

Державний вищий навчальний заклад
«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»
Факультет психології
Кафедра соціальної психології

ДИПЛОМНА РОБОТА

на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти
на тему “Емоційний інтелект, як чинник адаптивності особливості періоду
ранньої дорослості під час війни”

Виконав: студент 2 курсу, ПС-21м групи

Спеціальності 053 “Психологія”

Олійник Артем Володимирович

Керівник: кандидат психологічних наук

Сметаняк В.І.

Рецензент: к.п.н., доцент кафедри соціальної психології

Пілецький В.С.

Івано-Франківськ – 2023р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ОСОБИСТОСТІ ПЕРІОДУ РАННОЇ ДОРОСЛОСТІ.....	5
1.1. Емоційний інтелект: визначення та концепції.....	5
1.2. Період ранньої дорослості	17
1.3. Особистості в умовах бойових дій.....	23
1.4. Висновки до розділу 1.....	31
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	32
2.1. Опис вибірки та процедури дослідження.....	32
2.2.Методики дослідження.....	32
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА АДАПТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПЕРІОДУ РАННОЇ ДОРОСЛОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	36
3.1. Загальні показники тестувань	36
3.2.Результати кореляційного аналізу.....	53
3.3. Висновки до розділу 3	61
ВИСНОВКИ.....	63
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	65

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Проблематика адаптації під час бойових дій є дуже актуальною в наш час. Після початку повномасштабної війни, велика кількість людей в Україні зазнала труднощів в адаптації та пристосуванні до нових умов життя. Ця проблема торкнулася як військових так і цивільних. Якщо розглядати саме військових, то можна підкреслити важливість вивчення залежності адаптаційних можливостей від емоційного інтелекту, бо ці знання зможуть допомогти розвитку силових структур. Адже проблема відбору людських ресурсів на військові посади для забезпечення найкращого виконання поставлених завдань, постала дуже гостро і потребує вирішення. Розуміння про фактори адаптаційних можливостей дадуть змогу приблизити її вирішення.

Говорячи про цивільних, можна додати, що від рівня адаптивності людей країни, яка знаходиться у стані війни, залежить працездатність підприємств та цивільних структур. Це в свою чергу підвищує або знижує оборонну здатність країни. Емоційний інтелект, як психологічний феномен вивчається відносно малий проміжок часу, але привертає увагу багатьох науковців.

Беручи до уваги ці факти ми вважаємо, що наукових робіт на дану тему недостатня кількість і дослідження даного феномену є актуальними в наші дні.

Об'єкт роботи – особистість періоду ранньої дорослості.

Предмет роботи – емоційний інтелект, як чинник адаптивності особистості періоду ранньої дорослості.

Мета – визначити рівень кореляції між рівнем розвитку емоційного інтелекту та адаптивними можливостями особистостей періоду ранньої дорослості.

Виходячи з мети роботи, були поставлені такі **завдання**:

- Проаналізувати та обробити інформацію з наукової літератури за темою дослідження.
- Виявити рівень кореляції між адаптивними можливостями та рівнем розвитку емоційного інтелекту у осіб періоду ранньої дорослості
- Виявити рівень кореляції між рівнем адаптивних можливостей та рівнем розвитку емоційного інтелекту у осіб періоду ранньої дорослості.

Методи, що були застосовані в роботі – теоретичний аналіз, синтез і узагальнення наукової літератури, тестування (Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) (А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна); Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В.В. Зарицької); Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл), кореляційний аналіз отриманих даних за критерієм Спірмена, порівняльний аналіз отриманих даних за критерієм Фішера.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ОСОБИСТОСТІ ПЕРІОДУ РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ

1.1 Емоційний інтелект: визначення та концепції

Ідея єдності емоційного та раціонального початку в людині викликала великий інтерес ще з часів великих філософів [2, 4]. З розвитком психологічної науки уявлення вчених-психологів про співвідношення емоційного та раціонального призвели до появи поняття «емоційний інтелект». На сьогоднішній день таких визначень існує безліч, що пов'язано, на нашу думку, із двома обставинами.

Першою обставиною є існування дискусії у науковому співтоваристві щодо поєднання понять «емоції» та «інтелект». На думку деяких авторів, вживання поняття «інтелект» у цьому випадку є недоречною, яка вводить в оману метафорою, яку слід замінити терміном «компетентність»; поняття «інтелект» окреслюється здатність, але «ніяких скільки-небудь унікальних здібностей, що з емоціями, немає [25].

Класичне уявлення про інтелект запропонував Д. Векслер, який визначав його як: «глобальну здатність індивіда діяти цілеспрямовано, мислити раціонально та ефективно співпрацювати з оточенням». На думку автора, дане визначення включає не тільки раціональні здібності, а й соціальні, комунікативні навички. На жаль, дана група факторів (соціальні та комунікативні навички) на відміну від раціональної складової не привернула належної уваги дослідників, що і «вплинуло на розвиток уявлень про інтелект як про якийсь конструкт, що відповідає за вирішення математичних та логічних завдань» [60].

Другою обставиною, що породжує множинність підходів до розумінню поняття «емоційний інтелект», на думку, є різноманіття моделей

інтелекту. "Емоційний інтелект "розчинився" серед різних видів інтелекту і стало не зрозумілим яке місце він займає серед інших інтелектів, що включає в себе" [10].

До однієї з сучасних концепцій інтелекту відноситься модель «множинного інтелекту» Г. Гарднера [8], яка включає кілька основних складових інтелекту: логіко-математичний, вербальний, просторовий, музичний, тілесно-кінестетичний, міжособистісний, внутрішньоособистісний.

Міжособистісний інтелект, в свою чергу, включає здатність спостерігати почуття інших та використовувати ці знання для прогнозування їхньої поведінки, а внутрішньоособистісний, відповідно, включає здатність спостерігати власні почуття, використовувати їх для прогнозування своєї поведінки. Одним з різновидів інтелекту, що виділяються Г. Гарднером, є соціальний інтелект, який визначається як вміння розуміти людей і керувати ними.

Емоційний інтелект розглядається як підструктура соціального інтелекту, як частина соціального інтелекту, яка включає здатність спостерігати власні емоції та емоції інших людей, розрізняти їх та використовувати цю інформацію для управління мисленням та діями.

Д.В. Ушаков та А.Є. Іванівська, розвиваючи ідею Х. Гарднера про соціальний інтелект, говорять про теоретичний (академічний) і практичний соціальний інтелект [65].

Вищеназвані ідеї послужили фундаментом для подальшої класифікації інтелекту шляхом об'єднання та уточнення вищеперерахованих моделей. Емоційний інтелект, як частина соціального інтелекту, запропоновано поділити на академічний та практичний. Під академічним емоційним інтелектом визначають знання про емоції, а під практичним емоційним інтелектом – вміння та навички, пов'язані з розпізнаванням та управлінням емоціями, як своїми, так і емоціями оточуючих [10].

У сучасній науці спостерігається розкладання загального інтелекту на безліч окремих різновидів: практичний інтелект (Р. Стернберг), соціальний інтелект (Е. Торндайк), натуралістичний, духовний, екзистенційний інтелект (Х. Гарднер), синтезований інтелект (Ф. Дітман-Колі) П. Болтс), адаптивний інтелект (С. Берт, Д. Вотсон), ефективний інтелект (Р. Пеллегріно, М. Політіс), професійний інтелект (М. Смульсон), емоційний інтелект (Дж. Мейер, П. Селовей) [16].

Концепція інтелекту Х. Гарднера послужила основою створення Дж. Мейером, П. Селовейем і Д. Карузо поняття й надалі першої моделі емоційного інтелекту 1990 року. Автори пояснювали необхідність та актуальність розвитку емоційного інтелекту необхідністю позитивної самореалізації особистості в соціальному середовищі та визначили його як здатність ідентифікувати власні емоції та емоції оточуючих та використовувати цю інформацію для прийняття рішень [3, 43]. Пізніше Дж. Мейер і П. Селовей удосконалили модель емоційного інтелекту і запропонували наступне визначення: здатність обробляти інформацію, яка міститься в емоціях: визначати значення емоцій, їх зв'язок один з одним, використовувати емоційну інформацію як основу для мислення та прийняття рішень [45].

Ранні ідеї Дж. Мейера та П. Селовейя після доопрацювання перетворилися на концепцію емоційного інтелекту Д. Гоулмена. У своїх дослідженнях автор довів наявність зв'язку між рівнем розвитку емоційного інтелекту та соціальним успіхом. Д. Гоулмен говорить про те, що «для досягнення успіху в тій чи іншій сфері діяльності необхідно розвивати особисті якості» [20]. і називає їх: самосвідомість, самоконтроль, соціальне розуміння, управління взаємовідносинами. Можна зробити висновок, що емоційний інтелект щодо Д. Гоулмена це володіння переліченими вище особистими якостями. Р. Бар-Он визначає емоційний інтелект як усі

некогнітивні здібності, знання та компетентність, що дають людині можливість успішно справлятися з різними життєвими ситуаціями.

На пострадянській території дослідження емоційного інтелекту представлені в роботах науковців: І.М. Андрєєвої, Д.В. Ушакова, Д.В. Люсіна, В.В. Овсяннікова, О.В. Білоконь, Є.С. Іванової, І.М. Мещерякова та іншими. Найбільш відомою нам видається концепція емоційного інтелекту, запропонована Д.В. Люсиним, під яким автор розуміє сукупність здібностей розуміння своїх і чужих емоцій та керування ними [43]. Д.В. Люсін пише, що «емоційний інтелект можна у вигляді двоїстої натури: когнітивні здібності та особистісні характеристики» [44].

Викочив Н.А. дає таке визначення: «Емоційний інтелект – стійка ментальна здатність, частина великого класу ментальних здібностей; зокрема, емоційний інтелект можна як підструктура соціального інтелекту. Як ментальна здатність, він є також частиною найбільшої групи якостей особистості. Це з багатьох чинників індивідуальності, швидше позитивних, ніж негативних для міжособистісного взаємодії» [16].

І.М. Андрєєва розуміє: «емоційний інтелект як здатність ефективно розбиратися в емоційній сфері людського життя: розуміти емоції та емоційне підґрунтя відносин, використовувати свої емоції для вирішення завдань, пов'язаних із відносинами та мотивацією» [8].

Мещерякова І.М. визначає емоційний інтелект, як: «складну інтегративну освіту, що включає сукупність когнітивних, поведінкових та власне емоційних якостей, що забезпечують усвідомлення, розуміння та регуляцію власних емоцій та емоцій оточуючих, що впливають на успішність міжособистісних взаємодій та особистісний розвиток» [47, 48].

На думку Іванової Є.С. «емоційний інтелект - це все некогнітивні способи пізнання та управління навколишньою дійсністю, частиною якої є і сама людина ...» [27].

Таким чином, можна зробити висновок про відсутність на сьогоднішній день єдиного поняття «емоційний інтелект» як у зарубіжній, так і вітчизняній науці. Загалом можна виділити декілька підходів до розуміння емоційного інтелекту як:

1. Когнітивні здібності, пов'язані з переробкою емоційної інформації,
2. Сукупність когнітивних здібностей та особистісних характеристик;
3. Некогнітивні способи пізнання навколишньої дійсності.

Ми дотримуємося першого підходу у розумінні «емоційного інтелекту», саме ми розуміємо емоційний інтелект як когнітивну здатність, пов'язану з переробкою емоційної інформації з таких підстав.

По-перше, ми вважаємо, що поняття «когнітивні здібності» та «особистісні характеристики» співвідносяться як приватне та загальне, тобто поняття «особистісних характеристик» є більш загальним поняттям. У підручниках з психології [50] найчастіше особистісні характеристики описують за допомогою таких понять як здібності, емоції, характер, воля, мотивація. Ми спиратимемося саме на цю сукупність особистісних характеристик, через відсутність у сьогоденній науці єдиної теорії особистості та єдиного уявлення щодо особистісних характеристик. Ми вважаємо, що включення до визначення «емоційного інтелекту» одночасно і вузького і широкого поняття, що включає поняття більш вузьке є логічною помилкою.

По-друге, ми спираємося на значення поняття «інтелект, як

1. Загальна здатність до пізнання та вирішення проблем, що визначає успішність будь-якої діяльності та лежача в основі інших здібностей...
2. Система всіх пізнавальних здібностей індивіда: відчуття, сприйняття, пам'яті, уявлення, мислення, уяви» [54].

Отже, під інтелектом загалом, і під емоційним інтелектом зокрема, розуміються здібності індивіда.

Виділені нами підходи до розуміння емоційного інтелекту дозволяють виділити кілька моделей його пояснення, які також умовно можна поділити на групи.

Дж. Мейєр, Д. Карузо та П. Селовей запропонували розрізняти моделі здібностей та змішані моделі.

До першого типу належить їхня власна модель, що пояснює емоційний інтелект, як когнітивну здатність, а до другого типу – моделі, що трактують емоційний інтелект, як поєднання когнітивних здібностей та особистісних характеристик [52].

Спочатку запропонована модель емоційного інтелекту, на думку вищезгаданих авторів, являла собою складний конструкт і складалася із здібностей трьох типів, а ті, у свою чергу, із ряду компонентів.

1. Здатність до ідентифікації та вираження своїх емоцій, що складаються з вербального та невербального субкомпонентів, а також чужих емоцій, що складаються з невербальних субкомпонентів сприйняття та емпатії.
2. Здатність до регуляції емоцій, як своїх, і чужих.
3. Здатність до використання емоційної інформації в мисленні та діяльності, що включає гнучке планування, творче мислення, переспрямовану увагу і мотивацію.

Через деякий час, П. Селовей, Дж. Мейєр та Д. Карузо вдосконалили модель емоційного інтелекту, запропонувавши чотирикомпонентну ієрархічну модель емоційного інтелекту:

1. Сприйняття, ідентифікація емоцій, їхнє вираження. Під цим компонентом автори розуміли здатність сприймати, визначати емоції, помічати факт наявності емоції, а також здатність диференціювати справжні та хибні висловлювання емоцій.
2. Фасилітація мислення, що є здатністю викликати певну емоцію, контролювати її. На думку авторів, різні емоційні стани залишають свої відбитки при вирішенні конкретних проблем, завдань.

3. Розуміння емоцій – це компонент, що включає здатність розуміти як самі емоції, так і зв'язки між емоціями, переходи від однієї емоції до іншої, причини виникнення тієї чи іншої емоції, аналіз емоцій, здатність класифікувати емоції, інтерпретувати їх значення.

4. Управління емоціями – компонент, що полягає у здатності контролювати емоції, переживати позитивні та негативні емоції, знижувати інтенсивність негативних емоцій, здатність викликати емоції або уникати їх залежно від цілей. Важливо, кожен компонент стосується як власних емоцій, і емоцій інших людей [53].

На нашу думку, сумнів викликає перший елемент емоційного інтелекту, а саме «сприйняття як здатність сприймати емоції», сприйняття як процес доступне всім живим істотам, які мають органи зору, вважаю, що даний елемент має бути виключений з моделі, оскільки не є показовим та визначальним для емоційного інтелекту. Далі, «ідентифікація емоцій, їх вираження, під якою автори розуміли здатність визначати емоції, помічати факт наявності емоції, і навіть здатність диференціювати справжні і хибні висловлювання емоцій» також викликає сумніви як здатність, оскільки йдеться про особистісні якості, про особливу чуйність і чутливість особи.

Вважаємо, що модель П. Селовей, Дж. Мейєр і Д. Карузо також є «змішаною» як така, що пояснює емоційний інтелект як суміш когнітивних здібностей та особистісних характеристик. Такі складові моделі як фасилітація мислення та управління емоціями, на нашу думку, є єдиним елементом – управління своїми емоціями та емоціями інших людей, тому їх поділ на окремі елементи моделі нам видається необґрунтованим.

У 1990-ті роки утворилися «змішані» моделі емоційного інтелекту, що визначають емоційний інтелект як поєднання когнітивних здібностей і особистісних характеристик. Прихильники цієї теорії – Д. Гоулмен та Р. Бар-Он. Д. Гоулмен заснував свою концепцію на початкових уявленнях Дж. Мейєра та П. Селовейя, додавши до виділених ними компонентів такі

особистісні характеристики, як ентузіазм, наполегливість та соціальні навички. Структура емоційного інтелекту за Д. Гоулменом є ієрархічною і включає п'ять складових:

- Ідентифікація та називання емоційних станів, розуміння взаємозв'язків між емоціями, мисленням та дією.
- Управління емоційним станом – контроль емоцій та заміна небажаних емоційних станів адекватними.
- Здатність входити в емоційні стани, що сприяють досягненню успіху.
- Здатність ідентифікувати емоції інших, бути чутливим до них і керувати емоціями інших.
- Здатність вступати у задовольняючі міжособистісні стосунки з іншими людьми та підтримувати їх.

Надалі Д. Гоулмен доопрацював структуру емоційного інтелекту. В даний час вона включає чотири компоненти:

- самосвідомість;
- самоконтроль;
- соціальне розуміння;
- управління взаємовідносинами [22].

На нашу думку, модель Д. Гоулмена не відрізняється новизною та оригінальністю, оскільки за своєю суттю зводиться до двох елементів моделі П. Селовей, Дж. Мейєр та Д. Карузо: самосвідомість і соціальне розуміння не що інше як «розуміння емоцій», а самоконтроль та управління взаємовідносинами – «управління емоціями». Але саме Д. Гоулменом [21] було показано що лише інтелектом людина не здатна керуватися у своєму пізнанні, що саме емоційні реакції як узагальнені оцінки, що поєднують зовнішні події з внутрішніми, саме миттєво спалахують і швидко загасають переживання є більш вірними і точними орієнтирами, ніж спроби прорахувати всі варіанти вирішення тієї чи іншої ситуації.

Р. Бар-Он виділяє 5 загальних областей емоційного інтелекту та 15 шкал [23].

1. Внутріособистісна сфера. Розуміння своїх почуттів та управління собою.

- Самоаналіз. Розуміння своїх почуттів та того, як твоя поведінка впливає на оточуючих.
- Асертивність. Ясний вираз своїх почуттів та думок, а також прояв твердості переконання, беручи до уваги бажання та реакції інших людей.
- Незалежність. Самостійне прийняття рішень та самоконтроль. Влада над своїми емоціями.
- Самооцінка. Злагода з собою, гармонійність. Самоповагу та сприйняття себе позитивно, але, не заплющуючи очі на точки зростання.
- Самореалізація. Прагнення до максимального розвитку та здатність реалізувати свій потенціал.

2. Сфера міжособистісних відносин. Взаємодія із людьми.

- Емпатія. Розуміння чуття інших людей, а також уміння дати зрозуміти людям, що їх почуття вам відомі.
- Соціальна відповідальність. Взаємовигідне співробітництво, що включає сумління, моральність і турботу про іншу людину.
- Міжособистісне спілкування. Конструктивне спілкування завдяки вербальним та невербальним комунікаціям. Вміння встановити та підтримати взаємовигідні відносини, засновані на почутті емоційної близькості. Вільне та комфортне самопочуття у соціальних контактах.

3. Сфера адаптивності. Гнучкість, реалістичність та адекватність у будь-яких ситуаціях. Вирішення проблем у міру їх виникнення.

- Вирішення проблем. Виявлення та формулювання проблеми, а також вироблення та втілення в життя потенційно ефективних шляхів її вирішення.

- Оцінка реальності. Вірне визначення співвідношення між своїм досвідом і тим, що існує. Прагматизм, об'єктивність та адекватність сприйняття.
- Гнучкість. Узгодження своїх почуттів, думок та дій із мінливими обставинами. Адаптація до незнайомих, непередбачуваних і мінливих обставин.

4. Сфера управління стресом. Вміння справлятися зі стресом.

- Толерантність до стресу. Вміння протистояти стресовим ситуаціям без фізичної та емоційної напруги.
- Контроль імпульсивності. Здатність не піддаватися емоціям, що наринали.

5. Сфера загального настрою. Позитивне сприйняття життя, задоволеність життям.

- Задоволеність життям. Вміння бути веселим, умиротвореним, життєрадісним і натхненним.
- Оптимізм. Ентузіазм у будь-якій справі, вміння бачити плюси у всьому.

На нашу думку, цю модель також можна звести до двох елементів: "розуміння емоцій" - пізнання емоцій, навички міжособистісного спілкування та "управління емоціями" - здатність до адаптації та управління стресом. Останній елемент моделі викликає сумнів, оскільки не відноситься ні до здібностей ні до особистісних рис і є суб'єктивним станом конкретної особи.

У російській психології найбільш відомою є модель емоційного інтелекту Д. В. Люсіна [43], який включає в себе дві здібності:

1. здатність до розуміння емоцій, що включає:

- Здатність розпізнати емоцію, тобто встановити факт наявності емоційного переживання у себе або іншої людини;
- Здатність ідентифікувати емоцію, тобто встановити, яку саме емоцію відчуває він сам або інша людина, і знайти для неї словесне вираження;

- Здатність до розуміння причини, що викликали цю емоцію, і наслідки, до яких вона призведе.

2.здатність до управління емоціями, що включає у собі:

- здатність контролювати інтенсивність емоцій, перш за все приглушувати надмірно сильні емоції;
- здатність контролювати зовнішній прояв емоцій;
- здатність при необхідності довільно викликати ту чи іншу емоцію.

Здатність до розуміння, так само як і здатність до управління емоціями, може бути спрямована як на власні емоції, так і на емоції інших людей, що дозволило автору виділити такі види емоційного інтелекту як внутрішньоособистісний та міжособистісний.

Незважаючи на те, що Д. В. Люсін розглядає емоційний інтелект як когнітивну здатність та особистісну характеристику, автор відрізняє власну модель від змішаних моделей емоційного інтелекту, пояснюючи це тим, що до конструкту «не вводяться особистісні характеристики, які є корелятами здатності до розуміння та управління емоціями. Допускається введення лише таких особистісних характеристик, які більш менш прямо впливають на рівень та індивідуальні особливості ЕІ»[5].

Свою модель Д. В. Люсін не зараховує також і моделей здібностей. "Для виміру запропонованого конструкту можуть використовуватись завдання, характерні для інтелектуальних тестів, та опитувальники. Для вимірювання внутрішньоособового ЕІ більше підходять опитувальники, оскільки сумнівно, що внутрішній рефлексивний досвід людини можна виміряти за допомогою завдань, що передбачають правильні та неправильні відповіді. При оцінюванні міжособистісного ЕІ використання завдань доречніше, хоча у своїй виникають складні методичні питання, що з визначенням правильних і неправильних відповідей» [45].

Автор виділяє такі фактори, що впливають на емоційний інтелект:

- когнітивні можливості (швидкість і точність переробки емоційної інформації);
- уявлення про емоції (як про цінності, як про важливе джерело інформації про себе самого та інших людей та ін);
- особливості емоційності (емоційна стійкість, емоційна чутливість тощо).

У науковій літературі також існує й інша класифікація моделей емоційного інтелекту, запропонована К. В. Петрідесом та Е. Фернхемом, на думку яких емоційний інтелект є більш широким поняттям ніж сукупність когнітивних здібностей та (або) особистісних рис. Дослідники говорять про емоційний інтелект як здібності і як рису в принципі. На думку вищевказаних авторів характер моделі емоційного інтелекту визначається не так теорією, скільки використовуваними методами вимірювання конструкту. Емоційний інтелект як характеристика оцінюється стійкістю поведінки індивіда у різних ситуаціях. Емоційний інтелект як здатність, своєю чергою, належить традиційної психології інтелекту, щодо його виміру необхідні завдання, аналогічні інтелектуальним тестам [43].

У науковій літературі висловлюється і «крайня» думка, що заперечує існування емоційного інтелекту. На думку М.А. Холодної різноманіття моделей емоційного інтелекту (і інтелекту в принципі) призвело до того, що «інтелект зник» і втратило сенс дослідження цієї психологічної категорії, оскільки не зрозумілим стало, що розуміти під інтелектом зрештою [61]. Проте ми визнаємо існування цієї категорії і вважаємо за необхідне вивчити його теоретично і практично.

Таким чином, теоретичний аналіз психологічної літератури щодо «моделі емоційного інтелекту» дозволив нам зробити такі висновки. У науковій літературі існує запропонована Дж. Мейєром, Д. Карузо та П.

Селовой класифікація моделей емоційного інтелекту. Вони підрозділили всі існуючі моделі емоційного інтелекту на моделі здібностей та змішані моделі.

До першого типу належить їхня власна модель, що трактує емоційний інтелект як когнітивну здатність, а до другого типу – моделі, що трактують емоційний інтелект як поєднання когнітивних здібностей та особистісних характеристик.

На нашу думку, всі розглянуті нами моделі можна віднести до моделей здібностей, а точніше до двох елементів, описаних Дж. Мейєром, Д. Карузо та П. Селовой: розуміння та управління емоціями як своїми, так і емоціями інших людей.

Таким чином, теоретичний аналіз психологічної літератури щодо «види емоційного інтелекту» дозволив нам зробити такий висновок: у зв'язку з тим, що здатність до розуміння, так само як і здатність до управління емоціями, може бути спрямована як на власні емоції, так і на емоції інших людей, це дозволило Д.В. Люсин виділити такі види емоційного інтелекту як внутрішньоособистісний і міжособистісний.

1.2 Період ранньої дорослості

В процесі дорослішання у людини після періоду юності настає період ранньої дорослості триває він від 20-23 років до 35-40 років і поділяється на дві фази. Характерними рисами цього проміжку часу є стабільні психофізіологічні, психологічні та соціальні аспекти розвитку особистості. На цьому етапі людина активно реалізує свій особистісний потенціал у багатьох сферах життя. Перехід до дорослості є процес, що постійно ускладнюється: закінчення навчання, включення в ринок праці, відхід з батьківського будинку, пошуки партнера і створення інтимних відносин. Досягнення дорослого статусу також змінюється залежно від епохи та

культури; в суспільстві воно не інституціалізоване і визначається за мінливими та нормативними критеріями.

Молода людина засвоює систему «дорослих» ролей різночасно, в різній послідовності, тому він може бачити себе в одних стосунках вже дорослим (у трудовій діяльності), а в інших (в стосунках з іншими людьми) ще немає. Поняття дорослості, згідно з Коном: «з одного боку, адаптацію, звільнення від юнацького максималізму та пристосування до життя, а з іншого – творчу активність, самореалізацію».Період ранньої дорослості насичений важливими подіями. У всіх сферах проявляється прагнення до експансії та здобутків. На цьому віковому етапі людина має розвинути у собі відповідну «порцію творчих здібностей», щоби побудувати своє майбутнє. Первинне завдання даного, на періоду думку Толстих, полягає у реалізації особистісного потенціалу.

Досвіду дорослого життя ще мало, тому молода людина поводиться імпульсивно, необдуманно, робить помилки, приймає неправильні рішення і робить помилкові вибори.

Відповідно до моделі розвитку дорослих, розробленої американським геронтологом Хейвігхерстом, завданнями ранньої дорослості є:

- вибір чоловіка (дружини);
- підготовка до подружнього життя;
- створення родини;
- виховання дітей;
- ведення домашнього господарства;
- початок професійної діяльності;
- ухвалення цивільної відповідальності;
- знаходження відповідної соціальної групи.

Людина в період ранньої дорослості стоїть перед необхідністю вибору та вирішення багатьох проблем. На думку Еріксона: «головна проблема –

протириччя між близькістю та ізоляцією». Близькість вимагає встановлення тих, що приносять взаємне задоволення тісних відносин з іншою людиною, які можливі лише при досягненні ідентичності, коли не виникає ризик втратити себе при єднанні з іншою. Якщо людина на цій стадії не здатна встановити глибокі особисті зв'язки, досягти взаємності, то, відчуваючи бар'єр між собою та іншими, вона переживатиме ізоляцію. Регуш виділяє такі основні проблеми психічного розвитку, з якими можна зіткнутися в ранній дорослості:

- близькість проти ізоляції (самотність як спосіб життя);
- проблеми, пов'язані з розвитком пізнавальної діяльності;
- проблеми, що актуалізуються у міру розвитку сімейного життя (проблеми батьків-одинаків);
- проблеми, пов'язані з професійною діяльністю.

Згідно з дослідженням американського психолога Левінсона (Крайг, 2000), щоб повністю стати дорослим, молодий чоловік має впоратися з чотирма завданнями, що виникають у процесі розвитку:

- 1) ув'язати мрії з реальністю;
- 2) знайти наставника;
- 3) забезпечити собі кар'єру;
- 4) налагодити інтимні стосунки.

Когнітивний розвиток. Якщо у дитинстві та юності можна легко виділити чіткі межі стадій когнітивного розвитку, то у дорослості – це складно. У цілому нині пам'ять, мислення тощо. не припиняють розвиватися із настанням дорослості. Перрі встановив, як відбувається зміна у процесах інтерпретації, осмислення та розуміння. Було виділено 3 стадії:

- початковий дуалізм (наприклад, істина – брехня, правильно – неправильно);

- толерантність по відношенню до безлічі точок зору (концептуальний релятивізм);
- перехід до самостійно обраної позиції, особистих думок, переконань і прийняття на себе відповідальності за вибір власних цінностей, свого способу життя.

Особистий розвиток. Розвиток дорослого можна описати у тих трьох самостійних систем, які співвідносяться з різними аспектами його Я. Вони включають розвиток особистого Я(суто особистісний розвиток), Я як члена сім'ї (доросла дитина, чоловік і батько) і Я як працівника. Ці системи взаємопов'язані. Розвиток особистості.

У ранній дорослості людина досягає особистісної психологічної зрілості, яка може бути представлена рядом особливостей: наявність активності, яка проявляється в плані постановки та реалізації цілей свого життя, а також прийняття та вирішення завдань, що висувуються суспільством або несподівано виникають у ході життя; наявність здатності до рефлексії, критичності, оцінного ставлення до себе та оточення; здатність до контролю своєї життєдіяльності; автономність та незалежність від оточення (батьків, друзів та суспільства в цілому, подій зовнішнього життя): матеріальна, емоційно-особистісна; володіння внутрішнім локусом контролю та оцінки і, як наслідок, усвідомлення того, що ти сам – творець свого життя; свобода вибору, що допомагає залишатися самим собою, індивідуальністю за будь-яких обставин; вміння дотримуватися своїх цінностей, переконань та вірувань; відповідальність за те, що людина обирає головним змістом свого життя, її змістом і за те, як, якими засобами вона користується для їх здійснення; наявність стрункої системи життєвих цілей, які забезпечують сенс життя; наявність потреби та здатності до самопізнання: знати себе з усіх боків та не боятися пізнавати себе з метою роботи над собою, готовності до подальшого розвитку, саморегуляції; реалістичність сприйняття себе, життя, людей та ситуацій.

Особливо актуальною є ця риса у зустрічі з «ударами долі», оскільки розуміння, що життя наділене труднощами – теж ознака зрілості; усе це доповнюється наявністю можливості продуктивно справлятися з нею; творчість, яка може виявитися у будь-яких сферах: від вирішення завдань до створення чогось нового у сфері науки, мистецтва; поряд з наявністю власних цінностей, прийняття та поділ існуючих загальнолюдських моральних цінностей та ідеалів.

Завдяки цій людині не байдуже те, що вона не занурюється повністю у власний світ; наявність бажання працювати з метою приносити користь суспільству та досягнення повної матеріальної незалежності; здатність до встановлення міцних, глибоких та близьких відносин з партнером, заснованих на любові, яка, у свою чергу, базується на вмінні виявляти свої почуття та розуміти почуття інших.

В.І. Ковальов виділяє деякі типи поведінки в ранньому дорослому віці:

1. Стихійно-буденний тип: особистість повністю залежить від подій і обставин життя; не встигає за часом, не може організувати правильну хронологію подій; поведінка такої людини залежить від навколишньої ситуації та не має ініціативних проявів;
2. Функціонально-дієвий тип: особистість ефективно підпорядковує хід подій, вчасно виконує дії, що дає змогу ефективно впливати на результат;
3. Споглядально-пролонгований тип: особистість не має чіткої організації часу життя, ставлення до планування власного життя пасивне;
4. творчий тип: особистість ефективно планує свій час, пов'язуючи його з життєвим сенсом.

В цьому віці низка дослідників виділяє деякі нові особистісні характеристики:

- Вміння брати на себе відповідальність;

- Вміння емоційно та інтелектуально підтримувати інших;
- Захист системи власних життєвих цінностей;
- Розвинуті вольові властивості;
- Створення власного життєвого стилю;
- Стабілізація обраних соціальних ролей;
- Цілеспрямованість та впевненість у власних можливостях;
- Схильність до філософських роздумів;
- Організаторські здібності, прагнення до керування;

Згідно з Еріксона, людині в період ранньої дорослості необхідно виконати завдання встановлення своєї ідентичності в близьких відносинах з іншими людьми та трудової діяльності. Для чоловіків вибір та початок професійної кар'єри є найважливішим завданням цього віку. Адже саме від цього вибору залежить майбутній напрямок розвитку та можливість самореалізації.

Для жінок головним завданням є створення особистого оточення-вибір партнера, створення сім'ї, народження дітей, хоча для сучасних жінок професійна кар'єра займає не менш важливе місце.

Якщо в цей період у людини виникають невдачі та проблеми, то вона відчуває себе невдоволеною та кидає всі свої сили на те, щоб вирішити ці проблеми та позбутися відчуття дефіциту досягнень.

Криза 30 років. Малопомітним, основною метою є оцінка власних досягнень. Людина замислюється наскільки вона реалізувала себе відповідно до соціальних установок суспільства, це стосується кар'єрних досягнень. З періодом кризи 30 років зазвичай пов'язані пошуки сенсу життя. Ці пошуки, як і вся криза загалом, знаменують перехід від молодості до зрілості. У той самий час проблема сенсу життя виникає у розглядуваному кризовому періоді. Найчастіше вона з'являється вже на початку молодості, а іноді, за особистісної розвиненості, навіть у підлітковому віці. Досить часто ця проблема й у період зрілості.

Важливе значення цієї фази дорослості полягає в тому, що вона формує стійке індивідуальне ставлення до соціального середовища та навколишнього світу. Залучається до різноманітних суспільних відносин та стає повноправним членом суспільства. До 40 років людина формує індивідуальне почуття цілісності, яка складається з її прав та обов'язків у різних сферах життя. Відчуває відповідальність за себе у навколишньому середовищі.

Більшість людей у в період ранньої дорослості досягають стабільності в житті та впевненості у собі. Проте, досить поширеним є явище, коли виникають сумніви щодо оцінки власного шляху. Це пов'язують з переживанням почуття відсутності новизни, довершеності та спонтанності життя.

На етапі ранньої дорослості людина досягає піку в своєму фізичному розвитку. Збагачує свій життєвий досвід. Всі ці зміни стаються через залучення людини до нових сфер життя. Вона починає вирішувати важливі життєві проблеми, виховувати дітей, досягати ідентичності, знаходити баланс між близькістю та ізоляцією з людьми.

1.3 Особистості в умовах бойових дій

Бойові дії завжди призводять до значної кількості пошкоджень, травм та людських втрат. Отриманий під час бойових дій досвід і бойовий стрес обов'язково впливають на емоційно-психологічний стан особистості, супроводжуючи його протягом тривалого періоду та впливаючи на процес адаптації до цивільного життя.

Адаптація особистості в умовах бойових дій визначається як складний процес пристосування, що охоплює у багато аспектів та відноситься до різних сфер життєдіяльності особи. Виділено три ключові компоненти адаптації: психологічна, правова, професійна. Встановлено, що окрім умов зовнішнього середовища та фізичних процесів, успішність адаптації

особистості в умовах бойових дій залежить від її психологічних властивостей та характеристик.

Розрізняють два типи факторів адаптації особистості в умовах бойових дій: перший тип – це чинники, що сприяють успішній адаптації, позитивно впливають та допомагають особі впоратися з новими умовами, прийнятими нормами та правилами поведінки, а також адаптуватися до нової соціальної ролі та обміркувати нове місце в соціальному середовищі. Ці фактори стимулюють особу до повноцінної участі у соціальній діяльності та сприяють відновленню після травматичного досвіду.

До першого типу включають позитивний емоційний стан, адаптованість, спілкування, позитивну переоцінку досвіду та життєстійкість.

До другого типу включають чинники, які ускладнюють успішну адаптацію особистості в умовах бойового стресу, викликаючи деструктивний вплив, негативну оцінку життєвої ситуації та заважаючи відновленню. Другий тип включає дистрес, песимістичний погляд на пережитий досвід, симптоми посттравматичного стану.

Актуальність теми адаптації особистості в умовах бойових дій викликана проведенням антитерористичної операції на сході України та початком повномасштабної війни.

Питання різноманітних аспектів адаптації особистості в умовах бойових дій хвилюють представників таких професій: психологів, соціологів, політологів та ін.

Проблема соціально-психологічної адаптації з точки зору соціалізації особистості, соціальної адаптації вивчалася такими вченими, як Г. Андрєєва, О. Зотова, Т. Кабаченко, Б. Паригіна, А. Петровський, М. Ярошевський. Т. Кабаченко, В. Кислий у процесі соціально-психологічної адаптації виділяють стадії та притаманні їй фактори – показники щодо її успішності.

Темі психічного здоров'я та емоційно-психологічного стану учасників бойових дій після повернення додому приділили свою наукові пошуки такі зарубіжні учені як С. Вільямс, Дж. Вілсон, Л. Калхун, Д. Кишбог, Р. Лауфер, Р. Скурфілд, В. Холл. Серед вітчизняних учених, які здійснили внесок у розробку загально-теоретичних аспектів відмітимо наукові пошуки Т. Добровольської, В. Климчука, В. Маслюка, Н. Матейчука, В. Стасюка, С. Сєдіна, І. Соловйової, В. Турбан, Т. Титаренко, С. Харченка, О. Хміляр.

Виклад основного матеріалу. Поняття «адаптація» визначаємо як формування найбільш адекватних стереотипів поведінки в умовах змінюваного мікросоціального середовища. Адаптація особистості в умовах бойових дій до цивільного життя є важким процесом, що складається з великої кількості факторів та має відношення до ряду аспектів життєдіяльності. Труднощі періоду адаптації перш за все пов'язані з потребою пристосовуватися до нових умов, адже психічний стан людини перелаштовується під потреби бойової обстановки та потім виявляється непридатним до цивільного життя.

Отриманий бойовий досвід призводить до змін особистості, частина яких є незмінними. Зміни особистості неодмінно відображаються на сприйманні нових умов життя реальності, в яких людина адаптується.

Такі зміни, які зумовлені бойовим досвідом, називають «воєнізована психіка», і характеризується такими новоутвореннями:

- яскраво виражене бажання бути зрозумілим – мати в контакт з оточенням такий зворотній зв'язок, що виправдовує морально їх участь у жорсткому насильстві соціальною користю;
- бути соціально визнаними – це допоможе подолати комплекс провини, виправдати власні агресивні та жорстокі вчинки перед самим собою, своєю совістю, зробити спогади про них менш травмуючими;

- потреба отримати у суспільстві визнання – високу оцінку своїх особистих зусиль, дій, так, щоб факт позитивної оцінки став відомий широкому колу людей, товаришам по службі, членам сім'ї;
- прагнення бути прийнятим в систему соціальних зв'язків і відносин мирного життя з більш високим, ніж раніше, соціальним статусом;
- приголомшення від реальностей мирного життя;
- важко звикнути з думкою, що в той час, коли вони ризикували життям, в країні, в армії нічого не змінилося, суспільство взагалі не помітило їх відсутності.

О. Кокун поділяє фактори на дві групи, що впливають на процес адаптації: суб'єктивні та об'єктивні.

Травматичні події та обставини фундаментально змінюють звичний спосіб життя людей, їх побут, стосунки, мрії, цінності, пріоритети, що потребує постійної адаптації до кризових умов. Наявність кризи, з одного боку, може негативно відобразитись на умовах життя, а з іншого – стимулювати до пошуку нових можливостей, втілення нереалізованого потенціалу та прихованих психологічних ресурсів, створення працюючих психологічних стратегій адаптації.

Виділяємо два типи факторів адаптації особистості в умовах бойових дій, зокрема:

- перший тип: чинники, що сприяють успішній адаптації особистості. Ці чинники здійснюють позитивний вплив, допомагають людині адаптуватися до нових умов середовища, до прийнятих в ньому норм і правил поведінки, пристосуватися до нової соціальної ролі, переоцінити своє місце в суспільстві. Такі фактори стимулюють особистість до повноцінного інтегрування у соціальну діяльність, спонукають відновлюватися після травматичного досвіду;

- другий тип: чинники, що заважають успішній адаптації особистості. Такі чинники здійснюють скоріше деструктивний вплив, підтримують руйнівну поведінку особи, негативну оцінку життєвої ситуації, не допомагають та ускладнюють відновленню й в цілому ускладнюють процес адаптації людини.

Велика кількість науковців у своїх дослідках наводяться різні фактори першого і другого типу. Наведемо деякі із них.

Дослідниця І. Галецька в контексті вивчення особливостей соціальної адаптації визначає критерії успішної соціальної адаптації, зокрема: суб'єктивне самооцінювання рівня адаптації; теперішній емоційний стан; наявність можливостей для розвитку; позитивне ставлення через певний час. Таким чином, акцент тримається на позитивному погляді на ситуацію.

Дослідниця Р. Федоренко виокремлює три основні постулати успішної психологічної адаптації: спілкування, прийняття бійця таким, яким він є, і допомога фахівців.

Окремим фактором, що впливає на перебіг адаптації особистості в умовах бойових дій є наявність або відсутність такої риси як адаптованість. Адаптованість можна визначити не лише в об'єктивно діагностованій ситуації рівноваги, суб'єктивному відчутті задоволеності соціальною ситуацією, а й передбачає відсутність негативних емоційно-поведінково-особистісних наслідків у майбутньому та особистісний розвиток.

На думку О. Колісніченко: «брак адаптаційного потенціалу особистості веде до дезінтеграції психічної діяльності, а також сприяє формуванню неефективних форм адаптаційних реакцій».

Позитивним чином на адаптацію особистості в умовах бойових дій до умов цивільного життя впливає підхід позитивного погляду, оскільки

позитивна переоцінка є способом інтерпретації пережитого, концентруючись перш за все на світлій стороні подій.

Переломним моментом у переживанні травматичного досвіду, який отримує особистість в умовах бойових дій, є посттравматичне зростання. Воно характеризує перш за все позитивні зміни у особистості, яка має досвід травматичних подій, була учасником будь-яких складних, трагічних подій; внаслідок осмислення травматичних подій, особистість має змогу переосмислити себе, власну ієрархію цінностей а також переосмислити стосунки із оточуючими фокусуючись на їх корисності, сприйтливості.

У роботі О. Мельник досліджувалися добре адаптовані учасники в умовах бойових дій, в яких визначили риси, які цьому сприяли: виражена резилентність, життєстійкість, адаптивні копінг-стратегії і помірне психологічне благополуччя. Друга частина учасників в умовах бойових дій, яким була характерна квазіадаптація, виражали помірну резилентність і життєстійкість, відносно адаптивні копінг-стратегії, високий рівень психологічного благополуччя. Третю групу становили учасники із дезадаптацією – вони демонстрували низький рівень таких показників, як психологічне благополуччя, резилентність, посттравматичне зростання, а також помірну або невиражену життєстійкість.

Якщо розглядати процес адаптації ззовні, то він виглядає як спроби людини підлаштувати особистий життєвий досвід у нову систему соціальних зв'язків. Але цей процес проходить зовсім іншим чином. Адаптованою можна вважати людину, яка влаштувала нову соціальну реальність в особистісну систему уявлень про те, що відбувається навкруги. Таким чином адаптація особистості в умовах бойових дій передбачає насамперед повторення нею нових ознак навколишнього середовища та створення на їх основі нової суб'єктивної картини світу.

Вчені О. Буряк та М. Гіневський виокремлюють чинники, що ускладнюють адаптацію: необхідність кардинальної зміни життя та діяльності особистості в умовах бойових дій; необхідність освоєння нової спеціальності, та труднощі, що будуть виникати на цьому шляху. В умовах таких кардинальних змін, особистість не тільки повинна оволодівати новими знаннями, уміннями і навичками, але й розвивати особисті якості, які необхідні для нової діяльності.

Т. Титаренко відмічає, що в особистості в умовах бойових дій простежуються зміни на багатьох рівнях життєдіяльності:

- 1) на індивідуально-психологічному рівні знижується креативність, збалансованість, адаптивність;
- 2) на ціннісно-смисловому рівні тимчасово втрачено здатність до пошуку сенсів, осмислення власного досвіду, загалом стає важче отримувати задоволення від повсякденного життя;
- 3) на соціально-психологічному рівні зменшується схильність до співробітництва, а також здатності до співпереживання;
- 4) знижується рівень довіри до світу, особливо, до мирного життя, куди учасник бойових дій повернувся після військової служби.

Також дослідниця відмічає свої спостереження: серед тих, хто отримав воєнну травму, приблизно третина переживає стан розщепленості, порушення цілісності власного «Я» та деструктивні зміни Я-ідентичності; через такі зміни суттєво знижується або зовсім зникає бажання самореалізації; водночас із цим, погіршуються здатність до саморегуляції та корекція власних негативних станів.

Окремо слід відзначити складні емоційно-психологічні та психічні стани. Потужним фактором, що негативно впливає на адаптацію особистості в умовах бойових дій є хронічні посттравматичні стани, посттравматичні

стресові розлади, на які, на жаль, страждає великий відсоток населення. Серед клінічних симптомів, які можуть проявлятися в особистості в умовах бойових дій, визначаємо:

- невмотивована пильність (уважне слідкування за всім, що відбувається, постійне відчуття загрози, вибухові реакції, інколи робляться стрімкі рухи);
- притупленість емоцій (повна або часткова втрата емоційних проявів, важко дається встановленні близьких та дружніх стосунків з оточуючими, недоступність емоцій радості, кохання, творчого підйому, грайливості);
- агресивність (прагнення вирішувати проблеми застосовуючи грубу силу, переважно, фізичну, емоційну, вербальну);
- порушення пам'яті та концентрації уваги (труднощі із згадуванням і зосередженням);
- депресія (стан, що супроводжується відчаєм, почуттям безглуздості життя, нервовим виснаженням, апатією);
- загальна тривожність (в тілі – ломота в спині, спазми шлунку, головні болі, у психіці – постійне хвилювання, параноїдальні явища, в емоціях – постійне почуття жаху, невпевненості, комплекс провини);
- зловживання наркотичними, лікарськими речовинами та іншими токсичними препаратами;
- непрохані спогади.

Таким чином, клінічні симптоми посттравматичного стресового розладу свідчать про складний емоційно-психологічний стан особистості. Ці симптоми впливають на сприйняття дійсності, оцінку її безпеки, сприймання соціальних контакти та інших аспектів нормальної життєдіяльності. Ці симптоми можуть суттєво погіршити адаптацію особистості в умовах

бойових дій, і навіть привести до дезадаптації. В разі такого складного стану особистості, необхідною є професійна допомога.

1.4 Висновки

Після аналізу та обробки інформації з наукової літератури за темою дослідження ми зробили такі висновки:

- Емоційний інтелект, як психологічний феномен привертає увагу великої кількості науковців. Ми не маємо єдиного визначення чи концепції даного поняття. Тож дослідження та створення нових концепцій, які дозволять нам зрозуміти краще як функціонує та впливає на різні аспекти людського життя є все ще актуальними. Це ще раз підкреслює необхідність та потенціал даної роботи.
- Період ранньої дорослості важливий етап в становленні людини на життєвому шляху. Це проміжок часу від якості, якого залежить друга половинна життя людини. Адже значення такого етапу як перехід від юності до дорослості важко переоцінити.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Опис вибірки та процедури дослідження

Для дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту та адаптивних можливостей осіб періоду ранньої дорослості були обрані такі методики:

- Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна;
- Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В.В. Зарицької;
- Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл)

Методики були оформлені за допомогою програми «Google Forms» розіслані потенційним досліджуваним у месенджері «Telegram».

У дослідженні брали участь особи віку ранньої дорослості різних спеціальностей. Переважно студенти Харківського аерокосмічного університету ім. М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут» і Прикарпатського національного університету ім. В.С. Стефаника.

Загалом тестування пройшло 60 осіб, з них:

- 15 опитуваних (25%) - мають високу стійкість до бойового стресу;
- 36 опитуваних (60%) - мають достатню стійкість до бойового стресу;
- 9 опитуваних (15%) - мають низьку стійкість до бойового стресу.

2.2 Методики дослідження

Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна-призначений для оцінки

адаптаційних можливостей особистості з урахуванням соціально-психологічних та деяких психофізіологічних характеристик, що відображують узагальнені особливості нервово-психічного та соціального розвитку.

В основу методики покладено уявлення про адаптацію, як про безперервний процес активного пристосування людини до постійно мінливих умов соціального середовища і професійної діяльності. Ефективність адаптації багато в чому залежить від того, наскільки реально людина сприймає себе і свої соціальні зв'язки, точно порівнює свої потреби з наявними можливостями і усвідомлює мотиви своєї поведінки.

Спотворене або недостатньо розвинене уявлення про себе веде порушення адаптації, що може супроводжуватися підвищеною конфліктністю, порушенням взаємин, зниженням працездатності і погіршенням стану здоров'я. Випадки глибокого порушення адаптації можуть призводити до грубих порушень дисципліни, зриву професійної діяльності та розвитку хвороб.

Опитувальник містить 165 питань і має наступні шкали:

- «достовірність» (Д)
- «нервово-психічна стійкість» (НПУ)
- «комунікативний потенціал» (КП)
- «моральна нормативність» (МН)
- «особистісний адаптивний потенціал» (ОАП)

На кожне запитання опитуваний має два варіанти відповіді: «ТАК» або «НІ». Перевірка результатів проводиться за допомогою чотирьох «ключів», окремий до кожного показника. Під час підрахунку результатів враховується кількість відповідей, які співпали з «ключем». Кожен збіг з ключем рахується як один «сирий» бал.

Для перевірки достовірності наданих відповідей використовують шкалу «Д». Якщо кількість «сірих» балів дорівнює або більше 10, то отриманий результат вважається недостовірним так, як опитуваний прагне належати до соціально бажаного типу особистості.

Під час обстеження великої кількості людей, а також при наявності дефіциту часу процес визначення соціально-психологічної адаптації опитуваних може бути прискореним. Для цього достатньо виміряти результати двох шкал: достовірності та особистісного адаптивного потенціалу.

Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В.В. Зарицької.

Методика розроблена з урахуванням результатів досліджень 15 інших методик, які були розроблені для виявлення рівня окремих складників емоційного інтелекту. Має 4 шкали: розуміння власних емоцій; самоконтроль і саморегуляція емоцій; розуміння емоцій інших людей; використання емоцій у діяльності та спілкуванні.

Методика включає в себе найбільш вагомі судження, які були запозичені з різних методик та доповнені судженнями у контексті структури емоційного інтелекту розробленого В.В. Зарицькою. Кожен компонент емоційного інтелекту включає в себе перелік показників, які дають змогу визначити рівень розвитку в результаті обробки відповідей на питання методики.

Отже, щоб проаналізувати рівень розвитку кожного з чотирьох структурних компонентів емоційного інтелекту, респондент має дати один із чотирьох варіантів відповіді (майже завжди, часто, частково, майже ніколи) на кожне з 76 питань.

Відповідь «майже завжди» означає високий рівень дорівнює 4 балам, відповідь «часто» означає достатній рівень і дорівнює 3 балам, відповідь

«частково» означає середній рівень і дорівнює 2 балам, відповідь «майже ніколи» означає низький рівень і дорівнює 1 балу.

Питання сформульовані таким чином, щоб рівень розвитку кожної окремої здатності можна виміряти з певною точністю, використовуючи ключ. Ефективність цієї методики була перевірена під час проведення експерименту в експериментальних групах студентів протягом чотирьох навчальних років в процесі вивчення психологічних дисциплін.

Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл)

Методика, яка розрахована на виявлення здібностей особистості розуміти відносини, які транслюються в емоціях, і керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття рішень. Вона передбачає 30 тверджень та містить 5 шкал:

- «Емоційна обізнаність»;
- «Управління своїми емоціями»;
- «Самотивація»;
- «Емпатія»;
- «Розпізнавання емоцій інших людей».

Кожне з тверджень має 6 варіантів відповіді: повністю не згоден (-3 бали); в основному не згоден (-2 бали); почасти згоден (-1 бал); частково згоден (+1 бал); в основному згоден (+2 бали); повністю згоден (+3 бали). Обробка результатів проводиться за допомогою «ключа».

РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА АДАПТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПЕРІОДУ РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

3.1. Загальні показники тестувань

Під час проведення дослідження за багаторівневим особистісним опитувальником «Адаптивність» А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна було виділено такі три групи опитуваних:

1. Особи, що мають високу стійкість до бойового стресу;
2. Особи, що мають достатню стійкість до бойового стресу;
3. Особи, що мають низьку стійкість до бойового стресу.

Рис.3.1.

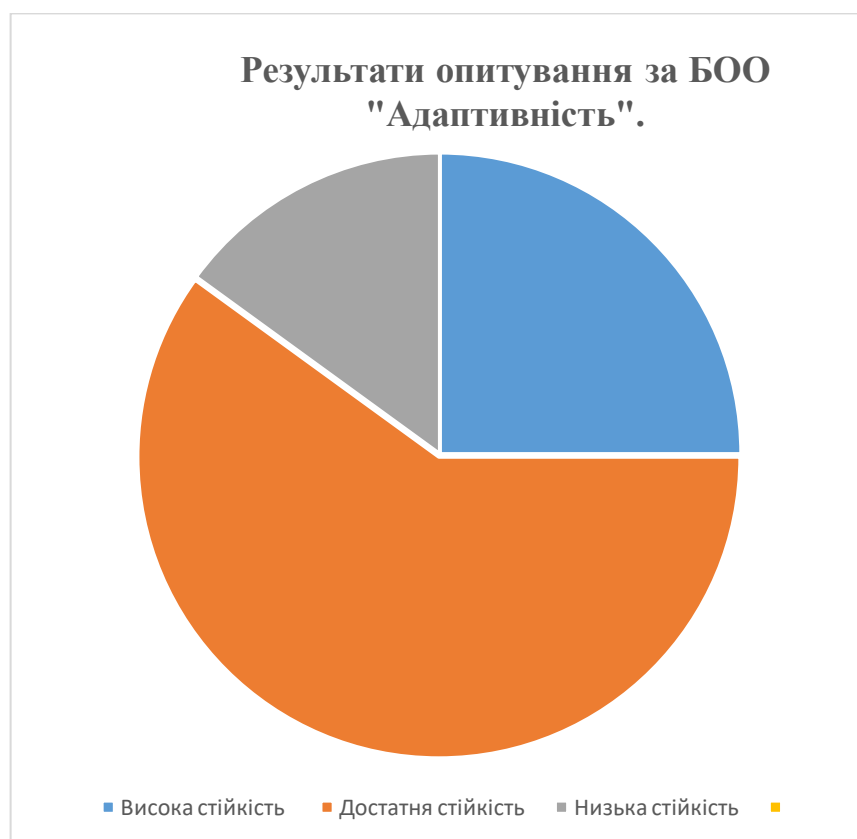


Рис.3.1. Результати опитування за БОО «Адаптивність».

Спочатку було прийняте рішення розглянути першу групу опитуваних, які мають високу стійкість до бойового стресу за БОО «Адаптивність» А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна.

Спираючись на методику дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В.В. Зарицької, були отримані такі результати:

Показник «розуміння особистістю власних емоцій» коливається від середніх (мінімальне значення – 18) до високих значень (максимальне значення –58). Конкретніше, середній рівень було виявлено у 5 осіб з 15(33.3%), достатній – у 3 осіб(20%), високий – у 7 осіб(46.6%).

Рис.3.2

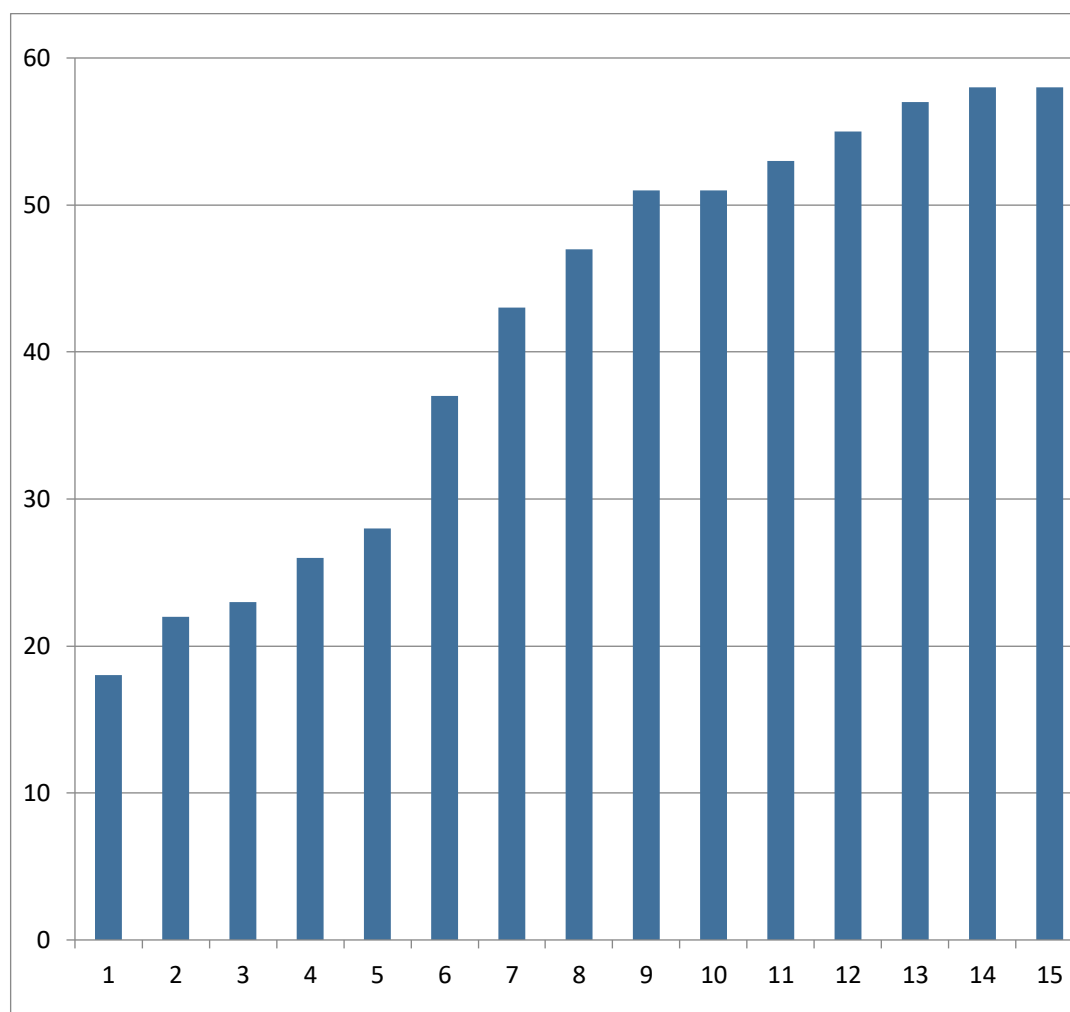


Рис.3.2. Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій».

Показник «самоконтроль і регуляція емоцій» коливається від низьких (мінімальне значення – 10) до високих значень (максимальне значення –54).

Конкретніше, низький рівень було виявлено у 1 особи з 15(6.6%), середній – у 3 осіб(20%), достатній – у 2 осіб(13.3%), високий – у 9 осіб(60%).

Рис.3.3

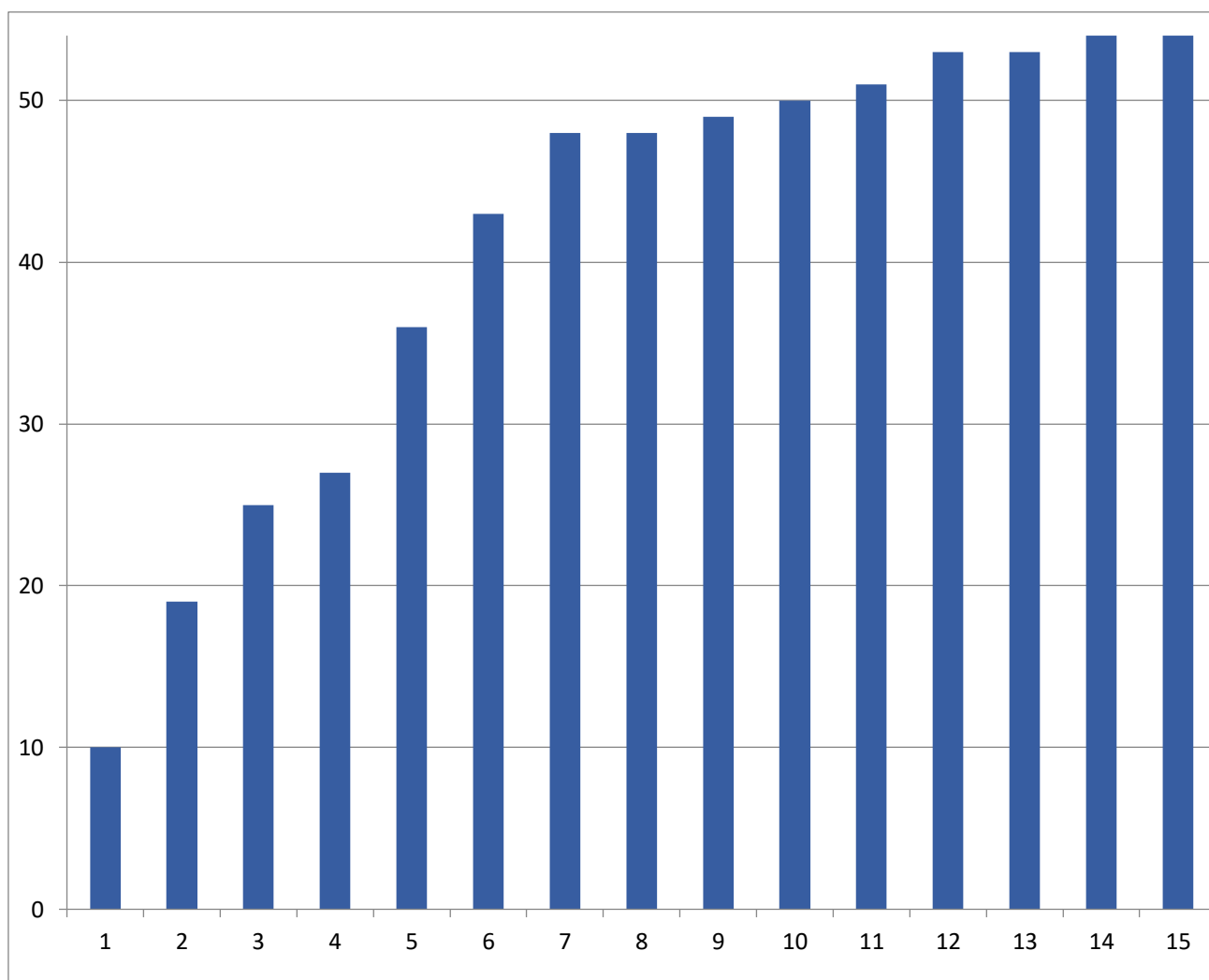


Рис.3.3. Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій».

Показник «розуміння особистістю емоцій інших» коливається від низьких (мінімальне значення – 12) до високих значень (максимальне значення –62). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 1 особи з

15(6.6%), середній – у 3 осіб(20%), достатній – у 4 осіб(26.6%), високий – у 7 осіб(46.6%).

Рис.3.4

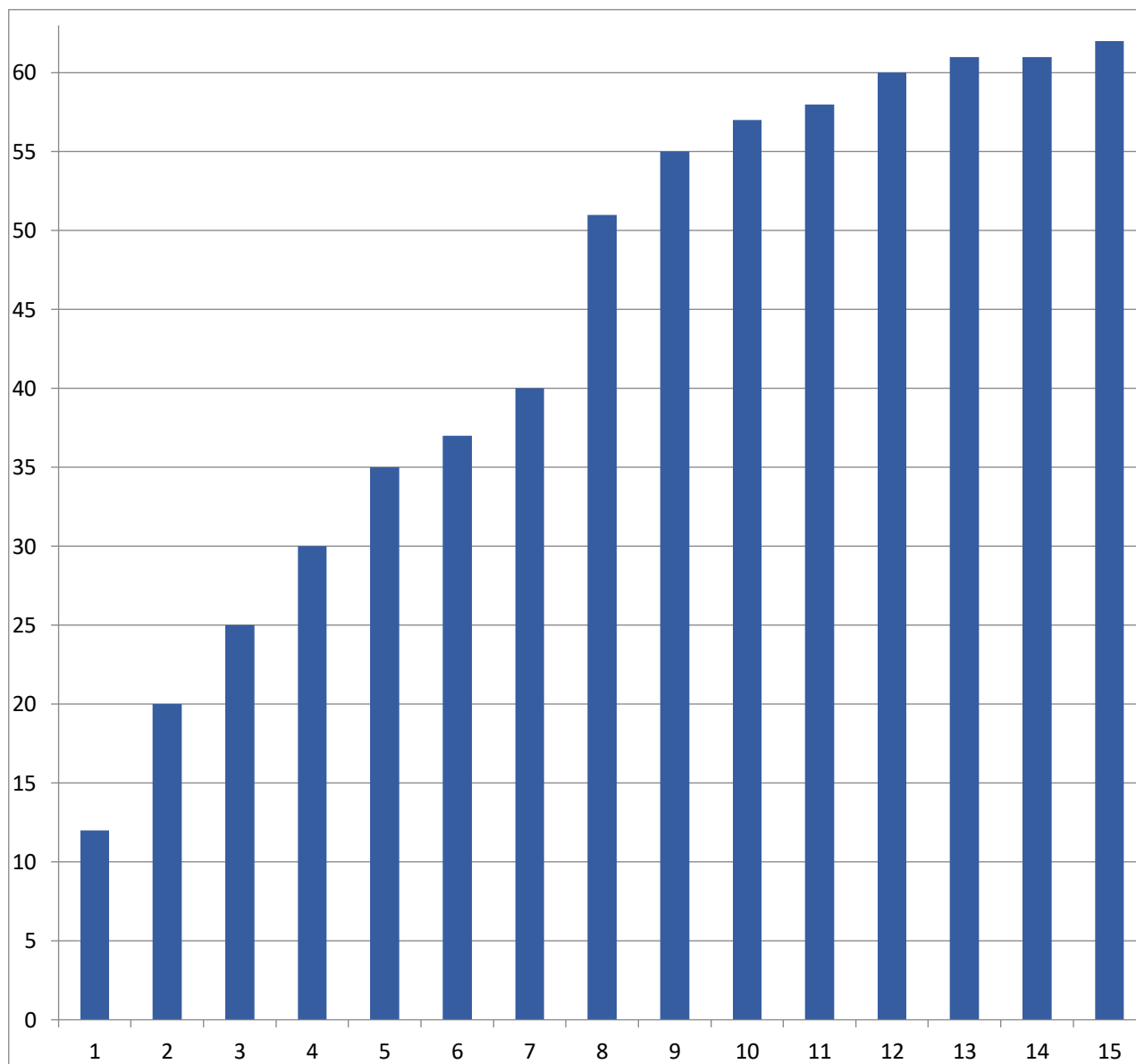


Рис.3.4. Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших».

Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні» коливається від низьких (мінімальне значення – 11) до високих значень (максимальне значення – 51). Конкретніше, низький рівень було

виявлено у 1 особи з 15(6.6%), середній – у 2 осіб(13.3%), достатній – у 4 осіб(26.6%), високий – у 8 осіб(53.3%).

Рис.3.5.

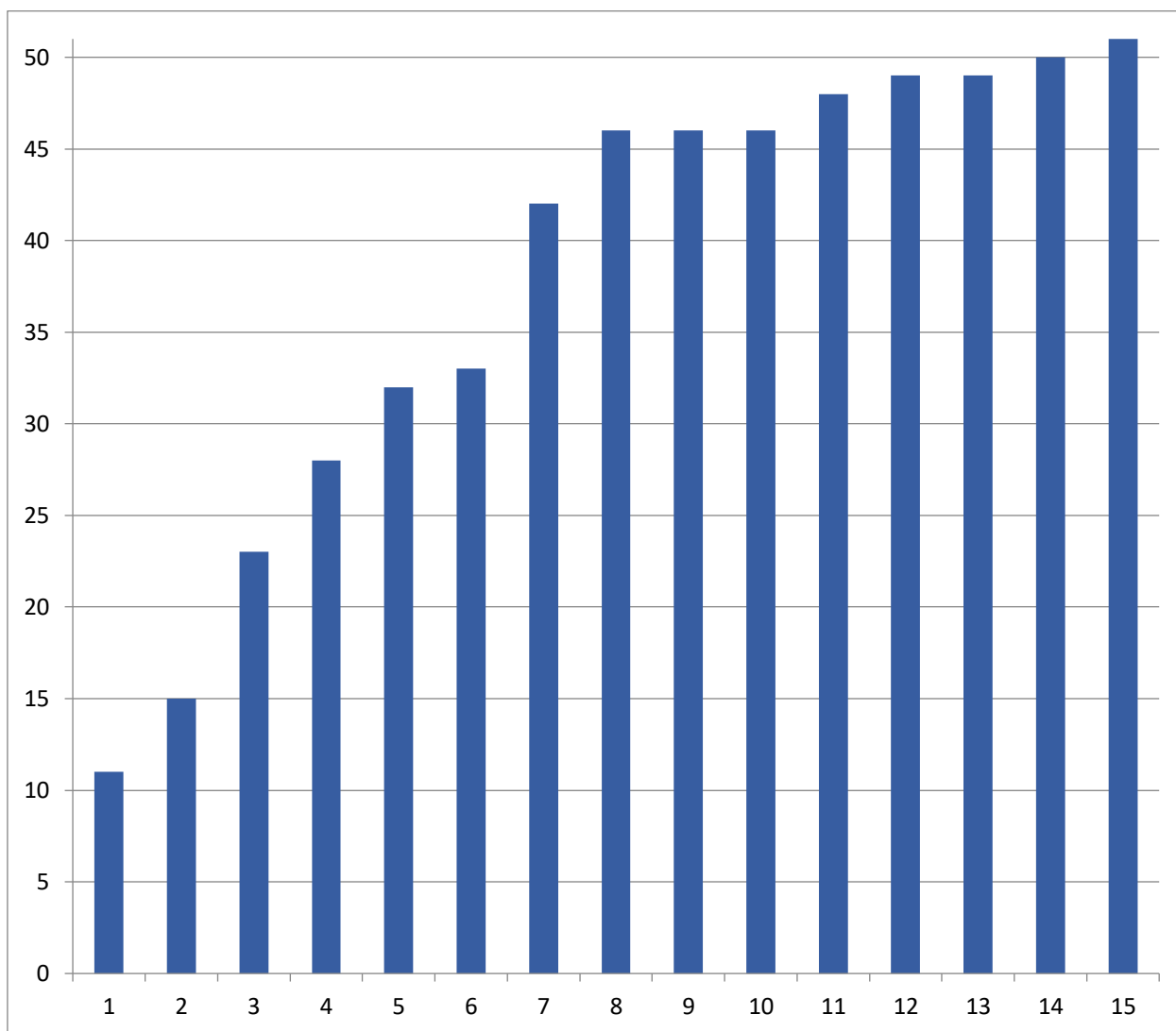


Рис.3.5. Показники за шкалою «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні».

Спираючись на діагностика емоційного інтелекту (Н. Холл) за шкалою «інтегративного рівня емоційного інтелекту», були отримані такі результати:

Показники рівня інтегративного інтелекту коливається від низьких (мінімальне значення – 37) до високих значень (максимальне значення –72).

Конкретніше, низький рівень було виявлено у 1 особи з 15(6.6%), середній – у 6 осіб(40%), високий – у 8 осіб(53.3%).

Рис.3.6.

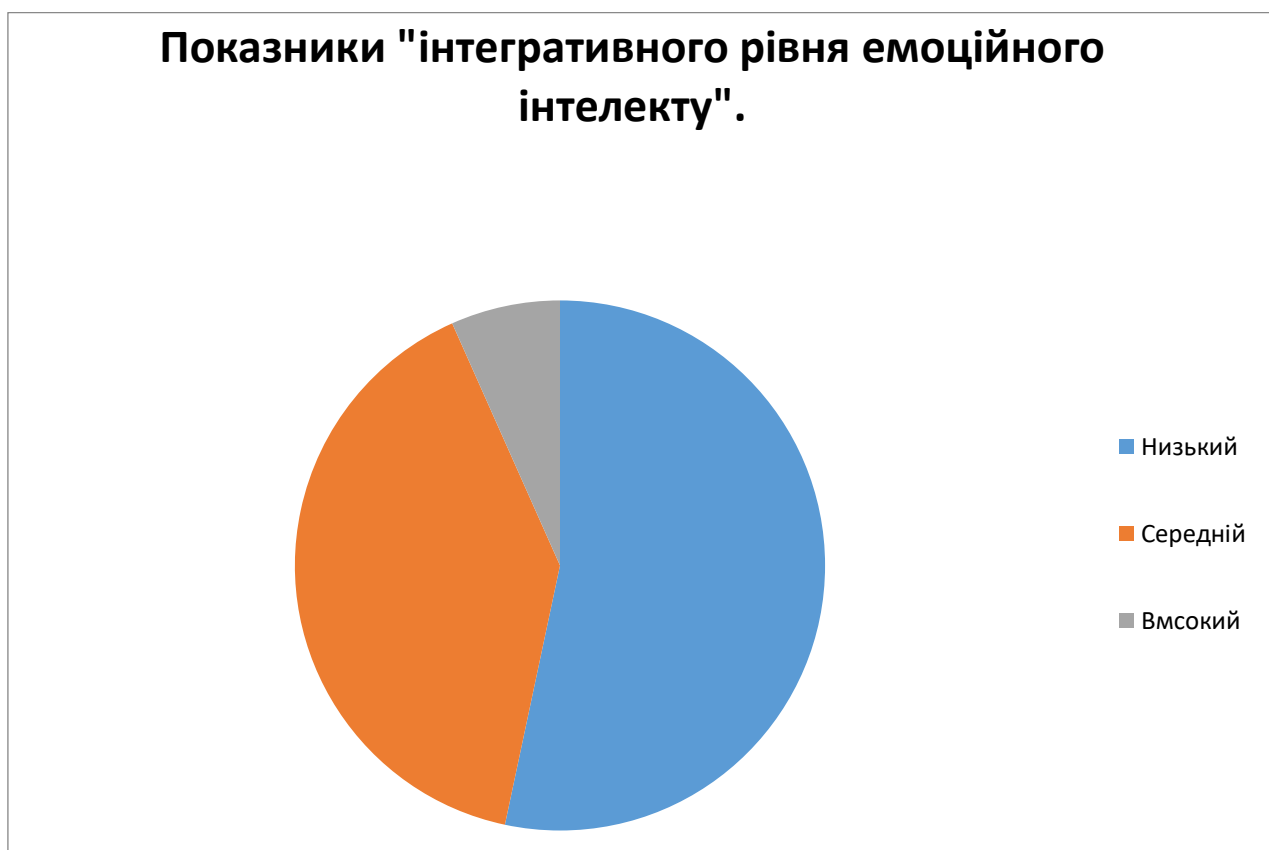


Рис.3.6. Показники «інтегративного рівня емоційного інтелекту».

Розглянемо другу групу опитуваних, які мають достатню стійкість до бойового стресу за БОО «Адаптивність» А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна.

Показник «розуміння особистістю власних емоцій» коливається від низьких (мінімальне значення – 8) до високих значень (максимальне значення –60). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 3 осіб з 36(8.3%), середній – у 7 осіб(19.4%), достатній – у 10 осіб(27.7%), високий – у 16 осіб(44.4%).

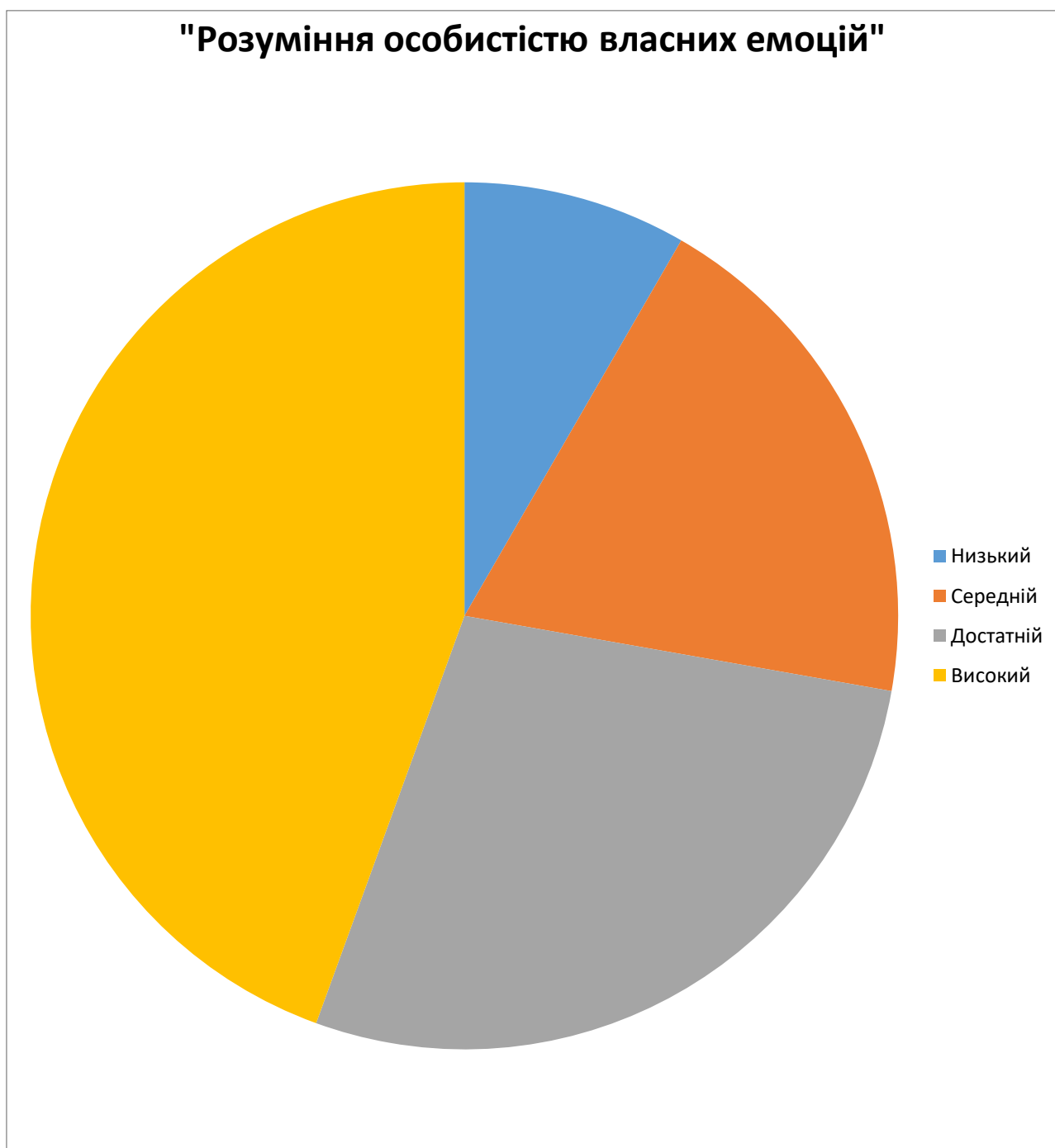


Рис.3.7. Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій».

Показник «самоконтроль і регуляція емоцій» коливається від низьких (мінімальне значення – 12) до високих значень (максимальне значення –54). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 6 осіб з 36(16.6%), середній – у 5 осіб(13.8%), достатній – у 8 осіб(22.2%), високий – у 17 осіб(47.2%).

Рис.3.8

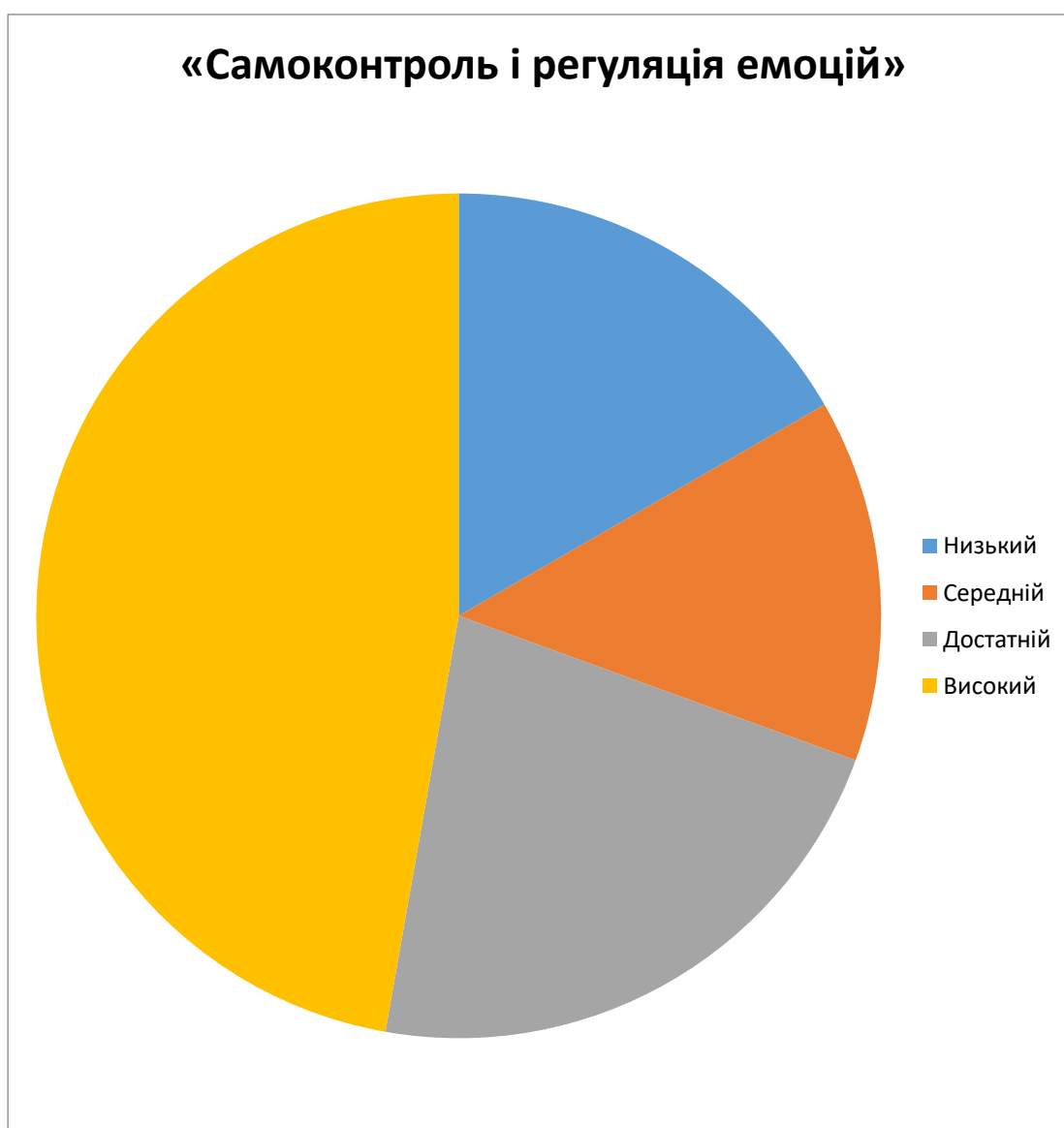


Рис.3.8. Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій».

Показник «розуміння особистістю емоцій інших» коливається від низьких (мінімальне значення – 14) до високих значень (максимальне значення – 58). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 4 осіб з 36(11.1%), середній – у 6 осіб(16.6%), достатній – у 12 осіб(33.3%), високий – у 14 осіб(38.8%).

Рис.3.9.

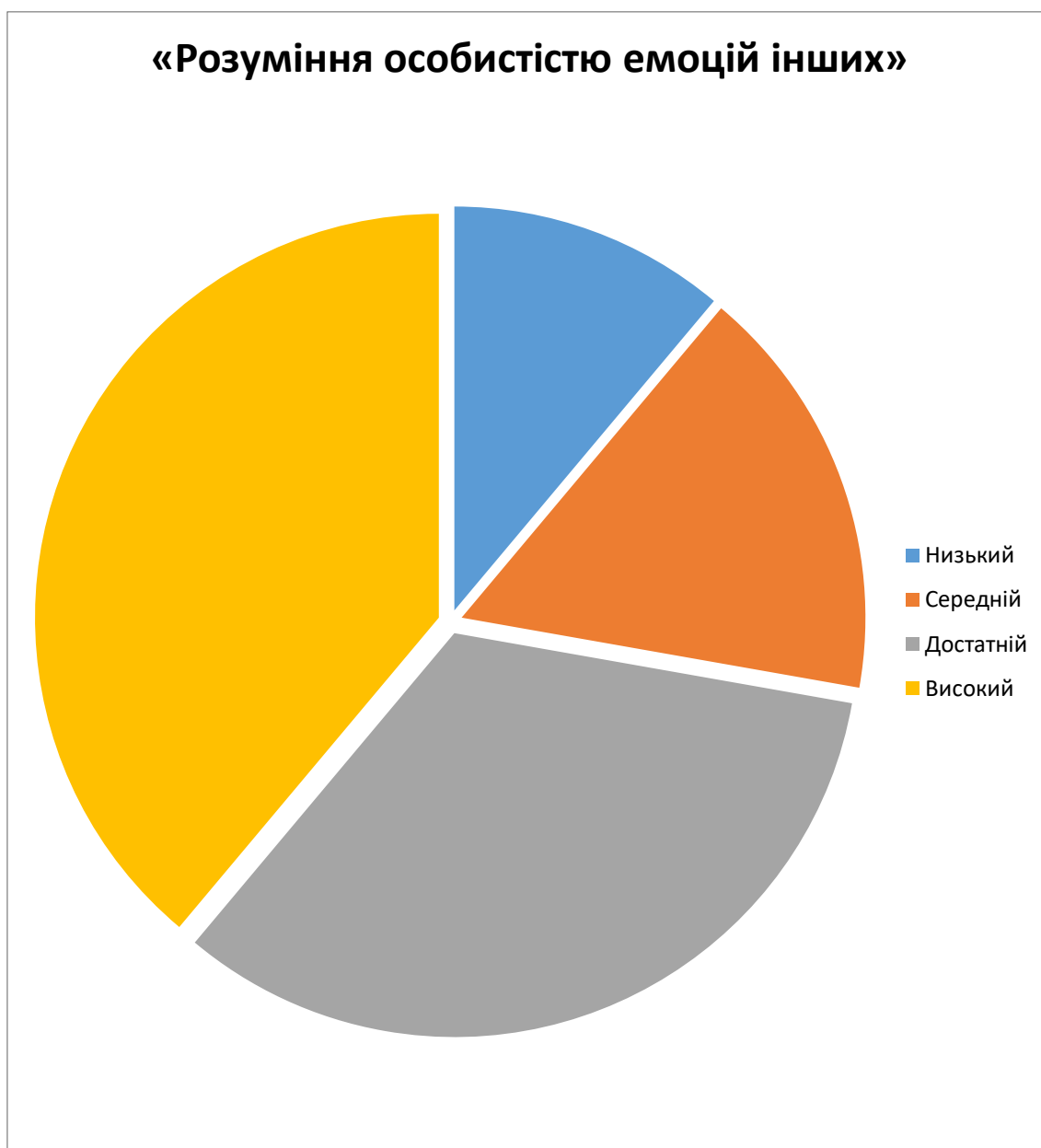


Рис.3.9. Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших».

Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні» коливається від низьких (мінімальне значення – 11) до високих значень (максимальне значення – 50). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 5 осіб з 36(13.8%), середній – у 4 осіб(11.1%), достатній – у 10 осіб(27.7%), високий – у 17 осіб(47.4%).

Рис.3.10.

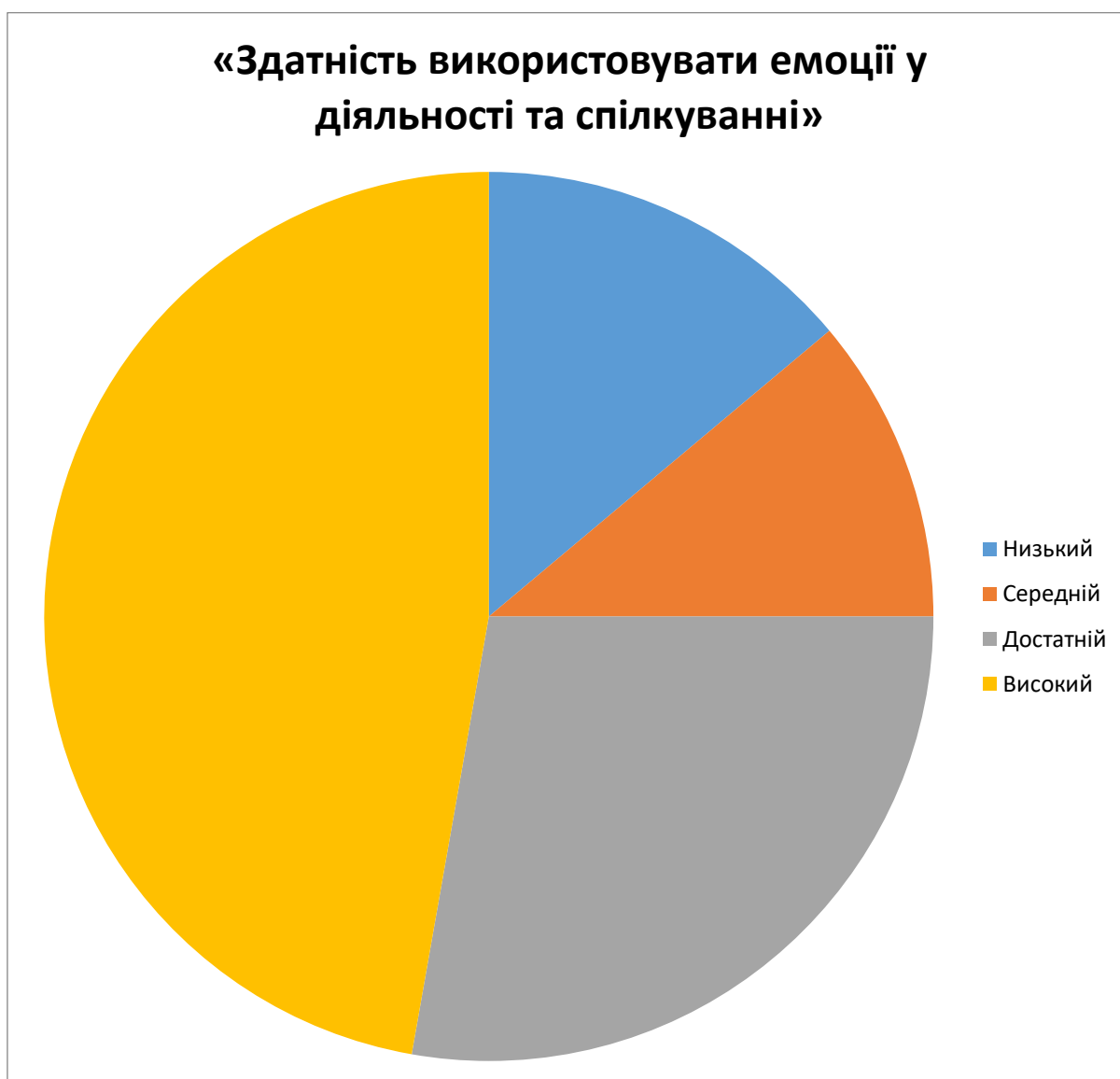


Рис.3.10. Показники за шкалою «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні».

Спираючись на діагностика емоційного інтелекту (Н. Холл) за шкалою «інтегративного рівня емоційного інтелекту», були отримані такі результати:

Показники інтегративного рівня емоційного інтелекту коливається від низьких (мінімальне значення – 38) до високих значень (максимальне значення –70). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 6 осіб з 36(16.6%), середній – у 10 осіб(27.7%), високий – у 20 осіб(55.5%).

Рис.3.11.

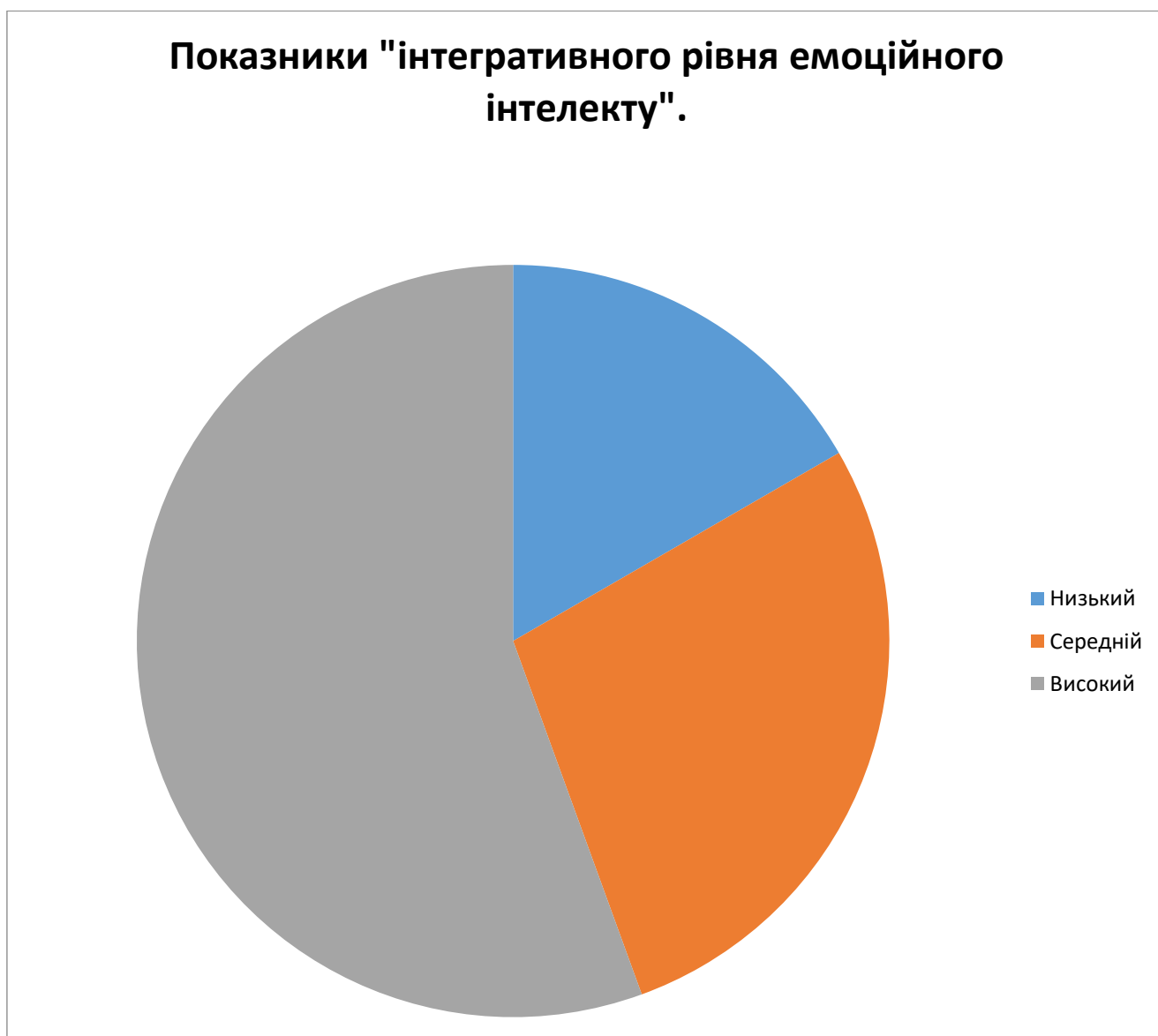


Рис.3.11. Показники «інтегративного рівня емоційного інтелекту».

Розглянемо третю групу опитуваних, які мають низьку стійкість до бойового стресу за БОО «Адаптивність» А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна.

Показник «розуміння особистістю власних емоцій» коливається від низьких (мінімальне значення – 13) до достатніх значень (максимальне

значення –44). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 4 осіб з 9(44.4%), середній – у 3 осіб(33.3%), достатній – у 2 осіб(22.2%).

Рис.3.12.



Рис.3.12. Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій».

Показник «самоконтроль і регуляція емоцій» коливається від низьких (мінімальне значення – 12) до високих значень (максимальне значення –54).

Конкретніше, низький рівень було виявлено у 2 осіб з 9(22.2%), середній – у 2 осіб(22.2%), достатній – у 3 осіб(33.3%), високий – у 2 осіб(22.2%).

Рис.3.13.

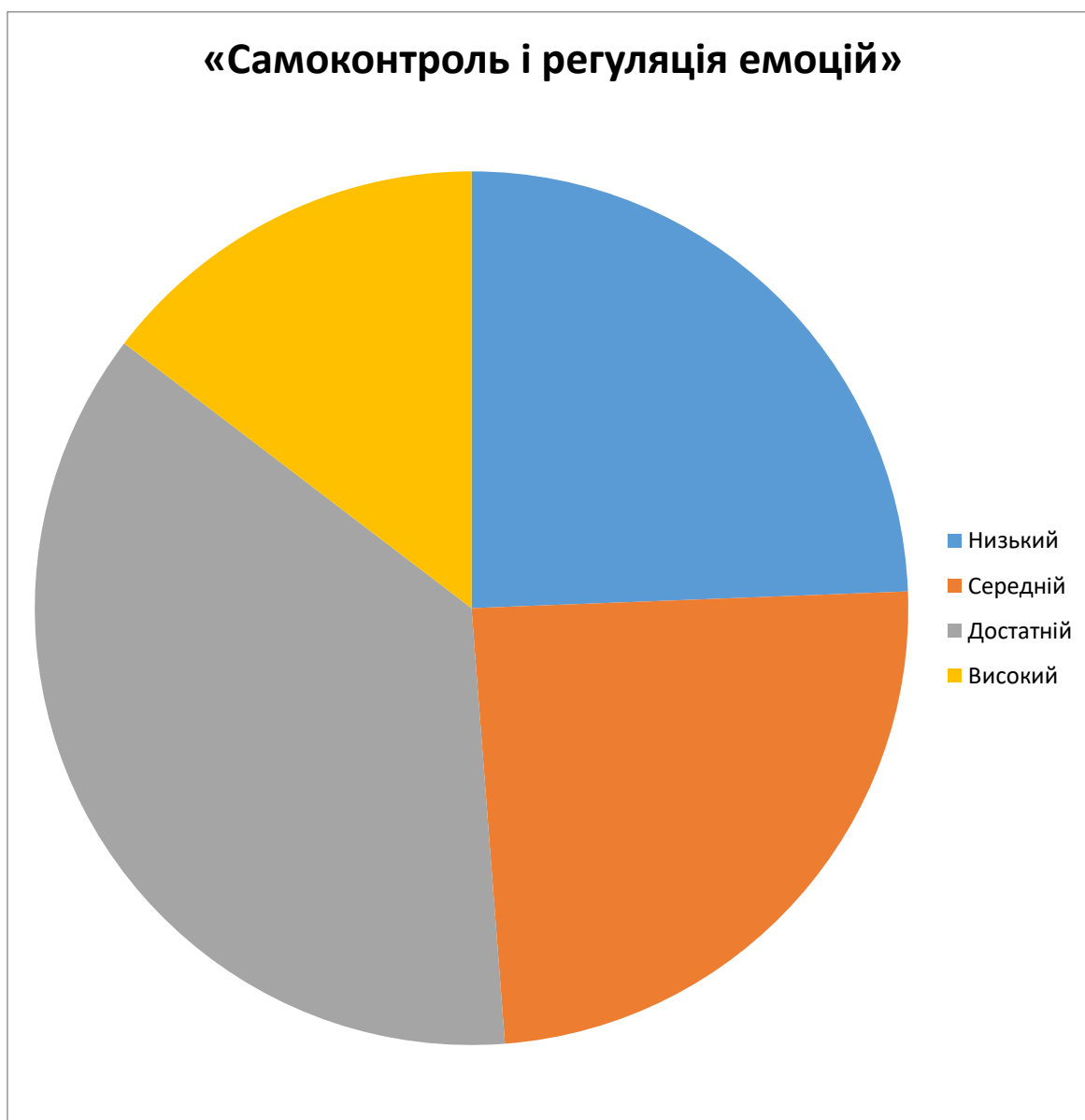


Рис.3.13. Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій».

Показник «розуміння особистістю емоцій інших» коливається від низьких (мінімальне значення – 15) до достатніх значень (максимальне значення –60).

Конкретніше, низький рівень було виявлено у 4 осіб з 9(44.4%), середній – у 3 осіб(33.3%), достатній – у 2 осіб(22.2%).

Рис.3.14.

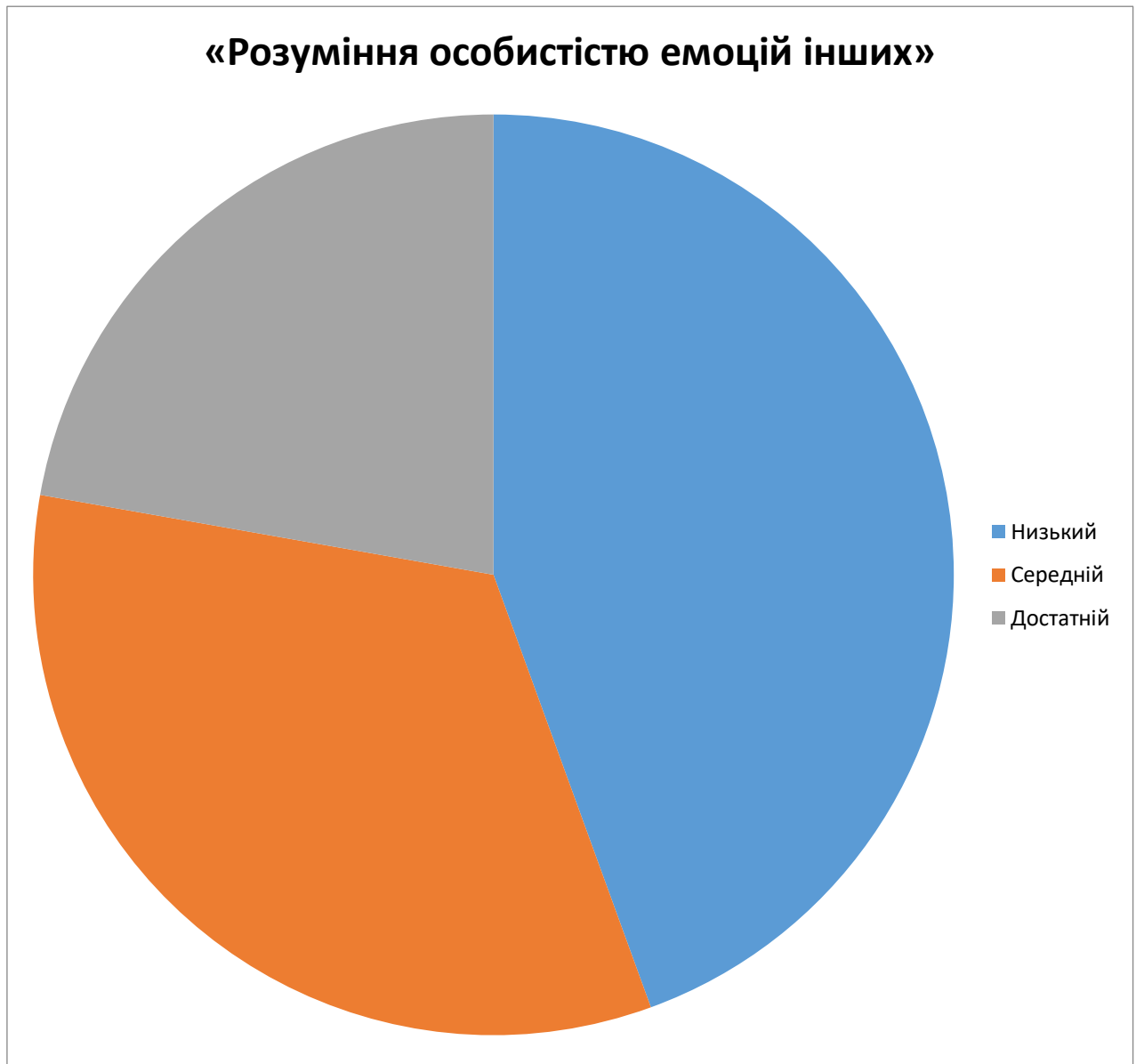


Рис.3.14. Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших».

Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні» коливається від низьких (мінімальне значення – 12) до високих значень (максимальне значення – 46).

Конкретніше, низький рівень було виявлено у 2 осіб з 9(22.2%), середній – у 4 осіб(44.4%), достатній – у 2 осіб(22.2%), високий – у 1 особи(11.1%).

Рис.3.15.

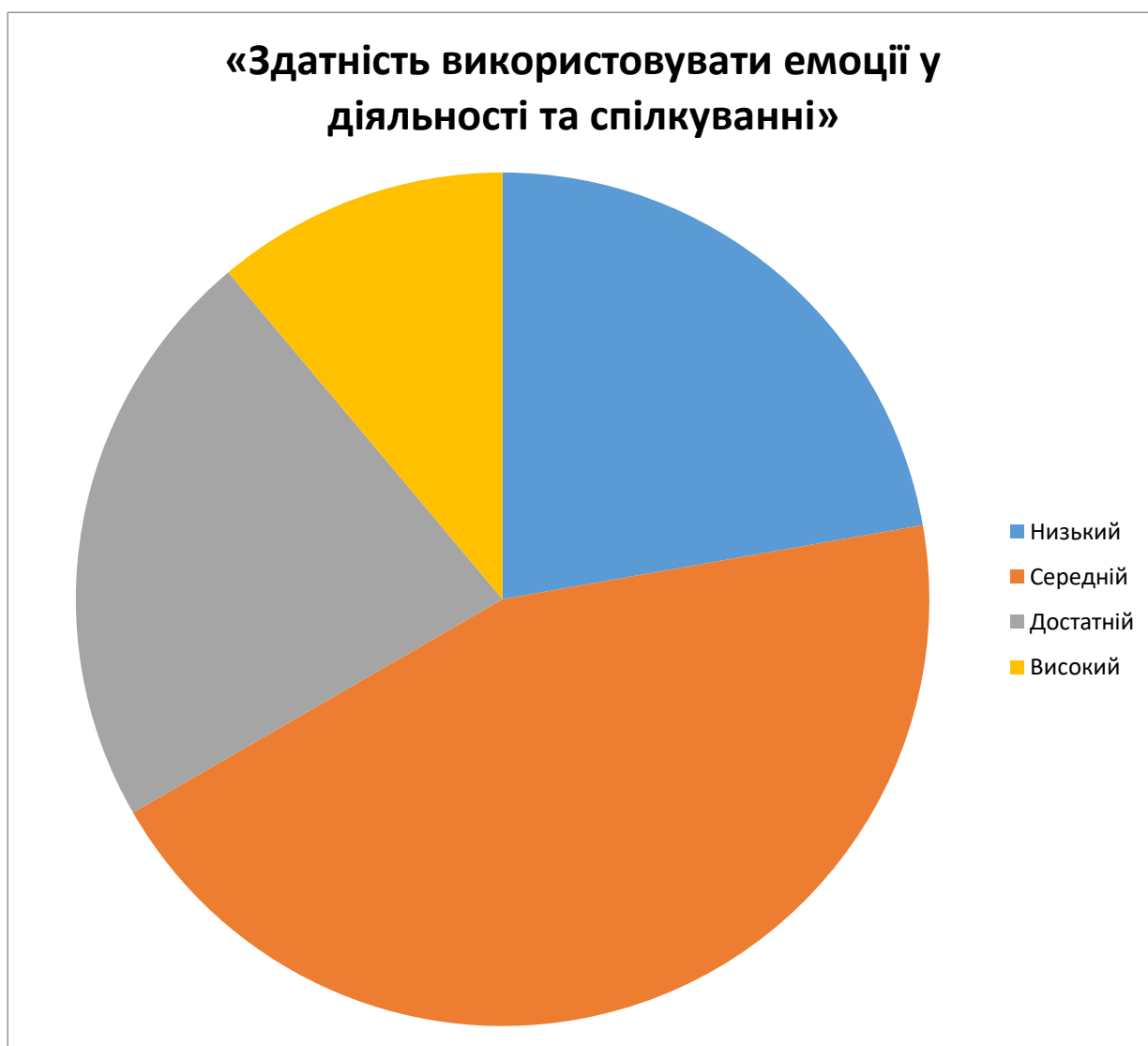


Рис.3.15. Показники за шкалою «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні»

Спираючись на діагностика емоційного інтелекту (Н. Холл) за шкалою «інтегративного рівня емоційного інтелекту», були отримані такі результати:

Показники інтегративного рівня емоційного інтелекту коливається від низьких (мінімальне значення – 36) до високих значень (максимальне значення –71). Конкретніше, низький рівень було виявлено у 3 осіб з 9(33.3%), середній – у 4 осіб(44.4%), високий – у 2 осіб(22.2%).

Рис.3.16.

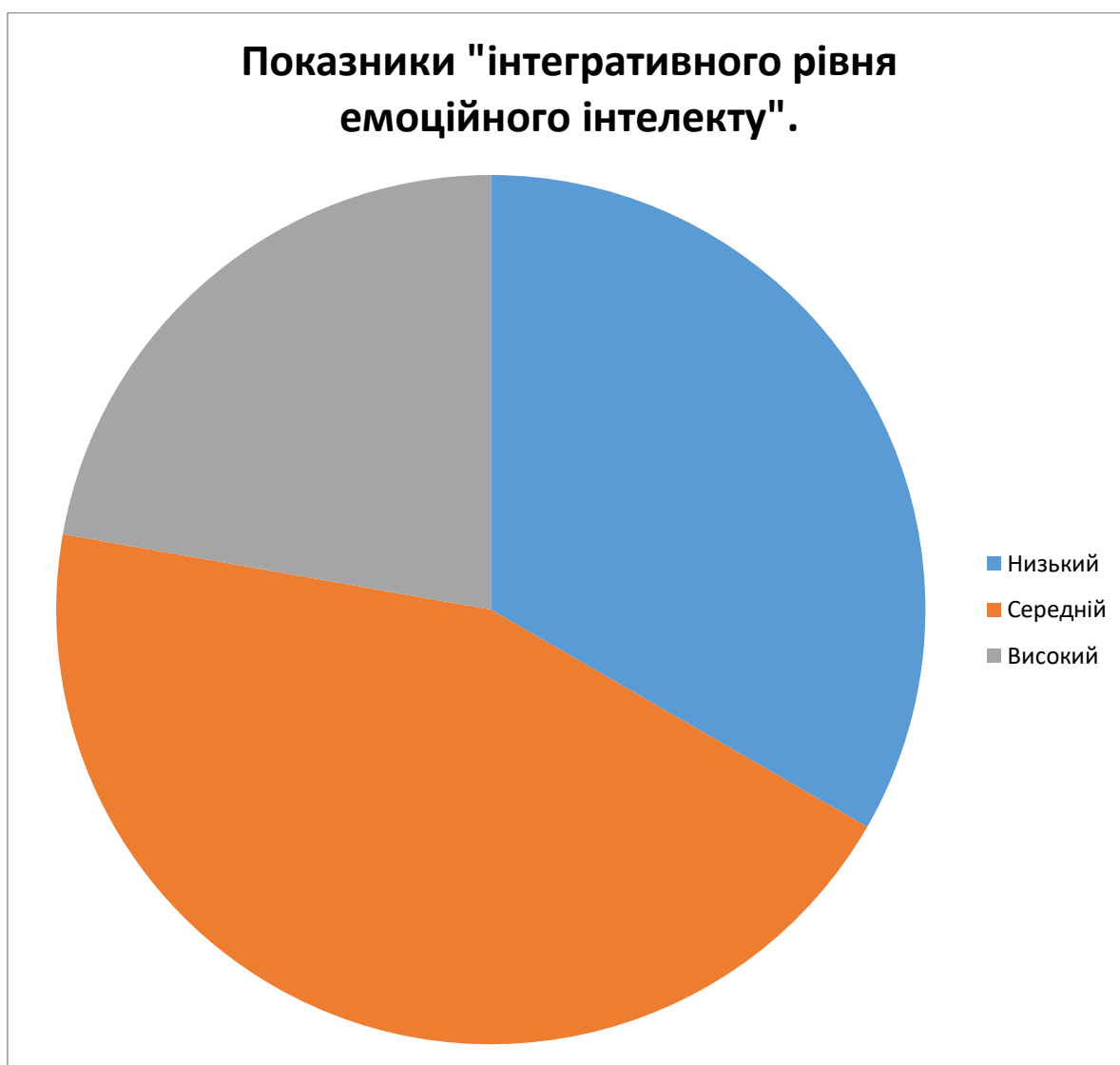


Рис.3.16. Показники «інтегративного рівня емоційного інтелекту».

3.2 Результати кореляційного аналізу

За допомогою коефіцієнту рангової кореляції Спірмена у програмі Excel виявлені такі результати:

Таблиця 1.

Результати рангової кореляції Спірмена всередині групи 1.

Група опитуваних, які мають високу стійкість до бойового стресу за БОО «Адаптивність» (А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна.)	Рівень значущості
Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій».	-0.221
Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій».	0.456
Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших».	0.423
Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні»	0.129
Показник інтегративного рівня емоційного інтелекту	0.25

За даними, поданими в таблиці 1, можна побачити, що кореляція між високою стійкістю до бойового стресу та показниками «розуміння

особистістю власних емоцій», «самоконтроль і регуляція емоцій», «розуміння особистістю емоцій інших», «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні», показником інтегративного рівня емоційного інтелекту не є значною.

Таблиця 2.

Результати рангової кореляції Спірмена всередині групи 2.

Група опитуваних, які мають достатню стійкість до бойового стресу за БОО «Адаптивність» (А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна.)	Рівень значущості
Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій».	0.209
Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій».	0.447
Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших».	0.327
Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні»	0.216
Показник інтегративного рівня емоційного інтелекту	0.495

За даними, поданими в таблиці 2, можна побачити, що кореляція між достатньою стійкістю до бойового стресу та показниками «розуміння

особистістю власних емоцій», «самоконтроль і регуляція емоцій», «розуміння особистістю емоцій інших», «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні», показником інтегративного рівня емоційного інтелекту не є значною.

Таблиця 3.

Результати рангової кореляції Спірмена всередині групи 3

Група опитуваних, які мають достатню нюжку до бойового стресу за БОО «Адаптивність» (А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна.)	Рівень значущості
Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій»	0.19
Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій»	0.297
Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших»	0.419
Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні»	0.503
Показник інтегративного рівня емоційного інтелекту	0.503

За даними, поданими в таблиці 3, можна побачити, що кореляція між низькою стійкістю до бойового стресу та показниками «розуміння особистістю власних емоцій», «самоконтроль і регуляція емоцій», «розуміння особистістю емоцій інших», «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні», показником інтегративного рівня емоційного інтелекту не є значною.

За допомогою статистичного критерію Фішера у програмі Excel виявлені такі результати:

Порівняльний аналіз статистично значущих відмінностей особливостей емоційного інтелекту у опитуваних з високим та достатнім рівнем стійкості до бойового стресу.

Таблиця 4.

	Частота зустрічає мості ознаки в групі 1 (%)	Частота зустрічає мості ознаки в групі 2 (%)	Значення ф-критерію	Рівень значущості, p
Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій»	31.3	16.7	1.005	p>0.05
Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій»	62.5	50	0.735	p>0.05
Показники за шкалою «розуміння	31.3	27.8	0.222	p>0.05

особистістю емоцій інших»				
Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні»	66.8	44.4	1.443	p>0.05
Показник інтегративного рівня емоційного інтелекту	87.5	77.8	0.754	p>0.05

З таблиці 4 можна побачити, що статистично значущі відмінності між групою осіб з високою стійкістю до бойового стресу та групою осіб з достатньою стійкістю до бойового стресу відсутні.

Порівняльний аналіз статистично значущих відмінностей особливостей емоційного інтелекту у опитуваних з достатнім та низьким рівнем стійкості до бойового стресу.

Таблиця 5.

	Частота зустрічає мості ознаки в групі 2 (%)	Частота зустрічає мості ознаки в групі 3 (%)	Значення ф-критерію	Рівень значущості, p
Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій»	16.7	33.3	1.577	p>0.05

Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій»	50	60	0.191	p>0.05
Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших»	27,9	33.2	0.340	p>0.05
Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні»	44.2	39	0.246	p>0.05
Показник інтегративного рівня емоційного інтелекту	77.8	79	0.156	p>0.05

З таблиці 5 можна побачити, що статистично значущі відмінності між групою осіб з достатньою стійкістю до бойового стресу та групою осіб з низькою стійкістю до бойового стресу відсутні.

Порівняльний аналіз статистично значущих відмінностей особливостей емоційного інтелекту у опитуваних з низьким та високим рівнем стійкості до бойового стресу.

Таблиця 6.

	Частота зустрічає мості ознаки в групі 1 (%)	Частота зустрічає мості ознаки в групі 3 (%)	Значення ф-критерію	Рівень значущості, p
Показники за шкалою «розуміння особистістю власних емоцій»	30.2	32.2	0.123	p>0.05
Показники за шкалою «самоконтроль і регуляція емоцій»	61.3	60	0.137	p>0.05
Показники за шкалою «розуміння особистістю емоцій інших»	31.2	32.2	0.123	p>0.05
Показник «здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні»	66.5	40	1.630	p>0.05

Показник інтегративного рівня емоційного інтелекту	87.5	80	0.567	p>0.05
---	------	----	-------	--------

З таблиці 6 можна побачити, що статистично значущі відмінності між групою осіб з високою стійкістю до бойового стресу та групою осіб з низькою стійкістю до бойового стресу відсутні.

3.3. Висновки до розділу

Для дослідження емоційного інтелекту як чинник адаптивності особистості були обрані такі методики: Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) (А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна); Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В.В. Зарицької); Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл).

Методики були оформлені за допомогою програми Google Forms та розіслані потенційним досліджуваним у месенджері Telegram.

У дослідженні брали участь особи віку ранньої дорослості різних спеціальностей. Переважно студенти Харківського аерокосмічного університету ім. М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут» і Прикарпатського національного університету ім. В.С. Стефаника.

Загалом тестування пройшло 60 осіб, з них: 15 опитуваних (25%) – мають високу стійкість до бойового стресу; 36 опитуваних (60%) – мають достатню стійкість до бойового стресу; 9 опитуваних (15%) – мають низьку стійкість до бойового стресу.

В результаті дослідження було виявлено, що рівень адаптивності особистості під час бойових дій має помірну віднесеність до рівня розвитку емоційного інтелекту.

Значущим є те, що середні показники рівня розвитку емоційного інтелекту були вищими у груп з високим та достатнім рівнем стійкості до бойового стресу ніж у групи з низьким рівнем стійкості.

ВИСНОВКИ

У роботі «Емоційний інтелект як чинник адаптивності особистості періоду ранньої дорослості під час війни» були розглянуті вітчизняні та зарубіжні дослідження різних авторів та вчених, проаналізовано теоретичні підходи та концепції різних дослідників, узагальнено та розкрито множинність визначень понять «емоційний інтелект». Також був розглянутий період ранньої дорослості, його особливості, теорії та поділ на стадії.

Метою даної роботи є визначення рівня кореляції між рівнем розвитку емоційного інтелекту та адаптивними можливостями особистостей періоду ранньої дорослості.

Для дослідження емоційного інтелекту як чинник адаптивності особистості були обрані такі методики: Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) (А.Г. Маклакова та С.В. Чермяніна); Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту (В.В. Зарицької); Діагностика «емоційного інтелекту» (Н. Холл).

Методики були оформлені за допомогою програми Google Forms та розіслані потенційним досліджуваним у месенджері Telegram.

У дослідженні брали участь особи віку ранньої дорослості різних спеціальностей. Переважно студенти Харківського аерокосмічного університету ім. М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут» і Прикарпатського національного університету ім. В.С. Стефаника. Загалом тестування пройшло 60 осіб, з них: 15 опитуваних (25%) – мають високу стійкість до бойового стресу; 36 опитуваних (60%) – мають достатню стійкість до бойового стресу; 9 опитуваних (15%) – мають низьку стійкість до бойового стресу.

В результаті дослідження було виявлено, що рівень адаптивності особистості під час бойових дій має помірну віднесеність до рівня розвитку емоційного інтелекту.

Значущим є те, що середні показники рівня розвитку емоційного інтелекту були вищими у груп з високим та достатнім рівнем стійкості до бойового стресу ніж у групи з низьким рівнем стійкості.

Отже, за результатами проведеного порівняльного аналізу статистично значущих відмінностей особливостей розвитку емоційного інтелекту у осіб з різними рівнями стійкості до бойового стресу, можна сказати, що емоційний інтелект певною мірою детермінує тенденції до адаптивності особистостей періоду ранньої дорослості під час бойових дій.

У висновку, що стосується перспективи розвитку дослідження, можна зробити прогноз про подальше вивчення емоційного інтелекту як чинника адаптивності особистості періоду ранньої дорослості під час війни, але вже на більш широкій вибірці з урахуванням кореляцій з іншими психологічними характеристиками особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрєєва І.М. Гендерні відмінності у сфері емоційного інтелекту//Матеріали Міжнар. міждисциплінарний науково-практ. конф., 19-20 грудня 2003 р., Мінськ. Мінськ, 2004. С. 147-149.
2. Андрєєва І.М. Поняття та структура емоційного інтелекту // Соціально-психологічні проблеми ментальності: 6-а Міжнар. науково-практ. конф. 26-27 листопада 2004 р., м. Смоленськ: О 2 год. Ч. 1. Смоленськ: Вид-во СДПУ, 2004. С. 22-26.
3. Андрєєва І. Н. Емоційний інтелект: дослідження феномену. Питання психології. 2006. № 3. С. 78 – 86.
4. Андрєєва І. Н. Передумови розвитку емоційного інтелекту. Питання психології. 2007. №5. С. 57 – 65.
5. Андрєєва В.В., Ємельянова Л.М. Психолого-педагогічні передумови розвитку емоційного інтелекту у студентів // Шляхи та форми вдосконалення фармацевтичної освіти (матеріали 6-ї Міжнародної науково-методичної конференції «Фармосвіта-2016»). 2016. С.10-12
6. Архіпова І.В., Яригіна П.П. До питання про розвиток емоційного інтелекту у студентів на ранніх етапах професійної підготовки // Актуальні психолого-педагогічні проблеми у науці та практиці (Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції). 2015. С.10-13.
7. Астраханцева Т.С. Шинкорук М.В. Особливості розвитку емоційного інтелекту студентів напряму «юриспруденція» та службовців у поліції // Науково-технічна творчість аспірантів та студентів (матеріали 46-ї науково-технічної конференції студентів та аспірантів). 2016. С.40-42
8. Ахметова Г.К., Балакаєва Г.Т., Зейнолла С.Ж. До розвитку емоційного інтелекту суб'єктів освітнього середовища // Казанський педагогічний журнал. 2016. № 41 (117). С. 95-100.
9. Баурова Ю.В. Розвиток емоційного інтелекту у навчанні дорослих // Світ науки. 2016. № 4. Т.4. с.3
10. Білобородов А.М., Люб'якін А.А., Оконечнікова Л.В. Активні методи формування емоційного інтелекту студентів-психологів // Педагогічне освіту у Росії. 2015. № 11. С.55-60

11. Бочкарьова О.М. Професійне вигорання та емоційний інтелект операторів контактного центру // Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування. 2015. № 44. С. 97-101.
12. Брунер Є.Ю., Іванова В.І. До питання визначення визначення «емоційний інтелект» із застосуванням технології інтелект-картування // Проблеми сучасної педагогічної освіти. 2015. №47-2. С. 256-262
13. Вілюнас В. К. Перспективи розвитку психології емоцій// Тенденції розвитку психологічної науки. М.: Наука, 1989. С. 46-60
14. Волов В.В. Інноваційний підхід до вивчення базових механізмів емоційного інтелекту // Актуальні проблеми психологічного знання. 2016. № 3. С. 93-102
15. Виготський Л.С. Про два напрями у розумінні природи емоцій у зарубіжній психології на початку ХХ століття // Зап. психол. 1968. № 2. С.157-159.
16. Вискочив Н.А. Детермінанти рівня емоційного інтелекту// Казанський педагогічний журнал. - 2009. - № №11-12. - С.123-129
17. Гарднер Р. Структура розуму: теорія множинності інтелекту. М.: І.Д. Вільям, 2007. 798 с.
18. Голубіна Ю.Ю. Взаємозв'язок між емоційною креативністю та емоційним інтелектом // Педагогіка та психологія освіти. 2013. № 1. С.80-87
19. Гордєєва Ю.В. Взаємозв'язок саморегуляції та поведінки у конфлікті з емоційним інтелектом у студентів гуманітарних спеціальностей // Молодь третього тисячоліття (збірка наукових статей). Київський державний університет ім. Ф.М. Достоєвського. 2016. С.665-667.
20. Гоулман Д. Емоційне лідерство: Мистецтво управління людьми на основі емоційного інтелекту. - М: Альпіна Бізнес Букс, 2005
21. Гоулман Д. Емоційний інтелект. М.: АСТ, 2008 - 480с. Гоулман Д., Бояціс Р., Маккі Е. Емоційне лідерство. Мистецтво управління людьми з урахуванням емоційного інтелекту. - М., 2007.
22. Демідова І.Г. Емоційний інтелект у структурі компетенцій учнів установ професійної освіти психолого-педагогічного профілю [Текст] / І. Г. Демідова // Актуальні питання сучасної науки. - 2015. - № 40. - С.92 - 101.
23. Дегтярьов А.В. «Емоційний інтелект»: становлення поняття у психології // Електронний журнал «Психологічна наука та освіта». - 2012. - № 2. // http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n2/53525_full.shtml

24. Зеєр Е.Ф. Психологія професій. М.: Академ. Проект; Єкатеринбург: Ділова книга, 2003.
25. Іванова Є.С. Дистанційний інтернет-тренажер – новий метод розвитку емоційного інтелекту // Педагогічне освіту у Росії. - 2013. - № 4. - С.93-97.
26. Іванова Є. С., Пашкевич О. В. Упізнання лицьової експресії емоцій у структурі емоційного інтелекту: віковий аспект // Актуальні проблеми психології особистості: зб. ст. по матер. IV міжнар. наук.-практ. конф. № 4. – Новосибірськ: СибАК, 2010.
27. Іванова Є.С. Емоційний інтелект: нова панацея// Емоційний інтелект. - 2012. - № 1; URL: www.es.rae.ru/emintel/171-671
28. Іванова Є.С. Вербалізація емоцій та упізнання лицьової експресії у структурі спілкування підлітків та юнаків // Освіта та наука. 2013. № 9 (108). С. 91-102.
29. Іванова Є.С. Розвиток емоційного інтелекту у рамках програми підготовки спеціалістів-профайлерів // Науковий діалог. 2012. № 6. С.94-106
30. Іванова Є.С. Статеві особливості емоційного інтелекту та його структурних компонентів // Освіта та наука. 2011. № 7. С. 65-74
31. Іванова Є.С. Точність упізнання спонтанної лицьової експресії чоловічої та жіночої особи // Наука та сучасність. 2011. № 10-1. С. 286-290
32. Іванова Є.С. Динаміка показників обсягу активного словника емоцій та точності пізнання лицьової експресії учнів // Нове слово в науці та практиці: гіпотези та апробація результатів досліджень. 2012. № 2. С.59-63
33. Клімов Є.А., Розвивається людина у світі професій, Обнінськ, 1993
34. Кондаков І.М. Психологічний словник: ел. версія 2000 р. Режим доступу: <http://oim.ua/category/entsiklopediya/i-kondakov-psikhologicheskii-slovar-2000-g>
35. Конспект лекцій з курсу «Психологія професійної освіти»: // СФУ ІЦМіЗ, 2007. -110с
36. Котяєва О.С. Мулік І.Г. Роль емоційного інтелекту у діяльності спеціаліста системи «людина-людина» // Наука та молодь: нові ідеї та рішення (матеріали X міжнародної науково-практичної конференції молодих дослідників). 2016. С. 354-355.

37. Лазарева Л.В. Розвиток емоційного інтелекту студентів засобами педагогічної практики як умова їхнього професійного саморозвитку // Педагогічні читання в ННГУ. 2015. С. 323-326
38. Ларіна А.Т. Емоційний інтелект // Азімут наукових досліджень: педагогіка та психологія. 2016. №3 (16). Т.5. с. 275-278
39. Лачугіна В.П. Розпізнавання емоцій як компонент емоційного інтелекту//Актуальні проблеми сучасних гуманітарних наук (матеріали Міжнародної конференції молодих учених). 2015. С.310-314.
40. Леонтьєв О.М. Потреби, мотиви та емоції. - М.: Вид-во МДУ, 2007.
41. Лупандін В.І. Математичні методи у психології. Єкатеринбург, Вид-во Урал. Держ. Ун-та, 2009.
42. Люсін Д.В. Нова методика виміру емоційного інтелекту: опитувальник ЕмІн // Психологічна діагностика. 2006. № 4. С. 3 - 22.
43. Люсін Д.В. Сучасні уявлення про емоційний інтелект // Соціальний інтелект: Теорія, вимір, дослідження / за ред. Д.В.Люсіна, Д.В.Ушакова. М: Інститут психології РАН, 2004.
44. Люсін Д.В. Опитувальник на емоційний інтелект ЕмІн: нові психометричні дані // Соціальний та емоційний інтелект: від моделей до вимірів / за ред. Д.В.Люсіна, Д.В.Ушакова. М: Інститут психології РАН, 2009. С. 264-278.
45. Люсін Д.В. Здатність до розуміння емоцій: Психометричний та когнітивний аспекти // Г.А. Ємельянов (ред.), соціальне пізнання в епоху швидких політичних та економічних змін. М.: Сене, 2000.
46. Мейлі Р. Структура особистості // Експериментальна психологія: Пер. з франц. / Ред. - Упоряд. Фрес П. і Піаже Ж. Предисл. та заг. ред. О.М. Леонтьєва. Вип. V. - М.: вид. "Прогрес", 2007.
47. Мещерякова І.М. Біологічні та соціальні передумови розвитку емоційного інтелекту/І.М. Мещерякова// Територія науки. -Вороніж, 2008 № 9 (10). – С. 110-115.
48. Мещерякова І.М. Розвиток емоційного інтелекту студентів-психологів у процесі навчання у ВНЗ. Автореферат на здобуття ступеня кандидата психологічних наук. Курск.2011
49. Міхнович А.А., Шкетик Є.В. Взаємозв'язок рівня емпатії та емоційного інтелекту студентів заочної форми навчання спеціальності «психологія» // ІХ Машерівські читання (Матеріали міжнародної науково-

практичної конференції студентів, аспірантів та молодих вчених). 2015. С.232-233.

50. Немов Р.С. Психологія: підручник для бакалаврів/Р. С. Немов. - М.: Видавництво Юрайт, ВД Юрайт, 2013. - 639 с.

51. Овсяннікова М.В. Причини становлення та розвитку емоційного інтелекту у сучасній юридичній психології // Міжнародний пенитенциарний журнал. 2016. №2 (6). С.83-85

52. Останіна А.М., Кобзарєва І.М. Огляд провідних теорій емоційного інтелекту // Педагогіка та психологія: актуальні питання теорії та практики. 2016. №2 (7). С.244-246.

53. Павлова Є.М. Емоційний інтелект: від ієрархічних моделей до ставлення до єдиної когнітивної здатності // Психологічні дослідження: електронний науковий журнал. 2014. № 37. Т.7. з.4

54. Психологія. Словник / За загальною ред. Л. В. Петровського. М. Г. Ярошевського. - Вид. 2-ге, испр. та дод. - М.: Політвидав, 1990. - 494 с.

55. Психологія людини від народження до смерті / За загальною редакцією А.А. Реан. - Москва: Видавництво АСТ, 2015. - 656 с.

56. Рожина Л.М. Розвиток емоційного світу особистості. -Мн.: Вис. шк., 2003.-272 с.

57. Рудко Є.А., Карпик Л.В., Трус Є.М. Емоційний інтелект як особистісний фактор // Економічна наука в 21 столітті: питання теорії та практики (збірка матеріалів 4-ї міжнародної науково-практичної конференції). 2014. С.129-131

58. Сидоренко М.Г., Огнєв А.С. Лихачова Е.В. Інноваційні моделі розвитку емоційного інтелекту на основі навчальних імажинативних практик // Актуальні проблеми гуманітарних та природничих наук. 2017. №2-2. С.106-113.

59. Солодкова Т.І. Тренінг розвитку емоційного інтелекту як психологічний засіб профілактики та корекції синдрому «вигоряння» // Психопедагогіка у правоохоронних органах. - 2011. - № 2 (45). - С.55-57.

60. Тхостів А.Ш., Колимба І.Г. Феноменологія емоційних явищ // Вісник Моск. ун-та. Сер. 14. Психологія. – 1999. – № 2. С. 57-62

61. Холодна М. А. Чи існує інтелект як психічна реальність? / Холодна М.А. // Питання психології. - 1990. - №5. - С.121-128.

62.Шевирєва Є.Г., Федосова І.В. Основні теоретичні моделі емоційного інтелекту // Бюлетень науки та практики. 2016. №9 (10). З. 264-269.

63.Черкасова Н.Г. Емоційний та соціальний інтелект, моделі, способи діагностики // Проблеми педагогіки. 2015. № 10(11), с. 75-78

64. Навчальний посібник: Особливості розвитку особистості студента, 2012. – 10,05 Мб., – 49с. Режим доступу: <http://rudocs.exdat.com/docs/index-410760.html?page=49>

65. Ушаков Д.В., Іванівська А.Є. Практичний інтелект та адаптація до середовища у школярів // Соціальний інтелект: Теорія, вимір, дослідження. М: Інститут психології РАН, 2004.

66. Якобсон П.М. Почуття, їх розвиток та виховання / П.М. Якобсон. - Москва: Знання, 1976. - 64 с.