

8. McAdams Dan P. *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York : William Morrow & Company. 1993. 340 p.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-512-9-6>

EMOTIONAL INTELLIGENCE OF PERSONALITY IN THE CONDITIONS OF TODAY'S GLOBAL CHALLENGES

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ СУЧАСНОСТІ

Trobyuk A. V.

*adjunct of doctoral and adjunct studies,
captain.
National Academy of the National
Guard of Ukraine
Kharkiv, Ukraine*

Тробюк А. В.

*ад'юнкт докторантури та
ад'юнктури, капітан
Національна академія Національної
гвардії України
м. Харків, Україна*

Сучасність ставить перед людиною низку викликів, що потребують використання інтелектуального потенціалу особистості, формування певних навичок для активної інтеграції та адаптації у динамічному просторі світу. З одного боку створюються нові можливості для особистісного розвитку, співпраці, обміну знаннями та досягнення прогресу, а з іншого – ставиться низка вимог, що вимагають здатності гнучкої соціалізації. Війна на території нашої держави, пандемія, переселення, екологічні катастрофи знизили рівень життя і розвитку особистості та загострили і винесли на перший план проблематику людського життя. У цьому контексті емоційний інтелект стає однією з ключових компетентностей, що дозволяє людині протистояти емоційним викликам, приймати обґрунтовані рішення та ефективно взаємодіяти з іншими.

У наукових дослідженнях немає єдиного підходу щодо визначення поняття «емоційний інтелект», здебільшого науковці розуміють цей конструкт як здатність до ідентифікації, розуміння емоцій і управління ними. При цьому акцентується, що наявність емоційного інтелекту у людини сприяє збереженню її здоров'я як фізичного, так і психічного, виступає основою успішної професійної кар'єри, гармонійних стосунків з оточуючими та академічних успіхів людини. Особистість з достатнім рівнем емоційного інтелекту має високу адаптивність та гармонійно взаємодіє з навколишнім світом. На важливість

емоційного інтелекту у особистісному зростанні, ефективності у професійній діяльності та кар'єрі, наголошував американський психолог Д. Гоулман. Зокрема, дослідник визначає емоційний інтелект як компетентність, спрямовану на тлумачення особистих емоцій, емоцій людей, що оточують вас і вміння використовувати отриману інформацію для ефективної взаємодії. У структуру емоційного інтелекту, автор включає самоконтроль, самосвідомість соціальне розуміння й управління взаємовідносинами [1]. М. Журавльовою емоційний інтелект визначається як особлива форма організації індивідуального емоційного досвіду у вигляді наявних емоційних структур, що породжують емоційний простір відображення і емоційні репрезентації, які будуються у межах цього простору [2]. Найважливішим компонентом життєдіяльності особистості, що дає можливість людині пізнавати саму себе, забезпечує правильне розуміння емоційних реакцій оточуючих та вміння емоційно реагувати на певні життєві ситуації визначається емоційний інтелект О. Лелюх-Степанчук [3].

Розглядаючи емоційний інтелект як психічну властивість, О. Вовченко акцентує, що він формується протягом життя особистості під впливом низки факторів, які зумовлюють його рівень та специфічні індивідуальні особливості. При цьому серед факторів виділяє: когнітивні здібності, уявлення про емоції, особливості емоційності [4]. Обґрунтовуючи підвищення результативності діяльності особистості К. Усик значну роль у цьому процесі відводить емоційному інтелекту, який, зокрема, у ситуаціях стресу дає змогу оптимізувати енергетичні витрати, керувати стрес-факторами, отримувати корисний досвід, ефективніше вирішувати поставлені завдання [5].

У контексті нашого дослідження на особливу увагу заслуговують погляди науковців, щодо емоційного інтелекту як провідного чинника успішної адаптації і життєстійкості особистості. Мається на увазі, що від рівня сформованості емоційного інтелекту залежать інтенсивність і частота стресових виявів, а також реакція людини на складну життєву ситуацію, перебудова організму й адаптація до стресового фактору. Тобто вагому роль у регуляції психоемоційних станів, адекватній ідентифікації та експресії внутрішніх емоційних і психічних станів людини, встановленню їх зв'язків із конкретними ситуаціями відіграє емоційний інтелект [6].

Отже, в ускладнених соціальних процесах сучасності особливої важливості набуває емоційний інтелект. Події останнього десятиліття в Україні вимагають від її мешканців значних зусиль у досягненні власного благополуччя і тому значно посилюється роль емоційного інтелекту. Можна зробити висновок, що високий рівень емоційного інтелекту у людини сприяє ефективнішому реагуванні на різні ситуації

та взаємодіє з оточенням. Емоційний інтелект у контексті українських реалій стає одним із ключових факторів, які визначають ефективність соціальної адаптації, лідерства та професійного розвитку в умовах постійних змін, спричинених як військовим конфліктом, так і соціально-економічними викликами.

Література:

1. Кулик Н. А., Гільова Л. Л. Емоційний інтелект: аналіз сучасних західних досліджень. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2017. Вип. 39. С. 79–90.
2. Журавльова М. О. Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень. *Наука і освіта: науково-практичний журнал Півд. наук. Центру АПН України*. 2009. № 1/2. С. 57–61
3. Лелюх-Степанчук О. О. Емоційний інтелект як проблема психологічної науки. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Київ: ДП "Інформаційно-аналітичне агенство". 2018. Том X. Вип. 31. С. 83–92.
4. Вовченко О. А. Концептуалізація феномену емоційного інтелекту підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку : монографія. Київ : ПП «ЮНІСОФТ», 2021. 450 с.
5. Усик К. М. Емоційний інтелект як чинник подолання стресу. *Габітус. Серія : Соціальна психологія. Юридична психологія*. 2024. Вип. 60. С. 245–250.
6. Боковець О. І. Емоційний інтелект як ресурс психічного здоров'я. *Габітус. Серія : Психологія особистості*. 2022. Вип. 37. С. 68–75.