

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Губа Н. О., Асатрян С. А.

### ВСТУП

Емоційний інтелект (ЕІ) є однією з ключових концепцій сучасної психології, яка привертає увагу як дослідників, так і практиків у різних галузях, включаючи освіту, менеджмент, психотерапію та особистісний розвиток. На відміну від традиційних понять інтелекту, таких як IQ, що зосереджуються на когнітивних аспектах розуму, емоційний інтелект підкреслює важливість усвідомлення, розуміння та управління власними емоціями і емоціями інших людей.

Проблема взаємозв'язку емоційної та пізнавальної сфер психіки завжди була в центрі уваги психологів. Розмежування цих сфер та їхнє окреме вивчення виявляється корисним як у філософських теоріях, так і в емпіричних психологічних дослідженнях. Однак визнається, що в реальному житті ці сфери нерозривно пов'язані і завжди функціонують разом, тобто будь-який психічний процес включає в себе як когнітивні, так і емоційні аспекти. Незважаючи на це, традиційні теоретичні поняття в психології часто розділяють емоційну та пізнавальну сфери психіки. У цьому контексті поняття емоційного інтелекту (ЕІ) стає особливо важливим і актуальним, оскільки воно знаходиться на перетині когнітивних і емоційних процесів. Вважається, що ця концепція має значний потенціал для об'єднання емоцій та пізнання на теоретичному рівні.

Історія вивчення емоційного інтелекту починається з 90-х років ХХ століття, коли американські психологи Дж. Майер та П. Саловей вперше ввели цей термін у науковий обіг. Проте сама ідея про те, що емоції відіграють важливу роль у людській діяльності, існувала ще з часів давньогрецьких філософів, які розглядали емоції як невід'ємну складову людської природи. З плином часу концепція емоційного інтелекту набула популярності та стала предметом численних наукових досліджень, які сприяли глибшому розумінню її структури та значущості в різних аспектах життя.

Визначення емоційного інтелекту та його компонентів є складним завданням, оскільки різні дослідники підходять до цього поняття з різних теоретичних позицій. Одні вважають ЕІ здатністю розпізнавати і керувати емоціями, інші розглядають його як сукупність навичок, що

сприяють ефективній міжособистісній взаємодії. Треті наголошують на важливості інтеграції емоцій і раціонального мислення для прийняття обґрунтованих рішень.

Таким чином, емоційний інтелект є багатогранною концепцією, яка охоплює широкий спектр емоційних і соціальних навичок. Його розвиток є важливою складовою особистісного та професійного зростання, а також успішної адаптації в сучасному світі. У цьому дослідженні ми детально розглянемо різні теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту, його структуру та компоненти, а також різні моделі EI.

## **1. Концептуальні основи визначення емоційного інтелекту**

Питання взаємозв'язку розуму та емоцій цікавило людство з давніх часів. Уже в античну епоху філософи підкреслювали здатність людини контролювати свої емоції за допомогою розумових процесів. У Середньовіччі панувала ідея про те, що мислення суттєво впливає на емоційний стан людини. У XVIII столітті Жан-Жак Руссо акцентував увагу на важливості почуттів, зазначаючи, що для ефективного навчання недостатньо лише логічних доказів – позитивні емоції відіграють важливу роль у засвоєнні знань. У XIX столітті Ч. Дарвін у своїй праці «Вираження емоцій у людей та тварин» досліджував зв'язок між чуттєвим і раціональним, підкреслюючи важливість самоконтролю та вираження емоцій для адаптації і виживання. На початку XX століття З. Фрейд також розглядав ці питання, проте розвиток концепції емоційного інтелекту як окремого напрямку відбувся дещо пізніше.

Передумови появи такого феномену як емоційний інтелект виникли у 1930-х роках минулого століття, коли зародився напрям, що підкреслював пріоритет особистісних та емоційних характеристик суб'єкта, внаслідок чого оформилося поняття соціального інтелекту.

У 60-ті роки XX століття американські психологи С. Шехтер та Дж. Сінгер запропонували двофакторну теорію емоцій, яка стверджувала, що емоції складаються з двох компонентів – когнітивного та фізіологічного збудження.<sup>1</sup> Це вказує на те, що вже тоді емоції розглядалися як частина пізнавальних процесів. У 80-ті роки Р. Кліннерт також підтримував цю ідею, наголошуючи, що при осмисленні подій людина спирається на емоційну інформацію, яку вона отримала раніше.<sup>2</sup> На початку 90-х років концепція емоційного інтелекту була

---

<sup>1</sup> Schachter, S.; Singer, J. Cognitive, Social, and Physiological Determinants of Emotional State. *Psychological Review* 69, 1962. P. 380.

<sup>2</sup> Klinnert V.D. et al. Emotions as behavior regulators: Social referencing in infancy. *Emotion. Theory, research and experience*. N.Y. : Acad. Press, 1983. V. 2. P. 58.

тісно пов'язана з соціальним інтелектом, про що свідчать праці Дж. Гілфорда, Г. Гарднера і Г. Айзенка. Так, Г. Гарднер, американський психолог і професор Гарвардського університету, розвинув теорію множинного інтелекту. У своїй книзі «Рамки розуму: Теорія множинного інтелекту» (1983) запропонував ідею, що інтелект складається з різних компонентів, серед яких особливе місце займають внутрішньо-особистісний і міжособистісний інтелект. Ці компоненти мають прямий зв'язок з тим, що ми сьогодні називаємо емоційним інтелектом<sup>3</sup>.

Перші публікації щодо трактування емоційного інтелекту з'явилися у 1990-х роках, оскільки відбулося стрімке зростання інтересу до цього поняття. Зокрема, чимала невизначеність стосувалась концептуальної складової EI, його категорійного апарату та прикладної функції. Так, значну кількість наукових праць, щодо феномену емоційного інтелекту, присвятили Дж. Блок, Х. Вейсінгер, Д. Гоулман, Д. Карузо, Дж. Мейер, Г. Орме, П. Селовеї, Д. Слайтер, Р. Стернберг.

Вперше термін «емоційний інтелект» як наукову одиницю було введено Дж. Майером і П. Селовеєм у 1990 році. Дослідники дали таке визначення цьому поняттю: «це форма соціального інтелекту, що включає здатність відстежувати свої та чужі емоції, розрізняти їх між собою та використовувати цю інформацію для управління своїми думками та діями»<sup>4</sup>. У своїй роботі психологи довели, що емоційний інтелект – це не контроль розуму над емоціями, а взаємодія когнітивної та емоційної сфер, що сприяє ефективному вирішенню важливих життєвих завдань.

Дж. Майер і П. Селовеї виділили ряд складових емоційного інтелекту:

- 1) здатність до сприйняття чи почуття емоцій (як своїх власних, так і іншої людини);
- 2) здатність до спрямування своїх емоцій на допомогу розуму;
- 3) здатність до розуміння того, що виражає та чи інша емоція;
- 4) здатність до управління емоціями.<sup>5</sup>

Американський психолог і журналіст Д. Гоулман значно популяризував поняття емоційного інтелекту. У 1995 році він опублікував книгу «Емоційний інтелект», яка стала бестселером і привернула увагу як наукової спільноти, так і широкого загалу. Гоулман розширив концепцію EI, включивши до неї такі аспекти, як саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички. Дослідник визначав EI як здатність людини розпізнавати свої власні емоції та емоції інших людей, мотивувати себе, а також управляти своїми

---

<sup>3</sup> Gardner H. Multiple intelligences. New York : Basic Books, 1993. P. 239–250.

<sup>4</sup> Mayer J. D., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 1993. Vol. 17 (4). P. 433.

<sup>5</sup> Там само. P. 433–442.

емоціями і емоціями в міжособистісних стосунках<sup>6</sup>. Його підхід підкреслює практичне значення емоційного інтелекту у повсякденному житті, зокрема в сфері лідерства та управління.

Ізраїльський психолог та фізіолог Р. Бар-Он був одним із перших, хто ввів позначення EQ – emotional quotient (коефіцієнт емоційності), який був виведений за аналогією з IQ – intelligence quotient (коефіцієнт інтелекту). Він розглядає EQ як сукупність некогнітивних навичок, знань і здібностей, які впливають на здатність людини відповідати вимогам навколишнього середовища. Р. Бар-Он визначав емоційний інтелект як набір емоційних і соціальних навичок, які впливають на здатність людини ефективно розуміти себе та інших, висловлювати свої емоції, підтримувати міжособистісні стосунки, а також справлятися з вимогами і викликами повсякденного життя. Дослідник підкреслював, що EI є не лише індивідуальною здатністю, але й важливою складовою соціальної компетентності<sup>7</sup>.

У 2002 році Дж. Карузо і Дж. Майєр визначив EI як здатність вирішувати завдання, пов'язані з емоціями, і використовувати емоції для підвищення когнітивних процесів, таких як прийняття рішень і міжособистісне спілкування. Вони підкреслювали, що емоційний інтелект є когнітивною здатністю, яка може бути виміряна і оцінена. Подібною була і думка К. Грейвс, яка розглядала EI як здатність інтегрувати емоційні і когнітивні процеси для ефективної взаємодії з навколишнім середовищем. Вона підкреслювала, що емоційний інтелект допомагає людям краще адаптуватися до змін і вимог життя, а також успішно вирішувати конфлікти.

В українському науковому дискурсі емоційного інтелекту також викликає неабияке зацікавлення та інтерес серед дослідників.

Наукові здобутки О. Саннікової є передумовою появи цілісного конструкту «емоційний інтелект». Авторка досліджувала роль і значення емоційності у структурі особистості, підкреслюючи її важливість для успішного функціонування людини. Спираючись на експериментальні дослідження впливу чотирьох основних емоцій (радість, гнів, смутку та страху) на професійну діяльність, О. Саннікова ввела термін «психологічна проникливість», який включає емоційність як регулятор професійної діяльності та чинник її успішності. Емоційність розглядається також як частина темпераменту, що є стійкою психологічною характеристикою<sup>8</sup>.

---

<sup>6</sup> Goleman, D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 1995. P. 43–48.

<sup>7</sup> Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18. P. 13–25.

<sup>8</sup> Саннікова О. П. Емоційність в структурі особистості. Одеса: Хорс, 1995. С. 17–19.

О. Чебикін та І. Павлова у своїй монографії розглядають емоції як «один із рівнів регуляції пізнавальної діяльності поруч з мотиваційним». Автори переконані, що «проблему емоційної регуляції пізнавальної діяльності можна розв'язати шляхом створення певної рівноваги емоційних і когнітивних процесів». У зв'язку з цим, на думку науковців «емоційна регуляція слугує швидше інструментом для підтримки когнітивних пізнавальних процесів, аніж окремою самоцінною структурою».<sup>9</sup>

Е. Носенко зосереджується на дослідженні емоційного інтелекту як однієї з форм множинного інтелекту. Разом із Н. Ковригою, вони використовують термін «емоційна розумність» як синонім до «емоційного інтелекту», пропонуючи його як український аналог.<sup>10</sup>

Т. Карамушка визначає емоційний інтелект як комплексну здатність, що включає емоційне усвідомлення, емпатію та ефективне управління емоціями в міжособистісних стосунках. Вона підкреслює, що ЕІ є ключовим фактором успішного лідерства і управління, оскільки він дозволяє керівникам ефективно мотивувати персонал і вирішувати конфліктні ситуації<sup>11</sup>.

Досліджуючи психологію емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості Є. Карпенко встановив, що «сучасні українські вчені розвивають теоретико-методологічні засади дослідження емоційного інтелекту в руслі моделей, первинно сконструйованих зарубіжними основоположниками нової царини психологічних знань (модель здібностей, диспозиційна модель, змішана модель). Більшості українських дослідників притаманне розуміння емоційного інтелекту як здатності особистості до свідомого інтелектуального контролю над власними афектами і підпорядкування емоцій досягненню мети у площині міжособистісної взаємодії та з метою особистісно-професійного розвитку»<sup>12</sup>.

Отже, дослідивши різні позиції стосовно визначення емоційного інтелекту в науковому дискурсі, можна зробити висновок, що емоційний інтелект є складним і багатовимірним конструктом, який базується на вмінні розуміти та управляти власними емоціями та

---

<sup>9</sup> Чебикін О. Я., Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості особистості : монографія. Одеса : СВД М. П. Черкасов, 2009. С. 94.

<sup>10</sup> Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. С. 27.

<sup>11</sup> Карамушка Т. В. Соціально-психологічні чинники формування готовності аспірантів до здійснення професійної кар'єри : дис. ... кандидата псих. наук : 19.00.05. Київ, 2017. С. 91.

<sup>12</sup> Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ, 2020. С. 109.

емоціями інших. Його розглядають як складову соціального інтелекту, окреме психологічне явище, або ж як інтегративне поняття, що охоплює поєднання когнітивних здібностей і особистісних характеристик. Ці характеристики мають самостійне тлумачення, але не повинні сприйматися як суперечливі, а, радше, як такі, що взаємно доповнюють одна одну. Вважаємо доцільним роботу над уніфікацією та виведенням комплексної думки щодо розуміння теоретичного концепту емоційного інтелекту.

## **2. Теоретичні моделі та структура емоційного інтелекту**

На сьогодні доволі актуальним залишається питання структури емоційного інтелекту, ефективних методів його дослідження, способів розвитку та факторів, які впливають на його прояв у людей різного віку та статі. У сучасній літературі наразі майже немає робіт, присвячених комплексному аналізу структури емоційного інтелекту, однак вітчизняні та зарубіжні дослідження детально розглядають окремі його аспекти – такі як емпатія, толерантність, асертивність, самооцінка та інші.

Саме тому розглянемо основні моделі та компоненти емоційного інтелекту, які представлені в українській і зарубіжній психології.

Модель здібностей Дж. Мейера, П. Селовея, Д. Карузо є однією з перших та найбільш популярних та передбачає розуміння емоційного інтелекту як набору ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню й розумінню власних емоцій та емоцій оточення. Ця модель складається з чотирьох складових:

1) ідентифікація емоцій – здатність помічати наявність емоцій, ідентифікувати їх, адекватно виражати та розрізняти справжні переживання та їх імітацію;

2) використання емоцій для підвищення ефективності мислення та інтелектуальної діяльності, спрямування уваги на важливі події, уміння викликати емоції, які сприяють вирішенню завдань;

3) розуміння емоцій – здатність розуміти взаємозв'язок між емоціями, думками і поведінкою, можливість усвідомити цінність емоцій, причини виникнення емоційних переживань;

4) управління емоціями – здатність до їх контролю, зниження прояву та інтенсивності негативних емоцій, уміння стимулювати прояв позитивних емоційних переживань<sup>13</sup>.

К. Петридес і Е. Фернхем у своїх дослідженнях доводять, що для виокремлення певної моделі важливе не стільки теоретичне підґрунтя, скільки використанням різних методик виміру. В основі цієї теорії

---

<sup>13</sup> Mayer J. D., Caruso D. R., Salovey P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*. 1999. № 27. P. 270-275.

покладено оцінку стійкості поведінки у різних життєвих ситуаціях. Вчені наголошують, що кожен тип здібностей складається з низки компонентів, таких як здатність до ідентифікації і вираження власних емоцій та емоцій інших людей, адаптивність, асертивність, управління стресом, емоційна саморегуляція, самооцінка та ін. Відповідно до цих компонентів вчені виводять ще два підкомпоненти, один з яких спрямований на свої (вербальні і невербальні субкомпоненти), а інший – на чужі емоції (субкомпоненти невербального сприйняття й емпатії). Також існує третій тип здібностей, пов'язаний з використанням емоцій у мисленні та діяльності і включає компоненти гнучкого планування, творчого мислення, перенаправлення уваги і мотивації<sup>14</sup>.

Модель емоційного інтелекту, розроблена К. Ізардом, займає особливе місце в дослідженнях емоційного інтелекту завдяки своєму акценту на фундаментальних емоціях і їх ролі в когнітивних процесах та поведінці людини. Ізард вважав, що емоції є базовими складовими людського досвіду, які формують світосприйняття і впливають на мислення та взаємодії з оточуючими. Ізард виділив 10 основних емоцій, які є універсальними для всіх людей: інтерес, радість, здивування, горе, гнів, відраза, зневага, страх, сором і вина. Ці емоції є базовими і природними, вони не є похідними від інших емоцій і відрізняються за своїми характерними виразами та фізіологічними реакціями. Однак, К. Ізард доводить, що існує величезна кількість змішаних емоцій, які він назвав діадами та тріадами. З десяти фундаментальних емоцій можна скласти і пережити 45 діад та 120 тріад. Незважаючи на таке різноманіття емоційних станів, які потенційно доступні людині, К. Ізард вважає, що в кожний момент часу людина можна відчувати лише одну емоцію<sup>15</sup>. Така модель емоційного інтелекту, хоч і була доволі цікавою, проте не мала великого кола однодумців.

Згідно з моделлю Д. Гоулмана, структура емоційного інтелекту включає п'ять складових:

- 1) ідентифікація та називання емоційних станів, розуміння взаємозв'язків між емоціями, мисленням та дією;
- 2) управління емоційними станами – контроль емоцій та заміна небажаних емоційних станів адекватними;
- 3) здатність входити в емоційні стани, що сприяють досягненню успіху;

---

<sup>14</sup> Petrides K. V., Furnham A Trait emotional intelligence. Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*. 2001. URL: [https://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/EJP%20\(2001\)%20-%20T\\_EI.pdf](https://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/EJP%20(2001)%20-%20T_EI.pdf).

<sup>15</sup> Izard C.E. Emotional intelligence or adaptive emotions? *Emotion*. 2001. Vol. 1. P. 249–257

4) здатність читати емоції інших людей, бути чутливим до них та керувати емоціями інших;

5) здатність вступати у задовольняючі міжособистісні стосунки з іншими людьми та підтримувати їх.

Структура емоційного інтелекту за Д. Гоулманом має ієрархічний характер. Зокрема, для того щоб керувати емоціями, необхідно спочатку їх ідентифікувати. Водночас, одним із аспектів управління емоціями є здатність створювати такі емоційні стани, які сприяють досягненню успіху. Ці здібності, спрямовані на взаємодію з іншими людьми, визначають наступну здатність – налагоджувати та підтримувати хороші взаємини.

На сьогодні структура емоційного інтелекту Д. Гоулмана включає чотири компоненти:

- самосвідомість (розуміння своїх емоцій і знання сильних і слабких сторін);

- самоконтроль (уміння управляти своїми емоціями і стримуватися навіть у критичних ситуаціях);

- емпатія (розуміння емоцій інших людей і вміння знаходити з ними спільну мову поза залежності від внутрішнього стану);

- навички відносин (уміння працювати в команді, керувати емоціями інших та згладжувати конфліктні ситуації).<sup>16</sup>

Р. Купер також створив власну модель емоційного інтелекту та виділив такі складові:

- поточне оточення: тиск життя, задоволеність життям;

- емоційна самосвідомість: усвідомлення власних емоцій та емоцій інших людей, вираження емоцій, у тому числі їх вербалізація;

- EQ компетентність: навмисність, творчість, гнучкість, міжособистісні взаємини, конструктивне невдоволення та інші фундаментальні вміння та моделі поведінки;

- EQ цінності та позиції: думка, співчуття, інтуїція, радіус довіри, особиста сила, самоцілісність;

- EQ результати: загальне здоров'я, якість життя, коефіцієнт взаємовідносин, оптимальне уявлення.<sup>17</sup>

Р. Бар-Он був першим, хто спробував виміряти емоційний інтелект на основі зв'язку між рівнем розвитку емоційного інтелекту та загальною якістю життя людини. Для цього він створив спеціальний опитувальник, а пізніше розробив багатофакторний підхід до оцінки емоційного інтелекту, який дозволяє кількісно його вимірювати. На основі результатів цього опитувальника він створив п'ятифакторну

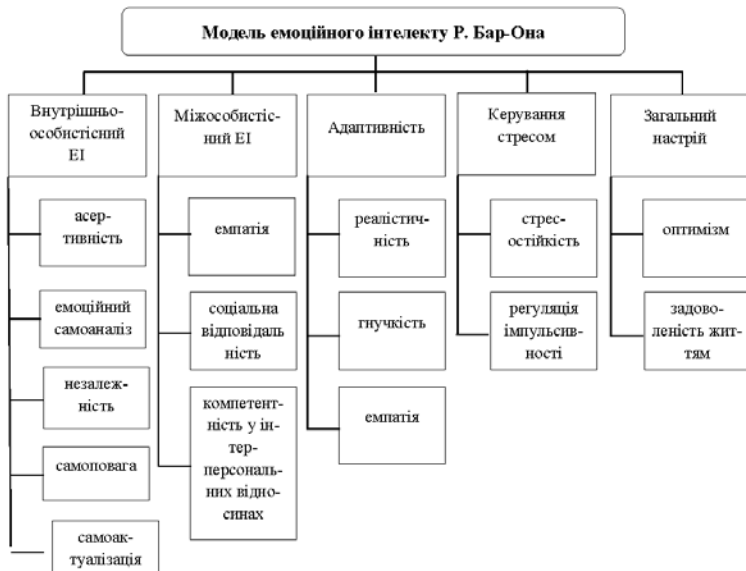
---

<sup>16</sup> Goleman, D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 1995. P. 40–73.

<sup>17</sup> Cooper R. K., Sawaf A. Executive JQ : Emotional intelligence in leadership and organizations. New York : Grosset / Putnum, 1997. 57–71 p.



модель емоційного інтелекту, яка включає: пізнання власної особи (емоції, впевненість у собі, самоповага, самореалізація, незалежність); навички спілкування (міжособистісні взаємини, соціальна відповідальність, співпереживання); здатність до адаптації (вирішення проблем, оцінка реальності, пристосовність); управління стресовими ситуаціями (стійкість до стресу, імпульсивність, контроль); переважаючий позитивний настрій<sup>18</sup>.



**Рис. 1.1. Модель емоційного інтелекту Р. Бар-Она**

Е. Носенко пропонує розмежування зовнішніх аспектів вияву емоційного інтелекту та внутрішніх. Зовнішні фактори дослідниця формує на основі потрійного характеру: 1) мотивація діяльності (внутрішня чи зовнішня), 2) контроль (інтернальний, екстернальний), 3) вибір актів поведінки. До внутрішніх належать 1) почуття психологічного благополуччя, 2) самооцінка та вибір стратегій психологічного подолання актуальних критичних ситуацій та спілкування<sup>19</sup>.

<sup>18</sup> Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18. P. 17.

<sup>19</sup> Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. С. 139.

Українська дослідниця Л. Колісник, зробивши системний аналіз попередніх досліджень пропонує виокремлення трьох груп: моделі здібностей, моделі характеристик/рис, змішані моделі. Так, модель здібностей вона представляє як перетин емоцій та пізнання (вона є суголосною з теорією Модель здібностей Дж. Мейера, П. Селовея, Д. Карузо). Модель характеристик базується на емоційній само-ефективності К. Петридіса та Е. Фернхема, яка за своєю сутністю близька до змішаної моделі, де емоційний інтелект представлений як сукупність рис особистості і поведінки, пов'язаних із емоціями. Вчена відзначає, що «об'єднавши змішані моделі та моделі характеристик, отримуємо дві групи підходів до розуміння емоційного інтелекту: як когнітивну здібність та як складне утворення, що включає когнітивні й особистісні риси та спричиняє існування двох груп методик для визначення рівня EI»<sup>20</sup>.

О. Лящ зазначає, що «при аналітичному огляді моделей емоційного інтелекту було визначено розбіжності в його структурній організації, що зумовлені невизначеністю та множинністю визначень даного феномену, різними підходами до проблеми і різними варіантами вимірювання емоційного інтелекту»<sup>21</sup>.

Аналіз досліджень емоційного інтелекту показав, що структурно емоційний інтелект корелюється в межах моделей здібностей і змішаних моделей, моделей емоційного інтелекту, заснованих на його вимірі за допомогою об'єктивних тестів та самозвіту, моделей емоційних компетентностей.

Отже, різноманітність моделей і компонентів емоційного інтелекту свідчить як про складність феномена, що вивчається, так і важливість для вивчення з метою підвищення ефективності професійної діяльності та розвитку особистості.

## **ВИСНОВКИ**

У результаті проведеного дослідження було розкрито сутність феномену емоційного інтелекту, який еволюціонував як поняття з моменту його першого формулювання до сучасного етапу. Різноманітність підходів до визначення EI демонструє складність та багатовимірність цього поняття.

Зокрема, ранні дослідження акцентували увагу на важливості соціальних навичок і емпатії, що згодом стало основою для класичних моделей емоційного інтелекту. Ці моделі відображають різні аспекти

---

<sup>20</sup> Колісник Л. О. Проблема діагностики емоційного інтелекту. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 26. С. 280.

<sup>21</sup> Лящ О. П. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Київ, 2020. С. 78.

емоційного інтелекту: когнітивний, поведінковий і емоційний. Головні з них, такі як модель Селовея та Майєра, модель Гоулмана та модель Бар-Она, підкреслюють роль як індивідуальних, так і соціальних компонентів EI.

Одним із ключових висновків є те, що емоційний інтелект не є статичним явищем, а динамічним процесом, який розвивається протягом життя людини. Важливу роль у цьому розвитку відіграють як біологічні, так і соціокультурні фактори. Окрім цього, варто зазначити, що на сьогоднішній день існує значна різниця у підходах до вимірювання EI, що свідчить про необхідність стандартизації методик та інструментів дослідження.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що емоційний інтелект є важливим компонентом особистісного розвитку та соціальної адаптації, а його вивчення має велике значення як для теоретичної, так і для прикладної психології. Подальші дослідження в цій галузі мають бути спрямовані на розробку більш точних методів оцінювання EI, а також на вивчення його впливу на різні сфери життя людини, включаючи професійну діяльність, міжособистісні стосунки та психічне здоров'я.

Зважаючи на важливість емоційного інтелекту в сучасному суспільстві, його подальше дослідження є нагальною потребою як для науковців, так і для практиків. Емоційний інтелект має величезний потенціал для сприяння особистісному росту, покращенню якості міжособистісних взаємодій і загальному благополуччю, що робить його надзвичайно актуальним об'єктом для подальшого наукового вивчення.

Таким чином, комплексний підхід до дослідження емоційного інтелекту, що поєднує різні теоретичні моделі та методологічні підходи, дозволяє глибше зрозуміти цей багатогранний феномен. Перспективи майбутніх досліджень включають розвиток інтегративних моделей, що враховують як індивідуальні, так і контекстуальні чинники, а також пошук нових, більш ефективних способів підвищення рівня EI в різних популяційних групах.

## **АНОТАЦІЯ**

У статті здійснено комплексний аналіз теоретичних і методологічних основ дослідження феномену емоційного інтелекту. Огляд літератури показав еволюцію визначень емоційного інтелекту від початкових концепцій до сучасних підходів, що акцентують увагу на багатовимірності цього феномену. Було розглянуто ключові моделі емоційного інтелекту як зарубіжних дослідників, так і українських, які відображають різні аспекти емоційного інтелекту та його значення для особистісного розвитку і соціальної адаптації. У статті підкреслюється міждисциплінарний характер досліджень емоційного інтелекту та

висвітлюється важливість інтегративного підходу до вивчення цього феномену. Основні висновки роботи вказують на необхідність подальшого розвитку методів оцінювання ЕІ та його практичного застосування в різних сферах життя.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Карамушка Т. В. Соціально-психологічні чинники формування готовності аспірантів до здійснення професійної кар'єри : дис. ... кандидата псих. наук : 19.00.05. Київ, 2017. 249 с.
2. Карпенко Є. В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ, 2020. 497 с.
3. Колісник Л. О. Проблема діагностики емоційного інтелекту. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 26. С. 278–295.
4. Лящ О. П. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Київ, 2020. 458 с.
5. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
6. Саннікова О. П. Емоційність в структурі особистості. Одеса: Хорс, 1995. 334 с.
7. Чебикін О. Я., Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості особистості : монографія. Одеса : СВД М. П. Черкасов, 2009. 232 с.
8. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18. P. 13–25.
9. Bradberry T., Greaves J. Emotional intelligence 2.0. TalentSmart, 2009. 280 p.
10. Cooper R. K., Sawaf A. Executive JQ : Emotional intelligence in leadership and organizations. New York : Grosset / Putnum, 1997. 327 p.
11. Gardner H. Multiple intelligences. New York : Basic Books, 1993. 320 p.
12. Goleman, D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 1995. 352 p.
13. Klinnert V.D. et al. Emotions as behavior regulators: Social referencing in infancy / V.D. Klinnert et al. // *Emotion. Theory, research and experience*. - N.Y. : Acad. Press, 1983. V. 2.
14. Mayer J. D., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 1993. Vol. 17 (4). P. 433–442.
15. Mayer J. D., Caruso D. R., Salovey P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*. 1999. № 27. P. 270–275.

16. Izard C.E. Emotional intelligence or adaptive emotions? *Emotion*. 2001. Vol. 1. P. 249–257.

17. Petrides K. V., Furnham A Trait emotional intelligence. Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*. 2001. URL: [https://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/EJP% 20\(2001\)%20-%20EI.pdf](https://www.psychometriclab.com/adminsdata/files/EJP%20(2001)%20-%20EI.pdf).

18. Schachter, S.; Singer, J. (1962). «Cognitive, Social, and Physiological Determinants of Emotional State». *Psychological Review* 69. 379–399.

**Information about the authors:**

**Guba Nataliia Oleksandrivna,**

PhD in Psychology,

Associate Professor, Head of the Department of Psychology

Zaporizhzhia National University

118, Gogol St, Zaporizhzhia, 69600 Ukraine

**Asatrian Susanna Arthurivna,**

Postgraduate Student at the Department of Psychology

Zaporizhzhia National University

23A, Osipenka St, Zaporizhzhia, 69027, Ukraine