біологічна сутність емоційного інтелекту через його природні властивості, такі як емоційна чутливість, виразність (експресивність) та емоційна стійкість. На когнітивному рівні емоційний інтелект виявляється в здатності людини розуміти та управляти своїми емоціями. Емоційна компетентність включає в себе емоційне самопізнання та управління емоціями. На соціопсихологічному рівні емоційний інтелект виявляється у здатності розуміти та управляти емоціями інших людей, забезпечуючи ефективність спілкування та міжособистісної взаємодії. Такі психологічні механізми, як особистісно-смілова емпатія, комунікативна та кооперативна рефлексія, емоційна децентрація забезпечують функціонування емоційного інтелекту на особистісному рівні як форми психічного відображення.

Креативно-суб'єктний рівень емоційного інтелекту в процесі онтогенезу пов'язаний з емоційною креативністю особистості, що являє собою вищу форму емоційно-інтелектуальної активності людини. Ця активність спрямована на трансформацію внутрішнього світу з метою емоційної самозміни. Емоційна креативність виникає завдяки психологічному механізму антиципації, який забезпечує здатність передбачити наслідки емоційних реакцій до їх реального виявлення. Це передбачення базується на готовності до змін емоційних ситуацій, оснований на емоційному досвіді. У міжособистісній взаємодії емоційна креативність залежить від розвиненої особистісно-смілової емпатії, що виявляється в готовності або наданні реальної допомоги іншим. Результатом емоційної креативності є гармонізація емоційного середовища, яке включає внутрішній та зовнішній емоційний

простір, шляхом самостворення людиною емоційного простору. Такий підхід спрямований на творчий вияв нових, ефективних та автентичних емоційних реакцій. Креативно-суб'єктний рівень емоційного інтелекту найбільш інтенсивно розвивається в юнацькому віці. Екзистенційно-духовний рівень розвитку емоційного інтелекту, який є вершиною розвитку особистості як суб'єкта життєдіяльності, пов'язаний із досягненням особистістю емоційно-інтелектуальної зрілості, що виявляється в духовних переживаннях, таких як істина, добро, краса, любов. На цьому рівні функціонування емоційного інтелекту забезпечується ціннісно-сисловою рефлексією та емпатією, які дозволяють особистості глибше проникати у внутрішній світ іншої людини та забезпечують її єдність з навколишнім світом та іншими людьми. Досягти екзистенційно-духовного рівня розвитку емоційного інтелекту людина може в дорослому віці.

Отже, емоційний інтелект виявляється на різних рівнях психічного відображення, що утворюють ієрархічну систему, де кожний рівень виконує необхідну роль та забезпечує цілісне функціонування й розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі. При такому підході зрозуміло, що питання можливостей розвитку емоційного інтелекту, що викликало дискусію між прихильниками моделі здібностей та змішаної моделі емоційного інтелекту, може бути розв'язано, оскільки емоційна компетентність, емоційно-інтелектуальна зрілість, емоційна креативність особистості є не вродженими властивостями людини, а розвиваються у процесі її життєдіяльності. Зважаючи на це, ми погоджуємось з думкою тих дослідників, які стверджують що емоційний інтелект можна розвивати впродовж життя людини [8].

Висновки до розділу

Усвідомлення власних емоцій, навички емпатії та сприйняття емоцій інших виступають як важливий елемент формування емоційного інтелекту фахівців у різних сферах, дозволяючи їм успішно взаємодіяти з різними особистостями та будувати довірливі відносини у професійному середовищі. Розвинений емоційний інтелект дає можливість фахівцям не лише розуміти та управляти власними емоціями, але й ефективно впоратися зі стресовими ситуаціями, що є важливим фактором для успішної та високопродуктивної професійної діяльності. Загалом, розвинений емоційний інтелект стає основою для формування позитивних міжособистісних стосунків, оскільки він сприяє взаєморозумінню, конструктивній комунікації та сприятливому професійному співробітництву. Усе це, в свою чергу, впливає на якість надання послуг та успішність в професійній сфері.

Виявлено, що високий рівень емоційного інтелекту сприяє гармонізації емоцій та розуму, відчуттю внутрішньої свободи та відповідальності перед собою, усвідомленню власних потреб і мотивів, підтримці емоційної рівноваги та коригуванню стратегії життя. Однак виникає проблема визначення емоційного інтелекту, оскільки існує різноманіття підходів до його розуміння, що ставить під сумнів єдність діагностичних методик даного конструкту.

Існування різноманітних моделей емоційного інтелекту призводить до суттєвих розбіжностей у підходах до його вимірювання. Питання про відповідність результатів, отриманих за допомогою різних методів діагностики, залишається відкритим.

На сьогодні питання визначення особливостей розвитку емоційного інтелекту знаходяться на стадії вирішення, але є дієві практики з його розвитку, які дають можливість покращити емоційні компетенції майбутніх фахівців, навчитись розуміти та контролювати власні емоції.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ

2.1 Організація та обґрунтування методів емпіричного дослідження

В результаті систематизації теоретичних та емпіричних досліджень щодо визначення особливостей розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю, нами було сформульовано припущення про те, що рівні розвитку емоційного інтелекту у студентів соціономічних спеціальностей на різних етапах їх професійної підготовки будуть мати певні відмінності, врахування яких сприятиме розробці тренінгової програми, спрямованої на розвиток емоційного інтелекту.

Відповідно до зазначеної мети та гіпотези дослідження ми сформулювали завдання експерименту:

1. Емпірично визначити рівні розвитку емоційного інтелекту у студентів першого та четвертого курсів спеціальностей «Психологія» «Соціальна робота», «Середня освіта Фізична культура та спорт».

2. Порівняти результати експериментального дослідження рівнів розвитку емоційного інтелекту у студентів 1 та 4 курсів та різних спеціальностей та визначити відмінності.

3. Розробити тренінгову програму розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування.

Дослідження проводилось в декілька етапів:

- На підготовчому етапі було проаналізовано соціально-психологічну наукову літературу з проблеми вивчення емоційного інтелекту; визначено концептуальні ідеї дослідження, мета, сформульовано завдання та гіпотези; визначено методи та методики дослідження.

- На другому етапі – етапі констатувального експерименту – проведено діагностику рівнів розвитку емоційного інтелекту у студентів 1-х та 4-х курсів соціономічного профілю.

- На третьому етапі розроблено програму розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування.

- На четвертому етапі – заключному – підбиті підсумки та сформульовані висновки дослідження.

Експериментальне дослідження проводилося на базі гуманітарно-педагогічного факультету та факультету здоров'я, психології, фізичної культури та спорту Хмельницького національного університету зі студентами I-го та IV-го курсів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальностей «Психологія» «Соціальна робота», «Середня освіта Фізична культура та спорт». У дослідженні взяли участь 60 студентів, з них зі спеціальності «Психологія» – 24 особи, «Соціальна робота» – 14 осіб, «Середня освіта. Фізична культура та спорт» – 22 особи віком від 17 до 24 років.

Дослідження було реалізоване за принципом добровільної участі, що сприяло зниженню ризиків мотиваційних викривлень. Всім учасникам експерименту було гарантовано збереження конфіденційності та надання зворотного зв'язку (за необхідності). Під час заповнення тестів та опитувальників учасники дослідження зберігали анонімність.

Для дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту були застосовані такі методики та опитувальники:

- методика діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла) (Додаток А);
- методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В. Зарицької) (Додаток Б);
- опитувальник емоційного інтелекту EmIn (Д. Люсіна) (Додаток В);

Вибір методик був обумовлений результатами теоретичного аналізу та узагальнень.

Методика діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла)

Тест на діагностику емоційного інтелекту (за методикою Н. Холла) [38] дозволяє оцінити, як особистість використовує свої емоції у житті, враховуючи різні аспекти емоційного інтелекту, такі як ставлення до себе та інших, здатність до ефективного спілкування, підходи до життя та пошук гармонії. Тест складається з 30 висловлювань, що охоплюють різні аспекти міжособистісних відносин, самопізнання, керування власними та чужими емоціями. Згідно інструкції, учасник повинен оцінити кожне висловлювання відповідно до ступеня своєї згоди чи незгоди, використовуючи відповідний бал у вигляді зірочки або іншого символу, розташованого відповідно до оцінки справа від кожного висловлювання.

- Повністю не згоден (-3 бали).
- В основному не згоден (-2 бали).
- Частково не згоден (-1 бал).
- Частково згоден (+1 бал).
- В основному згоден (+2 бали).
- Повністю згоден (+3 бали).

Дана методика включає відповідний ключ, що дає можливість обрахувати та визначити сумарне значення окремо за шкалами та в цілому емоційного інтелекту.

Ключ до методики Н. Холла (перерахування номерів відповідних суджень):

- Шкала «Емоційна обізнаність» - 1, 2, 4, 17, 19, 25.
- Шкала «Управління своїми емоціями» - 3, 7, 8, 10, 18, 30.
- Шкала «Самотивація» - 5, 6, 13, 14, 16, 22.
- Шкала «Емпатія» - 9, 11, 20, 21, 23, 28.
- Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей» - 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Підрахунок результатів тесту емоційного інтелекту передбачає дотримання певних правил. За кожною шкалою розраховується сума балів з

урахуванням знаку відповіді («плюс» чи «мінус»). Чим більше сума балів зі знаком «+», тим більше виражений даний прояв емоцій.

Інтерпретація проводиться таким чином:

Рівні парціального емоційного інтелекту (за кожною шкалою) у відповідності зі знаком результатів:

- 14 і більше – високий;
- 8-13 – середній;
- 7 та менше – низький.

Інтегративний рівень емоційного інтелекту (сума за всіма шкалами) з урахуванням домінуючого знаку визначається такими кількісними показниками:

- 70 і більше – високий;
- 40-69 – середній;
- 39 і менше – низький.

Здійснення інтерпретації за шкалами методики включає:

1) Емоційна обізнаність – процес усвідомлення та розуміння власних емоцій, що передбачає постійне поповнення власного словника емоцій. Особи з високою емоційною обізнаністю виявляють більшу обізнаність щодо свого внутрішнього стану, порівняно з іншими.

2) Управління своїми емоціями включає емоційну відхідливість, гнучкість у виявленні емоцій й інші аспекти, що означають свідомий контроль над власними емоціями.

3) Самомотивація як уміння керувати власною поведінкою за допомогою управління емоціями, забезпечуючи внутрішню мотивацію для досягнення цілей.

4) Емпатія як здатність розуміти емоції інших людей, співпереживати їх поточному емоційному стану та готовність надавати підтримку. Це вміння сприймати стан іншої людини через міміку, жести, відтінки мови та пози.

5) Розпізнавання емоцій інших людей як розвинута здатність впливати на емоційний стан інших, розуміючи та визначаючи їхні емоції.

Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту

(В. Зарицької)

Запропонована методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту була розроблена з урахуванням результатів, що отримані за період діагностування студентів за 15 методиками, кожна з яких надавала можливість дослідити рівень розвитку окремих складових емоційного інтелекту, що включені до структури емоційного інтелекту як домінантні компоненти, а саме: розуміння власних емоцій; самоконтроль, саморегуляція емоцій; розуміння емоцій інших людей; використання емоцій у діяльності та спілкуванні [15]. Для створення цієї методики дослідження емоційного інтелекту до тесту включено судження, що відбивають рівень розвитку чотирьох компонентів емоційного інтелекту. До методики ввійшли найбільш значущі твердження, що були взяті із різних методик та доповнені твердженнями у контексті структури емоційного інтелекту, що була розроблена авторами, та критеріїв, за допомогою яких визначається рівень його розвитку. Кожний компонент емоційного інтелекту містить низку показників (здібностей), за допомогою яких визначається рівень його розвитку за результатами відповідей на твердження до кожного параметру.

Визначити рівень розвитку кожного з чотирьох компонентів структури емоційного інтелекту, обстежуваний має дати один із чотирьох варіантів відповідей на певну кількість суджень, передбачених методикою.

«майже завжди» - 4 бали - високий рівень;

«часто» - 3 бали - достатній рівень;

«частково» - 2 бали - середній рівень;

«майже ніколи» - 1 бал - низький рівень.

Методика містить 76 суджень. Для обробки результатів пропонується ключ, в якому зазначена кількість отриманих балів відповідно до рівнів («високий», «достатній», «середній», «низький») для оцінки кожного структурного компоненту емоційного інтелекту: самоконтроль і саморегуляція емоцій; розуміння особистістю емоцій інших; здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні; розуміння особистістю

власних емоцій. Крім того, методика дозволяє оцінити загальний рівень розвитку емоційного інтелекту.

Самоконтроль і саморегуляція емоцій.

Високий рівень: Особа з високим рівнем самоконтролю та саморегуляції емоцій здатна ефективно управляти своїми емоціями в різних ситуаціях. Вона швидко відновлює емоційну стабільність та може знаходити конструктивні рішення навіть у стресових умовах.

Достатній рівень: Особа з достатнім рівнем самоконтролю та саморегуляції емоцій може ефективно управляти більшістю емоційних реакцій, але може потребувати більше часу на відновлення стабільності у важливих ситуаціях.

Середній рівень: Особа із середнім рівнем самоконтролю та саморегуляції емоцій виявляє емоційну реактивність, але може потребувати покращення в управлінні сильними емоціями та стресом.

Низький рівень: Особа з низьким рівнем самоконтролю і саморегуляції емоцій може мати труднощі у контролі і вираженні емоцій, що може впливати на її поведінку та взаємодію з іншими.

Розуміння емоцій інших.

Високий рівень характеризує особистість з високим рівнем розуміння емоцій інших, яка виявляє виражену емпатію та здатність чітко розпізнавати емоційні сигнали інших людей, що сприяє успішній комунікації та взаєморозумінню.

Достатній рівень характерний для особи із достатнім рівнем розуміння емоцій інших, що виявляється у сприйнятливості до емоційного стану інших, але іноді може потребувати більше часу для власного аналізу.

Середній рівень виявляється у деяких труднощах в інтерпретації чи відповіді на емоційні сигнали інших.

Низький рівень: людина з низьким рівнем розуміння емоцій інших виявляє нездатність ефективно розрізняти та розуміти емоційні вираження інших осіб.

Здатність використовувати емоції в діяльності та спілкуванні.

Високий рівень характеризується здатність людини виявляти в діяльності та спілкуванні творчий підхід до вирішення проблем, використовуючи свої емоції як ресурс.

Достатній рівень характеризує особистість, яка використовує емоції в певних аспектах діяльності та спілкування, але іноді може стикатися з обмеженнями у використанні емоційного потенціалу.

Середній рівень виявляється в обмеженій кількості стратегій для використання емоцій в діяльності та спілкуванні.

Низький рівень характеризується нездатністю людини ефективно використовувати емоції у своєму професійному чи особистому житті.

Розуміння власних емоцій.

Високий рівень характеризується розумінням особистістю власних емоцій, усвідомленням своїх емоцій, розумінням їхніх джерел та впливу на власну поведінку.

Достатній рівень притаманний особі із достатнім усвідомленням своїх емоцій, але іноді може мати труднощі у точному їхньому аналізі.

Середній рівень демонструють особистості, які потребують більше часу для рефлексії та визначення власних емоцій.

Низький рівень притаманний особі, яка виявляє нездатність адекватно аналізувати та розуміти власні емоційні стани.

Опитувальник емоційного інтелекту ЕмІн (Д. Люсіна)

Методика призначена для оцінки різних аспектів емоційного інтелекту (ЕІ), який розглядається як здатність розуміти та управляти власними та чужими емоціями [27]. Структура ЕІ включає два основних компонента: міжособистісний емоційний інтелект (МЕІ), що охоплює розуміння та управління емоціями інших, і внутрішньо-особистісний емоційний інтелект (ВЕІ), що стосується розуміння та управління власними емоціями. Подальша деталізація дає можливість оцінити здатність до розуміння своїх (РЕ) і чужих (МЕ) емоцій, а також здатність до управління своїми (УЕ) і чужими (МУЕ)

емоціями. У контексті РЕ, здатність до розуміння емоцій визначається як спроможність розпізнавати, ідентифікувати та розуміти емоційні стани, їхні причини та наслідки. Здатність до управління емоціями передбачає контроль інтенсивності, вираження та свідоме викликання емоцій. Отже, можна розглядати два аспекти емоційного інтелекту: внутрішньо-особистісний і міжособистісний. Ці аспекти, ймовірно, взаємодіють та вимірюються через різні когнітивні процеси та навички, формуючи чотири види емоційного інтелекту. Опитувальник складається з 46 суджень, які респонденти оцінюють з точки зору своєї згоди або не згоди з ними: «зовсім не згоден», «скоріше не згоден» «скоріше згоден» «повністю згоден». Приблизний час опитування – 15-20 хвилин.

Кількість балів для тверджень з прямим ключем (знак плюс «+») визначається наступним чином: «зовсім не згоден» – 0; «скоріше не згоден» – 1; «скоріше згоден» – 2; «повністю згоден» – 3. Для тверджень зі зворотним ключем (знак мінус «-») бали визначаються так: «зовсім не згоден» – 3; «скоріше не згоден» – 2; «скоріше згоден» – 1; «повністю згоден» – 0.

Опитувальник ЕМІн включає бали за двома субшкалами, що вимірюють аспекти МЕІ, і за трьома субшкалами, що вимірюють аспекти ВЕІ.

Значення за шкалами МЕІ та ВЕІ розраховуються шляхом визначення суми за відповідними субшкалами: $MEI = MP + MY$, $VEI = VP + VY + VE$. Інший спосіб визначення суми субшкал дає показники вираженості двох шкал – ПЕ і УЕ: $PE = MP + VP$, $UE = MY + VY + VE$. Також можна визначити інтегральний показник загального емоційного інтелекту ОЕІ: $OEI = MP + MY + VP + VY + VE$. Слід брати до уваги, що інтерпретація окремих шкал є більш інформативною, тому що вони відносно незалежні (кореляція між МЕІ і ВЕІ становить 0,447, кореляція між ПЕ і УЕ – 0,529).

Детальні пояснення щодо інтерпретації отриманих результатів описані в додатку В.

2.2 Аналіз результатів дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту

На етапі експериментального дослідження нами була проведена діагностика конструктів емоційного інтелекту із застосуванням Методики діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла), Методики дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В. Зарицької) та Опитувальника емоційного інтелекту ЕМІн (Д. Люсіна). Результати діагностики дали можливість встановити інтегративний показник розвитку емоційного інтелекту та рівні вираженості окремих його складових. Порівняльний аналіз первинних описових даних свідчить про те, отримані результати мають подібну тенденцію та кореляційні зв'язки.

За допомогою Методики діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла) ми дослідили рівень розвитку емоційного інтелекту у студентів трьох спеціальностей: «Психологія» (ПП), «Соціальна робота» (СР), «Середня освіта. Фізична культура та спорт» (СОФК), що визначається такими особистісними характеристиками, які дозволяють розпізнавати та керувати своїми емоціями, розпізнавати почуття в кожній конкретній ситуації. Отримані результати представлені в Таблицях 2.1, 2.2 та на Рисунках 2.1– 2.4.

Високий рівень розвитку емоційної обізнаності у студентів, які обирають професії в сфері психології, соціальної роботи та викладання фізичної культури свідчить про їх внутрішнє розуміння та готовність працювати з емоціями, як своїми, так і емоціями інших людей. Також високий рівень емоційної обізнаності вказує на їхню готовність працювати з різними групами людей, де емоційне спілкування та розуміння є ключовим для успішної взаємодії.

Таблиця 2.1 – Результати дослідження емоційного інтелекту за методикою Н. Холла за спеціальностями, у %

№	Шкала	спеціальності								
		ПП			СР			СОФК		
		ВР	СР	НР	ВР	СР	НР	ВР	СР	НР
1.	Емоційна обізнаність	20	65	15	18	60	22	16	55	29
2.	Управління емоціями	17	58	25	20	54	26	12	55	33
3.	Самотивація	24	56	20	22	54	24	24	56	20
4.	Емпатія	28	62	10	22	56	22	18	58	24
5.	Розпізнавання емоцій інших людей	18	60	22	21	59	20	16	54	30
6.	Інтегральний показник EI	26	58	16	24	56	20	20	52	28

Примітка: ВР -високий рівень, СР – середній рівень, НР – низький рівень

Проте, низький рівень за цією шкалою продемонстрували 15% майбутніх психологів, 22% студентів спеціальності «Соціальна робота» та 29% майбутніх педагогів, що може бути показником того, що в цих групах існує потреба в удосконаленні навичок емоційної обізнаності. Низький рівень розвитку емоційної обізнаності свідчить про недостатнє розуміння таким студентами власних та чужих емоцій, а також відсутність ефективних стратегій саморегуляції. У студентів, які показали низький рівень за шкалою емоційної обізнаності, можуть виникати проблеми у взаємодії з клієнтами, учнями або колегами. Отже, виявлення низького рівня розвитку емоційної обізнаності у зазначених групах студентів свідчить про потребу в системному підході до формування цих навичок у процесі їхньої освіти та підготовки до майбутньої професійної діяльності.

За шкалою «Управління емоціями» були отримані такі результати: серед психологів мають високий рівень 17% студентів та 25% – низький; серед майбутніх соціальних працівників – 20% студентів мають високий рівень та 26% – низький; а майбутні вчителі продемонстрували 12% та 33% відповідно. Студенти з високим рівнем за шкалою «Управління емоціями» можуть

ефективно керувати власними емоціями, що є важливим аспектом для уникнення емоційного вигорання та підтримання професійного стабільності.

За шкалою «Самотивація» було виявлено, що 24% майбутніх психологів, 22% соціальних працівників та 24% педагогів мають високий рівень розвитку, що виявляється в їхній здатності ефективно управляти власною поведінкою та досягати поставлених цілей незалежно від зовнішніх обставин. Високий рівень самотивації вказує на те, що ці групи майбутніх фахівців проявляють сильний внутрішній стимул до досягнення успіху у своїй професійній діяльності. В той же час низький рівень розвитку самотивації у 20% психологів та вчителів і у 24% соціальних працівників може свідчити про відсутність внутрішнього інтересу або чітких особистих цілей у певних сферах їхньої професійної діяльності. Низька самотивація впливає на ефективність та результативність роботи, оскільки відсутність внутрішнього стимулу може зробити важчим подолання труднощів та забезпечення стабільності у професійному зростанні.

Результати дослідження за шкалою «Емпатія» продемонстрували, що високий рівень її розвитку мають 28% студентів спеціальності «Психологія», 22% спеціальності «Соціальна робота» та 18% спеціальності «Середня освіта. Фізична культура та спорт», що свідчить про здатність співпереживати емоційному стану інших. Такий розподіл результатів вказує на високий рівень чутливості та уваги до емоційних потреб оточуючих серед студентів вищезазначених спеціальностей. Психологічна обізнаність, виявлена в цих групах, є важливим психосоціальним ресурсом в їхній подальшій професійній діяльності, де сприйняття та розуміння емоцій оточуючих грають ключову роль. Крім того, у сферах, де важливим є міжособистісний контакт та взаємодія, такий високий рівень розвитку емпатії може сприяти успішній комунікації та співпраці з різними групами людей.

За шкалою «Розпізнавання емоцій інших людей» майбутні фахівці показали такі результати: серед психологів високий рівень розвитку мають 18% студентів, серед соціальних працівників – 21% респондентів та серед

вчителів фізкультури –16% студентів. Такі результати вказують на те, що студенти, незалежно від обраної спеціальності, виявили високу здатність до розпізнавання емоцій у інших людей, яка є ключовою компетенцією для ефективної міжособистісної взаємодії та взаєморозуміння в професійному середовищі. Високий рівень розвитку цього аспекту емоційного інтелекту сприятиме успіху студентів у майбутній кар'єрі, де важливо враховувати та розуміти емоційний стан інших людей. Тоді як низький рівень розвитку за цією шкалою у 22% студентів-психологів, 20% студентів-соціальних працівників та 30% майбутніх вчителів є показником недостатньої здатності виявляти та розпізнавати емоційний стан інших осіб, що вказує на труднощі у взаєморозумінні та спілкуванні. Низький рівень розпізнавання емоцій інших людей впливає на якість міжособистісних відносин та успішність у взаємодії з оточуючими. Для майбутніх фахівців соціономічного профілю важливо розвивати цю компетенцію, оскільки вона становить необхідну основу для побудови ефективних та емпатичних взаємин.

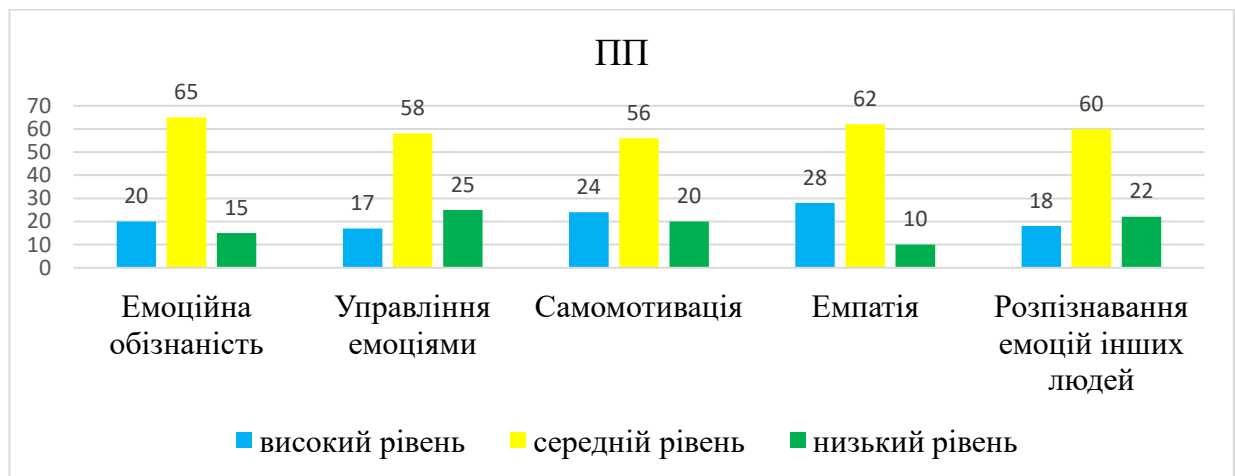


Рисунок 2.1 – Результати дослідження емоційного інтелекту за методикою Н. Холла у майбутніх психологів, у %

Як видно на Рисунку 2.1, майбутні психологи мають найвищі показники за шкалами «Емоційна обізнаність» (20%), «Самотивація» (24%) та «Емпатія» (28%). Проте, досить великий відсоток студентів продемонстрували низький рівень розвитку емоційного інтелекту за такими шкалами «Управління емоціями» (25%) та «Розпізнавання емоцій інших людей»

(«22%). Такі результати нерівномірність рівнів розвитку емоційного інтелекту серед майбутніх психологів. Високі показники за шкалами «Емоційна обізнаність», «Самомотивація» та «Емпатія» вказують на їхню здатність розуміти власні та чужі емоції, самомотивацію та співчуття. З іншого боку, низькі показники за шкалами «Управління емоціями» та «Розпізнавання емоцій інших людей» вказують на потребу у подальшому розвитку навичок з управління власними емоціями та емпатії відносно інших. Це підкреслює важливість комплексного підходу до навчання емоційному інтелекту для студентів у галузі психології, щоб вони могли ефективно взаємодіяти з клієнтами та іншими людьми у своїй майбутній професійній діяльності.

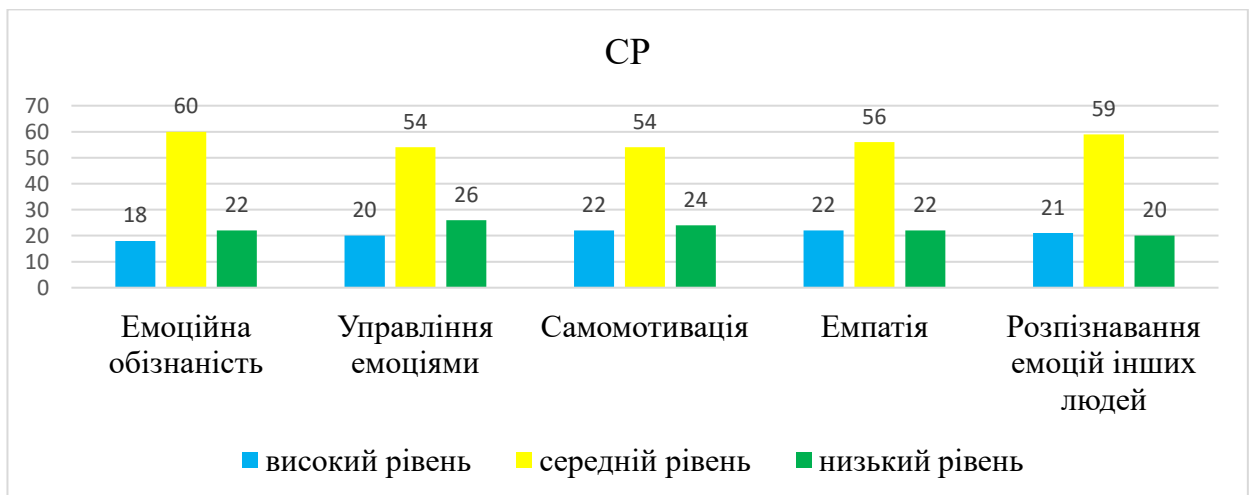


Рисунок 2.2 – Результати дослідження емоційного інтелекту за методикою Н. Холла у майбутніх соціальних працівників, у %

Студенти спеціальності «Соціальна робота» не продемонстрували значні розбіжності високого та низького рівнів розвитку емоційного інтелекту за окремими шкалами, що може вказувати на відносну однорідність рівня розвитку емоційного інтелекту серед цих студентів. Відсутність суттєвих розбіжностей може свідчити про ефективність методів навчання та вказувати на те, що студенти отримують різнобічні навички емоційного інтелекту, які не виявляють суттєвих варіацій у вибірці. Такий баланс у розвитку емоційного інтелекту може бути важливим фактором для успішної соціальної роботи, де важливо розуміти та взаємодіяти з різними клієнтами та ситуаціями.

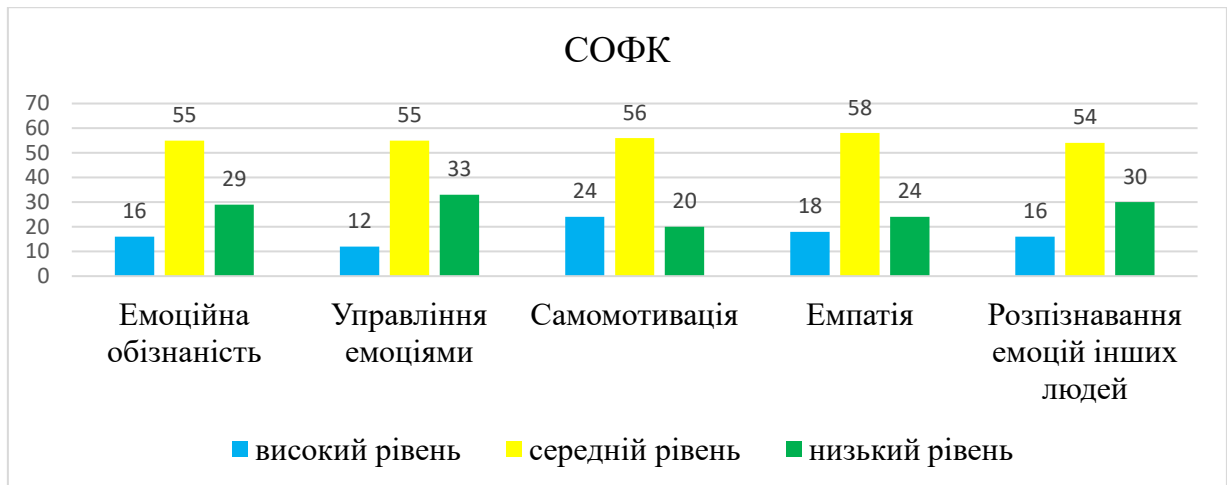


Рисунок 2.3 – Результати дослідження емоційного інтелекту за методикою Н. Холла у майбутніх педагогів, у %

Аналіз результатів майбутніх вчителів фізичної культури дозволив з'ясувати, що у студентів даної спеціальності достатньо розвинута самотивація, проте низький рівень розвитку емоційної обізнаності (29%), управління емоціями (33%) та розпізнавання емоцій інших людей (30%), що може бути обумовлено особливостями навчальної програми або фокусом на фізичних аспектах професії. Високий рівень самотивації є позитивним аспектом, оскільки він сприяє активності та зацікавленості студентів у власному професійному розвитку. З іншого боку, низький рівень емоційної обізнаності, управління емоціями та розпізнавання емоцій інших людей вказує на потребу у вдосконаленні навичок, необхідних для успішної міжособистісної взаємодії та роботи з різними групами студентів. Заходи щодо розвитку цих аспектів можуть сприяти більш повному й ефективному виконанню професійних обов'язків у майбутньому.

При порівнянні результатів дослідження інтегрального показника емоційного інтелекту за методикою Н. Холла, у студентів спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота» та «Середня освіта. Фізична культура та спорт», не було виявлено суттєвих відмінностей у показниках високого рівня, але є суттєві відмінності у показниках низького рівня: так лише 16% студентів-психологів мають низький рівень розвитку емоційного інтелекту, в той час, як

серед студентів-майбутніх вчителів 28% продемонстрували низький рівень розвитку ЕІ.

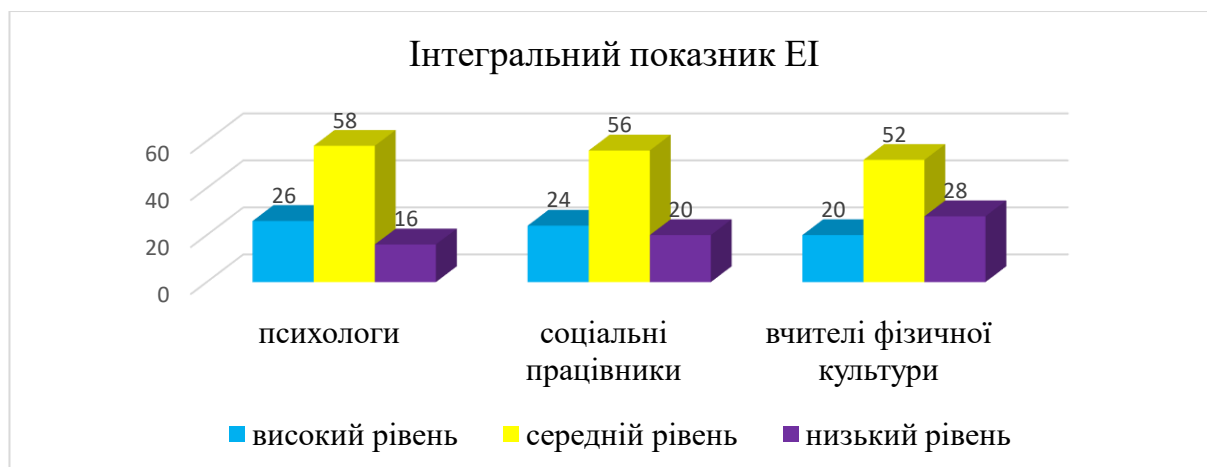


Рисунок 2.4 – Порівняння результатів вираженості інтегрального показника емоційного інтелекту у студентів соціономічного профілю, у %

Для відображення динаміки змін в розвитку емоційного інтелекту ми порівняли результати студентів 1-го та 4-го курсів (Таблиця 2.3). Як видно з таблиці, є певні відмінності між рівнями розвитку емоційного інтелекту (інтегрального показника) у студентів різних курсів. Зокрема, спостерігається загальна тенденція для обстежуваних всіх спеціальностей зростання вираженості високого рівня розвитку емоційного інтелекту та зниження відсотків студентів, які мають низький рівень. Це можна пояснити зростанням професійного досвіду та поглибленням знань у межах обраної спеціальності протягом років навчання. Студенти старших курсів набули більше практичного досвіду та виробили ті навички, які сприяють розвитку емоційного інтелекту. Зростання вираженості високого рівня розвитку емоційного інтелекту може бути результатом осмисленого підходу до власного професійного росту та прагнення до покращення міжособистісних відносин. Низький відсоток студентів із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту серед старших курсів може свідчити про ефективність навчання та позитивний вплив отриманих знань на розвиток емоційних компетенцій. Однак для більш детального розуміння динаміки розвитку емоційного інтелекту серед студентів, важливо провести подальші дослідження та

врахувати вплив різних факторів, таких як практичний досвід, навчальна програма та інші аспекти навчання.

Таблиця 2.2 – Результати дослідження емоційного інтелекту за методикою Н. Холла у студентів соціономічного профілю на 1-му та 4-му курсах (інтегральний показник EI), у %

курс	ПП			СР			СОФК		
	ВР	СР	НР	ВР	СР	НР	ВР	СР	НР
I	24	54	22	20	52	28	18	50	32
IV	28	62	10	28	60	12	22	54	24

Примітка: ВР -високий рівень, СР – середній рівень, НР – низький рівень

Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В. Зарицької дозволяє визначити рівень розвитку таких структурних компонентів емоційного інтелекту як: самоконтроль і саморегуляція емоцій, розуміння емоцій інших людей, розуміння власних емоцій та використання емоцій у діяльності та спілкуванні.

За результатами дослідження структурних компонентів емоційного інтелекту за В. Зарицькою, було з'ясовано, що 18% майбутніх психологів мають високий рівень розвитку самоконтролю та саморегуляції емоцій та 29% студентів – достатній. Майбутні соціальні педагоги продемонстрували високий рівень розвитку зазначеного компонента емоційного інтелекту 15% респондентів та 31% – достатній, майбутні вчителі 17% і 35% відповідно. В той час, низький рівень розвитку самоконтролю та саморегуляції мають 13% психологів, 17% соціальних працівників і 15% вчителів. Такі результати свідчать про значні варіації у розвитку компонента емоційного інтелекту, який відповідає за самоконтроль та саморегуляцію емоцій, серед майбутніх фахівців різних спеціальностей. Високий рівень розвитку цього компонента вказує на здатність студентів ефективно контролювати та регулювати свої емоції, що може бути корисним у професійній діяльності. Достатній рівень самоконтролю та саморегуляції емоцій, який був продемонстрований значною часткою студентів, свідчить про те, що вони володіють базовими навичками

управління власним емоційним станом. Однак низький рівень у цьому компоненті, виявлений у певних групах студентів, може вказувати на необхідність подальшої уваги до розвитку навичок самоконтролю та саморегуляції в їхній підготовці. Ці результати також вказують на значення впровадження психоемоційних аспектів у навчальні програми для формування високорозвиненого емоційного інтелекту у майбутніх фахівців (Таблиця 2.3, та Рисунки 2.5-2.9).

Таблиця 2.3 – Результати дослідження рівнів розвитку ЕІ за В. Зарицькою у майбутніх фахівців соціономічного профілю, у %

Структурні компоненти ЕІ	спеціальності											
	ПП				СР				СОФК			
	ВР	ДР	СР	НР	ВР	ДР	СР	НР	ВР	ДР	СР	НР
Самоконтроль і саморегуляція емоцій	18	39	30	13	15	31	37	17	17	35	33	15
Розуміння емоцій інших	16	36	38	10	18	36	34	12	12	27	40	21
Здатність використовувати емоції в діяльності та спілкуванні	16	40	30	14	14	33	40	13	15	30	37	18
Розуміння власних емоцій	20	36	34	10	16	32	40	12	14	32	38	16

Примітка: ВР -високий рівень, ДР – достатній рівень, СР – середній рівень, НР – низький рівень

На основі порівняння результатів студентів різних спеціальностей, було виявлено, що самоконтроль та саморегуляція як компонент емоційного інтелекту краще розвинутий у майбутніх психологів, тоді як майбутні соціальні працівники та вчителі не мають суттєвих відмінностей цієї складової емоційного інтелекту.

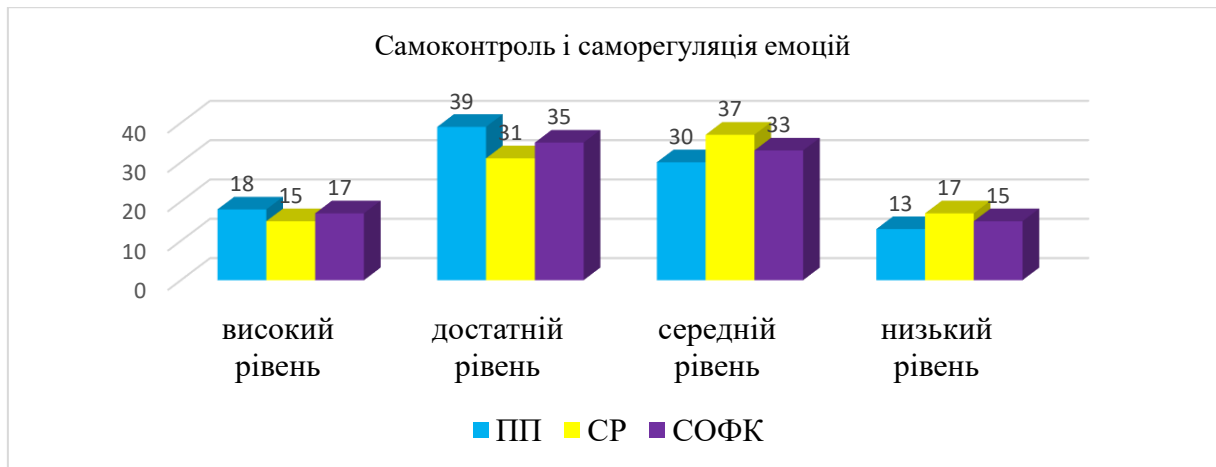


Рисунок 2.5 – Результати дослідження рівнів розвитку самоконтролю та саморегуляція емоцій у студентів соціономічного профілю, у %

Такі результати обумовлені різним акцентом у професійному навчанні. Виявлена різниця може відобразити специфічні вимоги та сценарії взаємодії з людьми у різних сферах діяльності. Розвинений самоконтроль та саморегуляція у майбутніх психологів може бути результатом їхньої спрямованості на індивідуальні особистісні аспекти та вимоги психотерапевтичної практики. У той час як у майбутніх соціальних працівників та вчителів ці компетенції можуть розвиватися у відповідності з особливостями їхньої професійної спрямованості, пов'язаної з колективною та груповою роботою. Ці відмінності в розвитку емоційного інтелекту підкреслюють важливість індивідуального підходу до формування цих навичок у майбутніх спеціалістів, зокрема в контексті адаптації навчальних програм до конкретних вимог різних професійних галузей.

Як показали результати дослідження розуміння емоцій інших, майбутні психологи та соціальні працівники мають майже однакові показники рівнів розвитку цієї складової ЕІ. В той час, суттєво відрізняються результати майбутніх педагогів, серед яких тільки 12% студентів мають високий рівень, а 21% – низький, що свідчить про потребу у більш глибокому вивченні аспектів емоційного інтелекту, які спрямовані на взаємодію та формування позитивного клімату в навчальному середовищі.

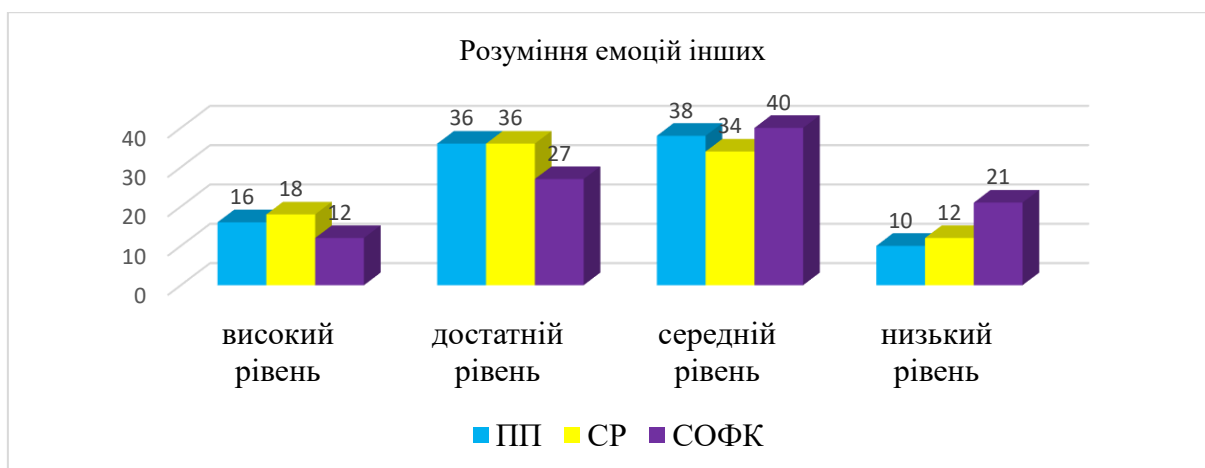


Рисунок 2.6 – Результати дослідження рівнів розвитку розуміння емоцій інших у студентів соціономічного профілю, у %

Ці результати вказують на необхідність розглядати емоційний інтелект як ключовий компонент підготовки майбутніх педагогів для ефективного спілкування та взаємодії з учнями.

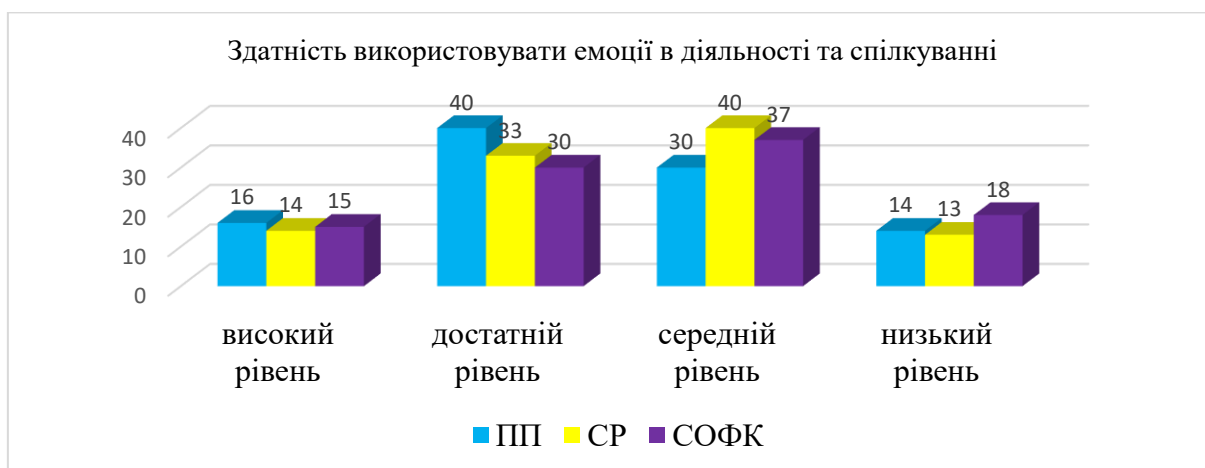


Рисунок 2.7 – Результати дослідження рівнів розвитку здатності використовувати емоції в діяльності та спілкуванні у студентів соціономічного профілю, у %

Дослідження здатності використовувати емоції в діяльності та спілкуванні дало змогу виявити, що студенти спеціальностей ПП, СР та СОФК не мають виражених відмінностей в рівнях розвитку даної компоненти емоційного інтелекту. Високий рівень розвитку мають 16% студентів-психологів, 14% – майбутніх соціальних працівників, і 15% студентів-педагогів. Низький рівень – 14%, 13%, 18% відповідно.

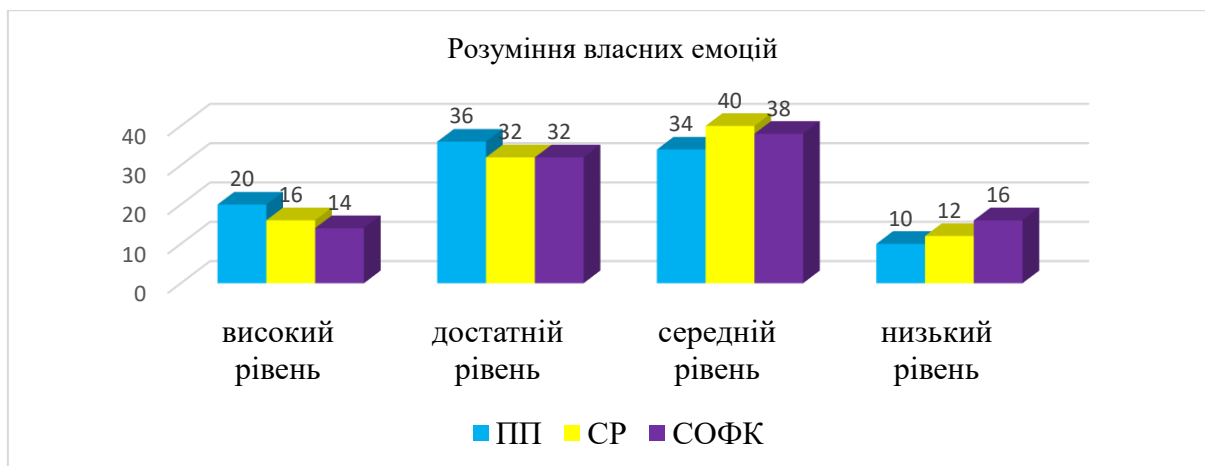


Рисунок 2.8 – Результати дослідження рівнів розвитку розуміння власних емоцій у студентів соціономічного профілю, у %

Найкращі показники розвитку здатності розуміння власних емоцій продемонстрували майбутні психологи – 20%, а нижчі показники мають майбутні вчителі фізичної культури – 16%, що свідчить про важливість інтроспекції та усвідомлення власних емоцій у майбутній професійній діяльності. Майбутні психологи, здатні до більш глибокого розуміння своїх емоцій, можуть ефективніше взаємодіяти з клієнтами та вирішувати різноманітні завдання у сфері психологічної підтримки. З іншого боку, низькі показники серед майбутніх вчителів фізичної культури можуть вказувати на потребу вдосконалення навичок самоаналізу та рефлексії, щоб забезпечити якісну взаємодію зі своїми учнями та сприяти їхньому емоційному розвитку через фізичну активність.

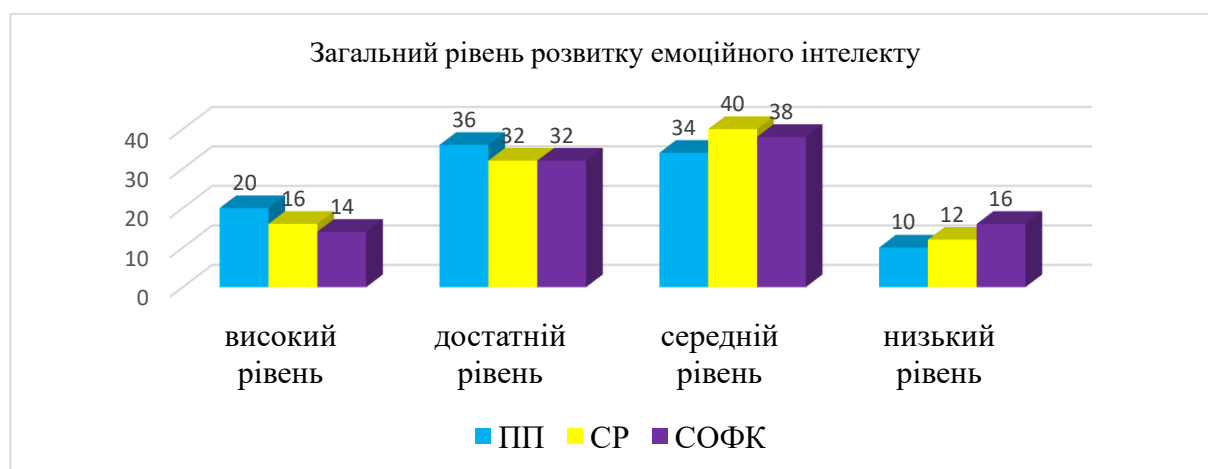


Рисунок 2.9 – Результати дослідження загального рівня розвитку емоційного інтелекту у студентів соціономічного профілю, у %

Порівняння результатів дослідження загального рівня розвитку ЕІ за методикою В. Зарицькою, дає можливість зробити такі узагальнення: у студентів спеціальностей соціономічного профілю є певні відмінності в рівнях розвитку ЕІ, зокрема 20% студентів-психологів продемонстрували високий рівень, в той час серед майбутніх вчителів тільки 14% респондентів мають високий рівень розвитку ЕІ. Тоді як, низький рівень у 10% студентів ПП протистоїть 16% студентів СОФК. Це свідчить про те, що високий рівень розвитку емоційного інтелекту серед майбутніх психологів може бути пояснений необхідністю вивчення та використання їх у професійній практиці, де емоційна підтримка та розуміння клієнтів грають ключову роль. Низькі показники серед майбутніх вчителів у сфері фізичної культури можуть бути пов'язані із зосередженням на фізичних аспектах навчання, що призводить до меншого акценту на розвиток емоційного інтелекту.

Для визначення відмінностей в розвитку емоційного інтелекту на різних етапах професійної підготовки ми порівняли результати студентів 1-го та 4-го курсів навчання за спеціальностями «Психологія», «Соціальна робота» і «Середня освіта. Фізична культура та спорт» (Таблиця 2.4).

Таблиця 2.4 – Результати дослідження загального рівня розвитку емоційного інтелекту за методикою В. Зарицької у студентів соціономічного профілю на 1-му та 4-му курсах, у %

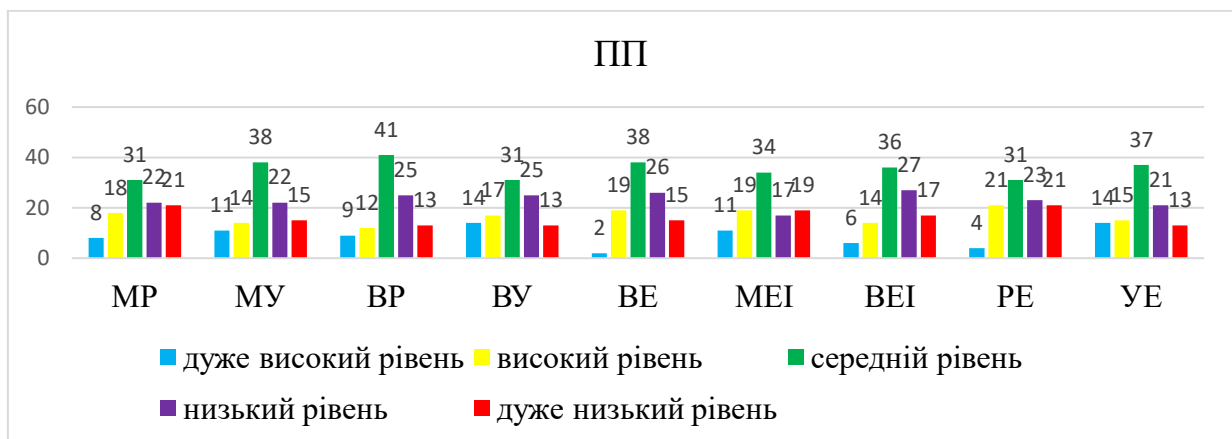
курс	спеціальності											
	ПП				СР				СОФК			
	ВР	ДР	СР	НР	ВР	ДР	СР	НР	ВР	ДР	СР	НР
I	16	32	38	14	15	32	36	17	12	28	43	17
IV	18	42	30	10	18	38	32	12	14	31	40	15

Примітка: ВР -високий рівень, ДР – достатній рівень, СР – середній рівень, НР – низький рівень

Порівняння результатів дослідження емоційного інтелекту серед студентів соціономічного профілю початкового та випускного курсів дало можливість зазначити, що серед студентів четвертого курсу спостерігається

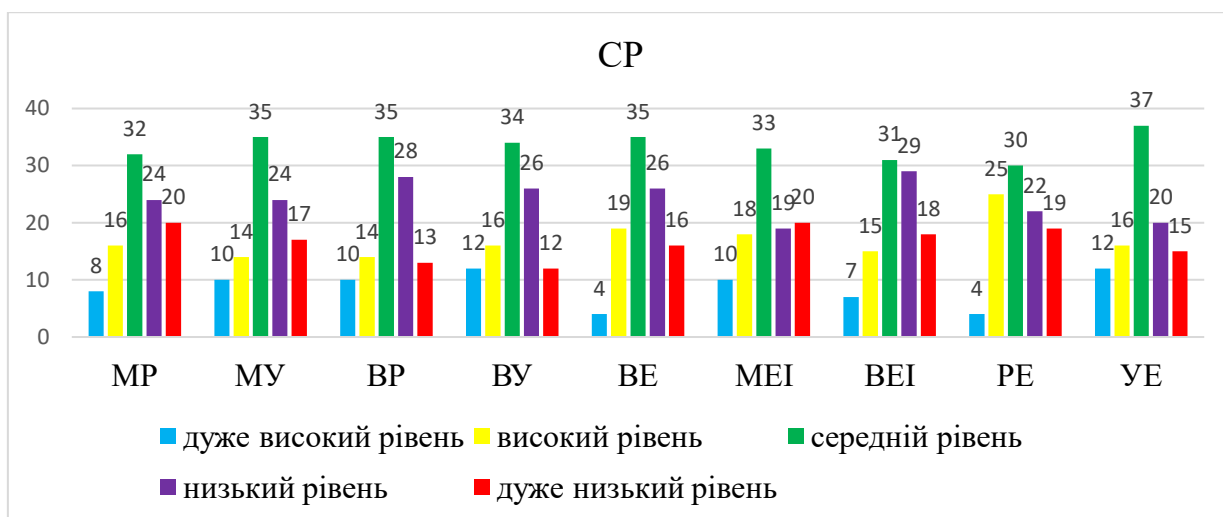
тенденція до зростання відсотків студентів, які мають високий рівень розвитку ЕІ, та знижується відсоток студентів з низьким рівнем ЕІ, що може бути пов'язано з професійною зрілістю та поглибленим розумінням емоційної сфери в контексті соціально-економічних процесів. Випускники отримали додатковий досвід та знання, які вплинули на їхній емоційний інтелект. Зростання відсотків студентів із високим рівнем розвитку ЕІ свідчить про їхню здатність успішно адаптуватися до вимог професійного середовища та ефективно взаємодіяти з оточуючими. Зменшення відсотку студентів із низьким рівнем ЕІ є відображенням позитивного впливу освітнього процесу та власного досвіду на їхню емоційну компетентність. Здатність розуміти та керувати власними емоціями стає важливим аспектом професійної діяльності в галузі соціально-економічних наук, і високий рівень розвитку ЕІ може сприяти більш успішній реалізації студентів у вибраних ними професійних сферах.

На наступному етапі нашого дослідження ми діагностували емоційний інтелект за методикою ЕМІн (Д. Люсіна). Методика дає можливість здійснити якісний аналіз розвитку емоційного інтелекту за 10-тю шкалами та 5-ма рівнями: від дуже низького до дуже високого. Отримані дані представлені у таблицях 2.5, 2.6 та графічно представлені на рисунках 2.10 – 2.13



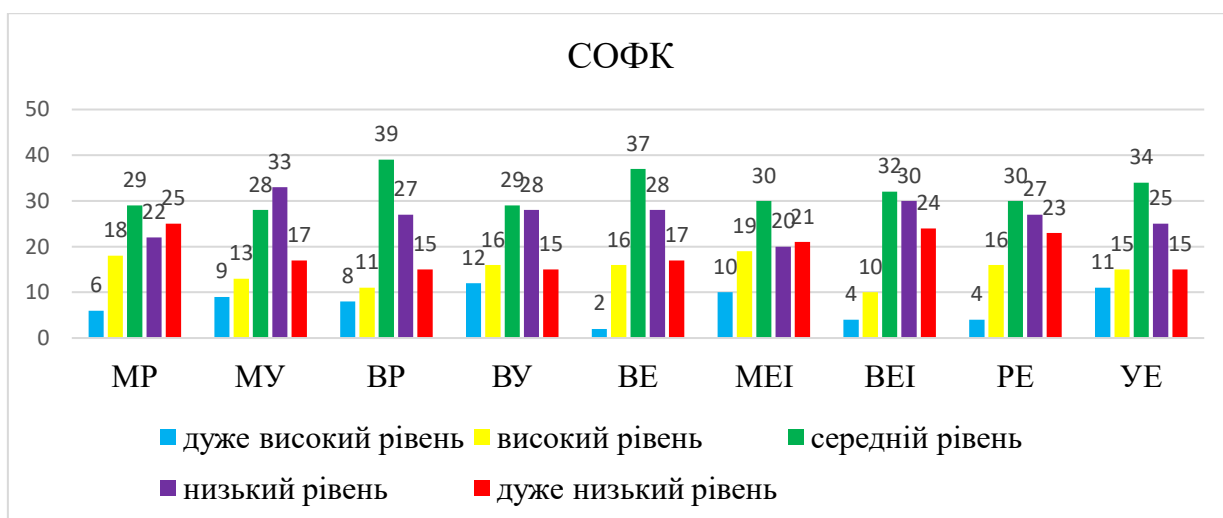
Примітка*: MP – розуміння чужих емоцій; MU – управління чужими емоціями; BP – розуміння своїх емоцій; BU – управління своїми емоціями; BE – керування експресією; MEI - міжособистісний емоційний інтелект; BEI – внутрішньо-особистісний емоційний інтелект; PE - розуміння своїх та чужих емоцій; UE - управління своїми та чужими емоціями

Рисунок 2.10 – Результати дослідження рівнів розвитку емоційного інтелекту у майбутніх психологів за методикою Д. Люсіна, у %



Примітка*: MP – розуміння чужих емоцій; MU – управління чужими емоціями; BP – розуміння своїх емоцій; BU – управління своїми емоціями; BE – керування експресією; MEI - міжособистісний емоційний інтелект; BEI – внутрішньо-особистісний емоційний інтелект; PE - розуміння своїх та чужих емоцій; UE - управління своїми та чужими емоціями

Рисунок 2.11 – Результати дослідження рівнів розвитку емоційного інтелекту у майбутніх соціальних працівників за методикою Д. Люсіна, у %



Примітка*: MP – розуміння чужих емоцій; MU – управління чужими емоціями; BP – розуміння своїх емоцій; BU – управління своїми емоціями; BE – керування експресією; MEI - міжособистісний емоційний інтелект; BEI – внутрішньо-особистісний емоційний інтелект; PE - розуміння своїх та чужих емоцій; UE - управління своїми та чужими емоціями

Рисунок 2.12 – Результати дослідження рівнів розвитку емоційного інтелекту у майбутніх педагогів за методикою Д. Люсіна, у %

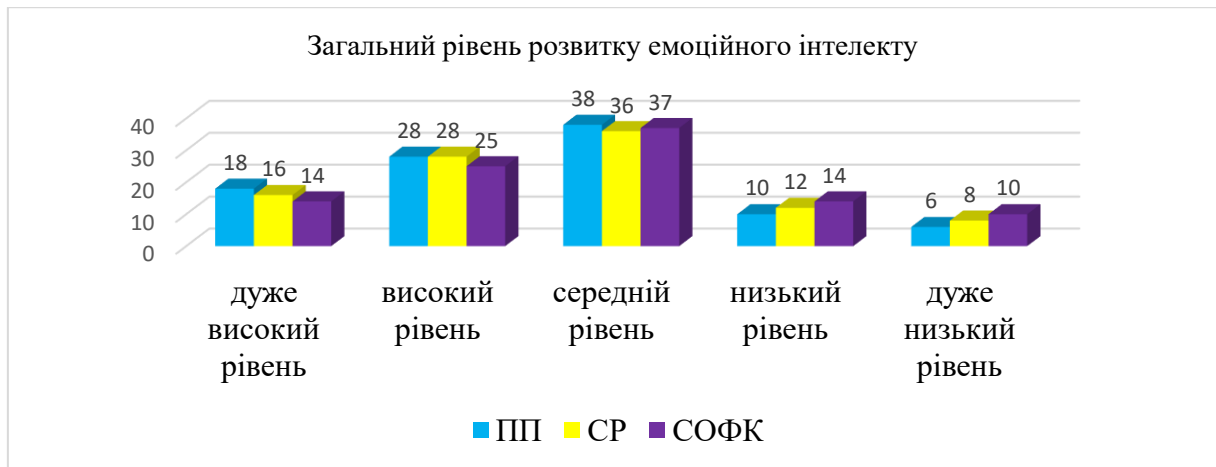


Рисунок 2.13 – Результати дослідження рівня розвитку показника загального емоційного інтелекту у студентів соціономічного профілю за Д. Люсіним, у %

Отримані дані діагностики рівня розвитку загального емоційного інтелекту з використанням методики Д. Люсіна свідчать про те, що у 18% майбутніх психологів, 16% майбутніх соціальних працівників та 14% майбутніх вчителів був продіагностований дуже високий рівень емоційного інтелекту, високий відповідно у 28% студентів ПП та СР, 25% СОФК. Достатньо велика кількість обстежуваних мають низький та дуже низький рівень розвитку емоційного інтелекту: психологи – 10% і 6%, соціальні працівники – 12% і 8%, майбутні педагоги – 14% і 10% відповідно.

Таблиця 2.5 – Результати дослідження рівня розвитку загального емоційного інтелекту за методикою Д. Люсіна у студентів соціономічного профілю на 1-му та 4-му курсах, у %

курс	спеціальності														
	ПП					СР					СОФК				
	ДВР	ВР	СР	НР	ДНР	ДВР	ВР	СР	НР	ДНР	ДВР	ВР	СР	НР	ДНР
I	16	26	38	12	8	15	27	35	14	9	12	24	37	15	12
IV	20	30	38	8	4	17	29	37	10	7	16	26	37	13	8

Примітка: ДВР – дуже високий рівень, ВР – високий рівень, СР – середній рівень, НР – низький рівень, ДНР- дуже низький рівень

Результати досліджень розвитку загального емоційного інтелекту за методикою Д. Люсіна студентів 1-х та 4-х курсів відображають загальну

тенденцію, підтверджену попередніми результатами обстеження: студенти 4-го курсу демонструють вищі показники розвитку ЕІ, ніж студенти 1-го курсу. Зростає відсоток студентів, які мають дуже високий та високий рівні розвитку ЕІ (ПП 42% студентів 1-го курсу та 50% 4-го відповідно, СР 42% 1-го та 46% 4-го, СОФК 36% 1-го та 42% 4-го) і знижується відсоток студентів, які мають низький та дуже низький рівень (ПП 20% студентів 1-го курсу та 12% 4-го відповідно, СР 23% 1-го та 17% 4-го, СОФК 27% 1-го та 21% 4-го).

Середній показник емоційного інтелекту в обстежуваних становить 83,75 бали, вказуючи на середній рівень розвитку. Подібні тенденції спостерігаються і за окремими шкалами. Наприклад, середні результати міжособистісного та внутрішньо-особистісного інтелекту складають відповідно 42,14 та 41,61 бали, вказуючи на середній рівень в цих аспектах. Важливо відзначити, що значних відмінностей не спостерігається і в окремих компонентах емоційного інтелекту, таких як уміння управляти емоціями та їх розуміння. Середні показники за цими шкалами становлять відповідно 42,39 та 41,5 бали, також підтверджуючи середні рівні в цих аспектах. Ступінь розвитку окремих складових емоційного інтелекту також відповідає середнім значенням, включаючи здатність розуміти емоційний стан інших основуючись на зовнішніх виявах та внутрішніх станах, викликання емоцій у інших, розпізнавання власних емоцій та їх ідентифікацію, а також уміння керувати своїми емоціями та зовнішніми їх виявами.

Таким чином, результати дослідження з використанням методики діагностики емоційного інтелекту (Н. Холла), методики дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В. Зарицької), опитувальника емоційного інтелекту ЕМІн (Д. Люсіна) демонструють таку тенденцію: студентам, майбутнім фахівцям соціономічного профілю бракує вміння ідентифікувати емоції (як власні емоції, так і емоції інших), контролювати зовнішні прояви власних емоцій, використовувати знання про емоції для збільшення своєї особистісної ефективності.

2.3 Тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту та практичні рекомендації щодо її застосування

На основі отриманих результатів дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту серед майбутніх фахівців соціономічного профілю виявлено, що середні показники емоційного інтелекту вказують на середній рівень розвитку у різних його аспектах, таких як міжособистісний та внутрішньо-особистісний інтелект, управління емоціями та розуміння емоцій. Це свідчить про потребу в подальшому вдосконаленні та розвитку емоційного інтелекту серед студентів цього профілю.

Необхідність розробки тренінгової програми розвитку емоційного інтелекту обумовлена кількома ключовими аспектами. По-перше, емоційний інтелект є важливою складовою успіху в професійній діяльності, особливо в сфері соціономічного профілю, де важлива взаємодія з людьми. Вміння ефективно розуміти та управляти власними емоціями, а також розпізнавати та реагувати на емоції інших, впливає на якість комунікації, розв'язання конфліктів та загальний успіх у взаємодії з клієнтами, колегами та іншими стейкхолдерами. По-друге, розвиток емоційного інтелекту сприяє покращенню самопізнання, саморегуляції та роботи над власними емоційними реакціями. Це важливо для виявлення та подолання можливих обмежень, які можуть виникнути в професійній діяльності.

Отже, розробка тренінгової програми з розвитку емоційного інтелекту для студентів соціономічного профілю є актуальною, оскільки її використання сприятиме підвищенню їхнього професійного успіху, покращенню взаємодії з оточуючими та збалансованому психологічному самопочуттю. Такий тренінг допоможе студентам усвідомити та розвинути важливі навички емоційної компетентності, необхідні для подальшого професійного зростання та успіху в їхній майбутній кар'єрі.

Нами була розроблена тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту для студентів соціономічного профілю. Програма включає п'ять

занять, тривалість кожного 80 хвилин (аудиторна година), кількість учасників 10-12 осіб (Додаток Д).

Вимоги до проведення тренінгової програми з розвитку емоційного інтелекту для майбутніх фахівців соціономічного профілю:

1) Кваліфікація інструкторів: інструктори, які проводитимуть тренінг, повинні мати професійний досвід у сфері психології та тренінгів, повинні мати спеціальні знання з емоційного інтелекту, соціальної психології та взаємодії людей.

2) Робота проводиться в невеликих групах, щоб забезпечити ефективну взаємодію та особистий підхід до кожного учасника.

3) Забезпечення необхідними матеріалами для вправ, кейсів, практичних завдань та інтерактивних елементів.

4) Використання аудіовізуальних засобів та інтерактивних технологій для покращення засвоєння матеріалу.

5) Забезпечення комфортного та відкритого простору для проведення групових та індивідуальних вправ.

6) Можливість перегляду презентацій, проведення обговорень та ролевих ігор.

7) Чітке структурування програми на етапи з урахуванням поступового розвитку навичок учасників.

8) Включення практичних завдань та реальних сценаріїв з соціального життя.

9) Визначення метрик успіху та критеріїв оцінки розвитку емоційного інтелекту.

10) Проведення анкет та обговорень для збору звітів та фідбеку від учасників.

11) Сприяння активності та ініціативі учасників, створення сприятливого середовища для відкритого обміну емоцій та думок.

12) Орієнтація на студентів соціономічних спеціальностей, які вже мають базові знання у цій галузі.

13) Забезпечення конфіденційності та етичних стандартів у взаємодії з особистою інформацією та емоціями учасників.

Мета тренінгової програми: розвиток та вдосконалення емоційного інтелекту студентів, які обирають соціономічний профіль, підготовка їх до ефективної професійної діяльності, в якій важлива взаємодія з людьми та ефективне управління власними емоціями та емоціями оточуючих.

Завдання тренінгової програми:

Розширення емоційної свідомості: забезпечити учасникам засоби та методи для усвідомлення власних емоцій та їх впливу на поведінку та спілкування.

Розвиток навичок управління емоціями: навчити учасників ефективно реагувати на свої та емоції інших, розвивати стратегії саморегуляції та підтримки позитивних емоцій.

Покращення міжособистісних навичок: навчити взаємодії та спілкування, враховуючи емоційний контекст, зокрема розвивати навички емпатії та взаєморозуміння.

Сприяння розвитку емпатії: розвивати здатність відчувати та розуміти емоції інших, а також реагувати на них з розумінням та підтримкою.

Створення позитивного емоційного клімату: сприяти формуванню позитивного та підтримуючого емоційного середовища в освітньому та професійному контексті.

Підготовка до професійної діяльності: враховуючи особливості соціономічного профілю, тренінг має сприяти формуванню емоційної компетентності, необхідної для успішної взаємодії з клієнтами, колегами та іншими зацікавленими сторонами в соціальній сфері.

Саморефлексія та розвиток особистісних якостей: забезпечити можливість учасникам тренінгу самостійно оцінювати свій емоційний інтелект, розпізнавати сильні та слабкі сторони, а також розвивати особистісні якості, необхідні для успіху у соціономічній сфері.

Цей тренінг розроблений для систематичного та комплексного розвитку емоційного інтелекту у студентів соціономічного профілю [13]. Кожне з п'яти занять спрямоване на вивчення конкретних аспектів ЕІ та розвиток відповідних навичок.

На першому занятті учасники ознайомлюються з основами ЕІ, розглядаючи ключові поняття та їх вплив на соціономічну сферу. Акцент робиться на самовизначенні емоційного стану та його ролі в професійному житті.

Друге заняття спрямоване на розвиток міжособистісного ЕІ. Учасники вивчають техніки емпатії та взаєморозуміння, а також отримують завдання для роботи в групі та розвитку емоційного лідерства.

Третє заняття фокусується на саморегуляції та управлінні власним емоційним станом. Учасники вивчають техніки та стратегії, спрямовані на ефективний контроль і модуляцію власних емоцій, а також розвивають навички свідомого впливу на свої почуття та реакції. Це заняття спрямоване на забезпечення учасників інструментами для побудови емоційного балансу та зниження впливу стресових ситуацій на їхню емоційну стабільність.

Четверте заняття призначене для вивчення та розвитку навичок використання емоцій в соціономічній сфері. Учасники вивчають, як позитивно впливати на комунікацію, управління проектами та прийняття рішень через раціональне використання емоцій.

Останнє заняття спрямоване на закріплення набутих знань та навичок. Учасники беруть участь у практичних вправах, рольових ситуаціях і дискусіях для застосування концепцій ЕІ у реальному житті.

Основні принципи тренінгу:

- інтерактивність та практичні завдання передбачає, що кожне заняття включає в себе взаємодію, дискусії та практичні вправи для максимального засвоєння матеріалу.
- заняття спрямовані на роботу в групах для підтримки колективного розвитку.

- концепції емоційного інтелекту представлені через реальні приклади та сценарії з соціономічної практики.

- тренінг враховує індивідуальні потреби учасників та надає інструменти для особистого розвитку.

Очікувані результати: внаслідок цього тренінгу учасники зможуть розвинути емоційну свідомість, покращити навички міжособистісної взаємодії та підвищити здатність ефективно використовувати емоції у своїй професійній діяльності [6].

Структура тренінгу дозволяє учасникам поетапно опановувати ключовими аспектами емоційного інтелекту, від введення в теоретичні основи до практичного застосування в різних сферах їхнього життя та професійної діяльності.

За результатами емпіричного дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту у майбутніх психологів, соціальних працівників та вчителів, нами були розроблені практичні рекомендації щодо застосування тренінгової програми розвитку емоційного інтелекту, які спрямовані на створення ефективного та підтримуючого середовища для розвитку емоційного інтелекту серед студентів та викладачів.

Ці рекомендації ґрунтуються на визнанні важливості емоційного інтелекту в навчальному середовищі, яке впливає на академічний успіх, ефективність спілкування та загальний розвиток студентів. Сучасний вищий навчальний процес ставить підвищені вимоги до особистісних компетенцій, серед яких ключове значення має розвинений емоційний інтелект. Сприятлива атмосфера під час тренінгового процесу, спрямованого на розвиток ЕІ, сприяє не лише збалансованому психологічному стану студентів, але й формує усвідомленість власних емоцій, розвинуту емпатію та ефективні навички міжособистісної взаємодії. Для викладачів це також є ключовим елементом в підготовці компетентних та емоційно розвинутих фахівців, які здатні успішно взаємодіяти з оточуючими та ефективно вирішувати завдання у різних сферах життя. Спрямованість на створення підтримуючого середовища підкреслює

необхідність гармонійного розвитку особистості, що впливає на якість освіти та підготовку студентів до викликів сучасного суспільства.

1) Забезпечте можливість індивідуальних консультацій для студентів, де вони можуть обговорити свої очікування від тренінгу, визначити особисті цілі та обговорити будь-які конфіденційні питання, пов'язані з емоційним станом.

2) Розробіть форум чи групу, де студенти можуть обмінюватися досвідом, враженнями та підтримувати один одного в процесі розвитку емоційного інтелекту.

3) Перед початком тренінгу проведіть опитування для визначення вихідного рівня емоційного інтелекту студентів. Це дозволить адаптувати програму до їхніх потреб.

4) Включіть до програми вправи, що сприяють самовизначенню емоційного стану студентів, використовуючи техніки медитації та релаксації.

5) Організуйте вправи, що розвивають навички емпатії та сприйняття емоцій інших, наприклад, рольові ігри та колективні завдання.

5) Використовуйте конкретні сценарії з реального життя чи кейси, що стосуються соціономічної практики, для вивчення застосування емоційного інтелекту.

6) Навчіть студентів технікам контролю та управління власним емоційним станом, включаючи вправи на зниження стресу та збереження емоційної стабільності.

7) Використовуйте рольові гри для тренування практичного застосування емоційного інтелекту в реальних сценаріях.

8) Проведіть сесії, де студенти разом з викладачами розробляють стратегії використання емоційного інтелекту для досягнення своїх освітніх та професійних цілей.

9) Надайте регулярний зворотний зв'язок студентам, оцінюючи їхній прогрес у розвитку емоційного інтелекту та надаючи конструктивні поради для подальшого розвитку.

Дотримання цих рекомендацій у впровадженні тренінгової програми розвитку емоційного інтелекту серед студентів призведе до створення позитивного та підтримуючого середовища, сприяючи індивідуальному та груповому розвитку емоційних навичок. Студенти будуть мати змогу покращити своє самовизначення та взаємодію з іншими, розвивати навички саморегуляції, а також успішно застосовувати емоційний інтелект у своїй професійній практиці. Регулярний зворотний зв'язок та оцінка прогресу сприятимуть сталому вдосконаленню емоційного інтелекту, що вплине на загальний успіх і задоволення студентів в навчанні та майбутній кар'єрі.

Практичні рекомендації студентам для розвитку емоційного інтелекту:

- виділіть час для регулярного самоаналізу своїх емоцій, спостерігайте за тим, як ви реагуєте на різні ситуації і визначайте основні емоції;
- вивчайте техніки медитації та релаксації для зниження стресу та підтримки емоційної стабільності;
- активно взаємодійте з іншими, намагаючись розуміти їхні почуття та емоції, спілкуйтеся відверто та чуйно;
- цікавтеся літературою про емоційний інтелект: чим більше ви розумієте, тим ефективніше зможете розвивати свій EI;
- активно слухайте інших, спробуйте поставитися на їхнє місце та відчувати їхні емоції;
- навчіться контролювати свої емоції, особливо в стресових ситуаціях. Використовуйте техніки дихання та позитивні афірмації;
- беріть участь у групових заняттях з розвитку емоційного інтелекту, де можна обмінюватися досвідом та отримувати підтримку;
- регулярна фізична активність може допомогти вирішувати емоційні питання та підтримувати психічне здоров'я;
- ведіть особистий емоційний журнал, фіксуючи свої почуття та емоції щоденно;
- вивчайте нові аспекти емоційного інтелекту;

- берить участь у тренінгах та семінарах для постійного розвитку.

Розроблена тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту та надані практичні рекомендації для викладачів та студентів, щодо її застосування, визначають інтегрований підхід до підготовки студентів та викладачів та сприяють їхньому емоційному зростанню та формуванню соціальної компетентності.

Висновки до розділу

На основі результатів дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту у студентів соціономічного профілю ми дійшли певних висновків. По-перше, відзначається тенденція до покращення рівня розвитку емоційного інтелекту у студентів на випускному курсі порівняно з початковим. Це може бути пов'язано з професійним зростанням та поглибленим розумінням емоційних аспектів у соціально-економічному контексті. По-друге, можна відзначити, що студенти соціономічного профілю демонструють високий рівень розвитку певних компонентів емоційного інтелекту, зокрема емпатії та міжособистісного інтелекту. Це може бути важливим фактором у їхній соціальній та професійній взаємодії, де емоційна компетентність грає значущу роль.

За результатами емпіричного дослідження з'ясовано, що існують певні аспекти емоційного інтелекту, які менш розвинуті у студентів соціономічного профілю, зокрема: управління стресом, управління власними емоціями та розпізнавання емоцій інших. Ці аспекти стали точкою відправлення для розробки модулів тренінгу, спрямованих на збалансоване та комплексне підвищення рівня емоційного інтелекту у студентів.

Розроблена програма розвитку емоційного інтелекту та надані практичні рекомендації визначають інтегрований підхід до підготовки студентів та викладачів, сприяючи їхньому емоційному зростанню та соціальній компетентності. Програма враховує основні аспекти емоційного інтелекту,

такі як управління власними емоціями, спілкування на емоційному рівні, розуміння та сприйняття емоцій інших людей. Запропоновані рекомендації враховують потреби різних груп учасників та сприяють вдосконаленню ключових компетенцій, необхідних для успішної соціальної взаємодії та розвитку в освітньому середовищі. Впровадження цих ініціатив може сприяти створенню позитивної та підтримуючої атмосфери, сприяючи глибокому осмисленню та розвитку особистісного потенціалу учасників.

Загалом можна констатувати, що розвиток емоційного інтелекту важливий для студентів соціономічного профілю, оскільки він сприяє їхній соціальній адаптації та успішній взаємодії в професійному оточенні.

ВИСНОВКИ

На основі аналізу соціально-психологічної літератури, ми дійшли висновку, що емоційний інтелект проявляється на різних рівнях психічного відображення. Ці рівні утворюють ієрархічну систему, де кожен рівень виконує важливу роль та забезпечує цілісне функціонування та розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі. З цієї перспективи стає зрозумілим, що питання щодо можливостей розвитку емоційного інтелекту, що стало предметом дискусій між прихильниками моделі здібностей та змішаної моделі емоційного інтелекту, може бути вирішене. Це пояснюється тим, що емоційна компетентність, емоційно-інтелектуальна зрілість та емоційна креативність особистості не є вродженими властивостями, а розвиваються в процесі її життєдіяльності. Враховуючи це, ми приєднуємося до погляду тих дослідників, які стверджують, що емоційний інтелект можна розвивати протягом усього життя людини.

Важливо враховувати, що усвідомлення власних емоцій, навички емпатії та здатність сприймати емоції інших є суттєвими елементами формування емоційного інтелекту фахівців у різних сферах, зокрема в соціономічній, дозволяючи їм успішно взаємодіяти з різноманітними особистостями та будувати довірливі відносини у професійному оточенні. Розвинений емоційний інтелект не лише допомагає розуміти та ефективно управляти власними емоціями, але також сприяє успішному подоланню стресових ситуацій, що є ключовим фактором для досягнення високої професійної продуктивності. Загалом, розвинений емоційний інтелект стає фундаментом для встановлення позитивних міжособистісних зв'язків, сприяючи взаєморозумінню, конструктивній комунікації та сприятливому професійному співробітництву, що впливає на якість надання послуг та успішність в професійній сфері.

Високий рівень емоційного інтелекту сприяє гармонізації емоцій і розуму, внутрішній свободі та відповідальності перед собою, усвідомленню

власних потреб і мотивів, забезпечує підтримку емоційної рівноваги та коригування стратегії життя.

З'ясовано, що існує проблема визначення емоційного інтелекту, оскільки різноманітність підходів до його розуміння ставить під сумнів єдність діагностичних методик для оцінки даного конструкту. Різноманітні моделі емоційного інтелекту призводять до суттєвих розбіжностей у підходах до його вимірювання, що залишає питання про відповідність результатів, отриманих за різними методами діагностики, відкритим. Саме тому для діагностики особливостей розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців, ми використали комплекс методик, що дозволив нам отримати комплексну картину оцінки емоційного інтелекту. Цей підхід дозволив нам не лише виявити загальні тенденції, але й окреслити конкретні аспекти, які вимагають уваги та подальшого розвитку у процесі формування емоційної компетентності у майбутніх фахівців.

Порівняння результатів дослідження інтегрального показника емоційного інтелекту за методикою Н. Холла серед майбутніх психологів, соціальних працівників та майбутніх вчителів фізичної культури, не виявило значущих відмінностей вираженості високих рівнів розвитку емоційного інтелекту, але спостерігається різниця в низьких рівнях: лише 16% студентів-психологів мають низький рівень розвитку емоційного інтелекту, у той час, як серед студентів-майбутніх вчителів такий рівень виявили 28% респондентів.

Результати дослідження загального рівня розвитку емоційного інтелекту за методикою В. Зарицької виявили, що серед студентів спеціальностей соціономічного профілю є певні відмінності у рівнях розвитку EI: 20% студентів-психологів мають високий рівень, проте тільки 14% майбутніх вчителів продемонстрували високий рівня розвитку емоційного інтелекту. У той час, тільки 10% студентів-психологів мають низький рівень, а серед студентів спеціальності «Середня освіта. Фізична культура та спорт» таких виявилось 16%, що свідчить про те, що високий рівень розвитку емоційного інтелекту у майбутніх психологів може бути пояснений потребою у вивченні

та застосуванні його в професійній практиці, де розуміння та підтримка емоцій клієнтів відіграють ключову роль. З іншого боку, низькі показники серед майбутніх вчителів у сфері фізичної культури можуть відображати акцент на фізичних аспектах навчання, з меншим підкресленням розвитку емоційного інтелекту.

За даними діагностики рівня розвитку загального ЕІ із використанням методики ЕМІн Д. Люсіна визначено, що дуже високий рівень емоційного інтелекту мають 18% студентів-психологів, 16% майбутніх соціальних працівників та 14% студентів-вчителів, відповідно високий – у 28% студентів спеціальностей «Психологія» та «Соціальна робота», 25% студентів спеціальності «Середня освіта. Фізична культура та спорт». Низький та дуже низький рівень розвитку емоційного інтелекту виявлено у 16% психологів, 20% соціальних працівників, 24% майбутніх педагогів.

Визначено певні відмінності між рівнями розвитку емоційного інтелекту у студентів перших та четвертих курсів. Зокрема, спостерігається загальна тенденція для обстежуваних всіх спеціальностей зростання вираженості високого рівня розвитку емоційного інтелекту та зниження відсотків студентів, які мають низький рівень. Це можна пояснити зростанням професійного досвіду та поглибленням знань у межах обраної спеціальності протягом років навчання. Студенти старших курсів набули більше практичного досвіду та виробили ті навички, які сприяють розвитку емоційного інтелекту. Зростання вираженості високого рівня розвитку емоційного інтелекту може бути результатом осмисленого підходу до власного професійного росту та прагнення до покращення міжособистісних відносин. Низький відсоток студентів із низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту серед старших курсів може свідчити про ефективність навчання та позитивний вплив отриманих знань на розвиток емоційних компетенцій. Однак для більш детального розуміння динаміки розвитку емоційного інтелекту серед студентів, важливо провести подальші дослідження та

врахувати вплив різних факторів, таких як практичний досвід, навчальна програма та інші аспекти навчання.

Розроблена тренінгова програма розвитку емоційного інтелекту та надані рекомендації визначають комплексний підхід до підготовки студентів та викладачів, сприяючи їхньому емоційному росту та соціальній вправності. Програма охоплює основні аспекти емоційного інтелекту, такі як управління власними емоціями, емоційне спілкування, розуміння та сприйняття емоцій інших людей. Рекомендації, які мають застосовуватися до різних груп учасників, спрямовані на вдосконалення ключових навичок, необхідних для успішної соціальної взаємодії та розвитку в освітньому середовищі. Впровадження цих ініціатив сприятиме створенню позитивного та підтримуючого середовища, сприяючи глибокому осмисленню та розвитку особистісного потенціалу учасників.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Августюк М. М. Теоретичний аналіз концептуальних підходів до операціоналізації емоційного інтелекту. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». 2021. № 13. С. 81–87
2. Белікова Ю. В. Емоції і почуття: соціологічний аналіз. Типізація групових емоцій. *Вісник Одеського національного університету*. Вип. Соціологія, політичні науки. Одеса. 2011. С. 168–173
3. Бреус Ю. В. Емоційний інтелект як чинник професійного становлення майбутніх фахівців соціономічних професій у вищих навчальних закладах: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ. 2015. 20 с.
4. Буркало Н.І. Психологічні особливості емоційного інтелекту. *Психологічний журнал*. 2019. Т.5. Вип.7. С. 34-49
5. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: Монографія. К. 2005. 425 с.
6. Гура Т. В. Тренінгові технології як засіб розвитку емоційного інтелекту. Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. 2022. № 1. С. 17–29
7. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Гумецької. Київ. 2018. 512 с.
8. Дерев'янюк С. П. Психологія емоційного інтелекту: Навчально-методичні рекомендації до спецкурсу. Чернігів : НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2023. 80 с. <http://surl.li/nvvtmu>
9. Дерев'янюк С. П., Лавренко С. А. Методичні засоби діагностики емоційного інтелекту у дітей. *Вісник Львівського університету*. Серія: Психологічні науки. Львів. 2020. Вип. 7. С. 23–29
10. Дерев'янюк С. П. Характеристики емпатії студентів-психологів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Серія «Психологічні науки». 2015. Вип. 126. С. 70–74.

11. Дьоміна Г.А. Психологічні особливості емпатії студентів – майбутніх соціально-психологічних працівників. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2013. Т. 7. Вип. 32. С. 73–79
12. Журавльова Л.П., Шпак М.М. Емпатія як психологічний механізм розвитку міжособистісного емоційного інтелекту. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2015. III (25). № 49. С. 85-88.
13. Забаровська С. М. Програма тренінгу емоційної компетентності для практичних психологів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 9. С. 47–50.
14. Заграй Л. Емоційний інтелект як складник професійної компетентності менеджера. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2021. Том 32 (71). № 6. С. 47-54
15. Зарицька В. В. Методика дослідження емоційного інтелекту. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 3. Т. 2. С. 27-41
16. Зарицька В. В. Теоретико-методологічні аспекти розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки. Запоріжжя, 2010. 304 с
17. Ічанська О. М., Закревська А. І. Емоційний інтелект та емпатія як ресурси професійної підготовки студентів-психологів. *Молодий вчений*. 2019. № 9(2). С. 272-276. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2019_9\(2\)_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2019_9(2)_14).
18. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості: автореф. дис. к. психол. наук. Київ, 2020. 20 с.
19. Касьянова С.Б. Дослідження емоційного інтелекту майбутніх фахівців соціономічних професій. *Науковий огляд*. 2019. № 6(59) С. 87-96
20. Кононенко Л., Пилипенко Д. Місце емпатії в структурі професійних якостей соціального працівника: до проблеми розвитку професійного вигорання. Становлення особистості дитини в умовах сучасного розвитку суспільства: соціально-педагогічний, психологічний, корекційний і

медичний аспекти: матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (м. Полтава, 12–13 трав. 2022 р.). Полтава. 2022. С. 101–108

21. Контни Уршуля-Ельжбета. Психологічні механізми розвитку професіоналізму соціального працівника: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07. К.. 2012. 268 с.

22. Кряж І., Левенець Н. Довіра й емоційний інтелект як предиктори суб'єктивного благополуччя у студентів. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2018. Вип. 64. С. 2–32.

23. Кулешова О., Кривий В. Проблема розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю. Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору: матеріали XIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Хмельницький, 30 листопада 2023 р.). Хмельницький. С. 174-177

24. Кулешова О., Кривий В. Результати дослідження особливостей розвитку емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціономічного профілю. *Психологічні травелоги*. Хмельницький, 2023. № 4. С.28-39

25. Куценко Я. М. Емоційний інтелект як чинник психологічної готовності до соціономічних професій: автореф. дис к. психол. н. К. 2014. 20 с

26. Куценко Я.М. Емоційний інтелект: проблеми діагностики. *Проблеми сучасної психології*. 2011. Випуск 14. С. 417-426.

27. Люсін Д.В. Опитувальник на емоційний інтелект Емінем: нові психометричні дані. Соціальний і емоційний інтелект: від моделей до вимірювань. 2009. С. 264-278.

28. МакКі Е., Бояцис Р., Гоулман Д. Емоційний інтелект лідера / пер. з англ. В. Глінки. Київ. 2019. 288 с

29. Марченко А. О. Емоційний інтелект як чинник ефективності управлінської професійної діяльності: автореф. дис. канд. психол. наук. Харків. 2014. 20 с

30. Мединська Ю. Я. Теоретичні підходи та практичні аспекти діагностики компетентності особистості у сфері емоцій. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 10. С. 11–15
31. Носенко Е. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4. С. 95-109
32. Носенко Е. Л. Диспозиційні та перцептивно оцінювані характеристики емоційного інтелекту. *Вісник Харківського Університету*. Серія: «Психологія». Х. 2002. №550, ч.1. С. 177-179.
33. Носенко Е. Л. Сучасні напрями зарубіжної психології: Психологія особистості. Д.: Дніпропетровський національний університет. 2009. 305 с.
34. Носенко Е. Л. Сучасні напрями зарубіжної психології: Психологія особистості Д.: Дніпропетровський національний університет, 2009. 305 с.
35. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу – рефлексивної свідомості. *Вісник Дніпропетровського університету*. Сер. : Педагогіка і психологія. 2012. Т. 20. Вип. 18. С. 116-122. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdupp_2012_20_18_2
36. Стейн Стівен Дж. Переваги EQ: Емоційний інтелект та ваші успіхи. Дніпропетровськ: Баланс Бізнес Букс. 2007. 384 с.
37. Філіпова І. Емоційний інтелект як засіб успішної самореалізації. *Соціальна психологія* : Український науковий журнал. 2007. № 4. С. 68-79.
38. Холл Н. Діагностика «емоційного інтелекту». URL: https://stud.com.ua/17625/psihologiya/diagnostika_emotsiynogo_intelektu_holl
39. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса. 2015. 18 с.
40. Шпак М. М. Психологічна концепція розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. Серія 12: Психологічні науки. Київ. 2020. Вип. 10 (55). Т. 12. С. 125-134

41. Di Fabio A. Emotional intelligence – new perspectives and applications. InTech: Open Access Publisher. 2011. 288 p. DOI: <https://doi.org/10.5772/1188>
42. Bar-On Reuven The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) Psicothema. 2006. Vol. 18, P. 13-25
43. Gardner Howard Multiple Intelligences: New Horizons in Theory and Practice, Basic Books. 2006. ISBN 978-0465047680
44. Goleman D. Emotional Intelligence. New York: Bantam Books.1995. 400 p.
45. Mayer J, Salovey P, Caruso D, Sitarenios G. Emotional intelligence as a standard intelligence. Emotion (Washington, DC). 2001. Vol. 1, 3. 232 p.
46. Mayer J.D. Hyman abilities: emotional intelligence Annual Review of Psychology. 2008. V.59. P. 507-536.
47. Mayer J.D. Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. Intelligence. 1993. P. Vol. 17. N 4. P.433—442.
48. Nico H. Frijda. The Laws of Emotion. N.J.: Lawrence Erlbaum Associates. 2007.
49. Petrides K.V. Trait Emotional Intelligence Theory. Industrial and Organizational Psychology. 2010. № 3. P. 136-139.
50. Robert K. Cooper. EQ inteligencia emocionalna w organizacji i zarzadzaniu Warszawa. 2000. 423 p.
51. Salovey P. Emotional intelligence Handbook of emotions (3rd ed.,). – New York : The Guilford Pres. 2008. P. 533-547
52. Scherer K. R. Componential emotion theory can inform models of emotion competence. The Science of Emotional Intelligence: Knowns and Unknowns. New York: Oxford University Press. 2007.
53. Zeidner Moshe. What we know about emotional intelligence : how it aects learning, work, relationships, and our mental health A Bradford book. 2009. 441 p.