

УДК 159.942:159.928

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-2\(36\)-837-848](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-2(36)-837-848)

**Созонюк Ольга Степанівна** кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри вікової та педагогічної психології, Рівненський державний гуманітарний університет, вул. С.Бандери,12, м. Рівне, 33028, тел.: (0362) 63-30-66, <https://orcid.org/0000-0002-6810-6341>

## ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ В ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ

**Анотація.** У статті розкрито теоретичні аспекти розвитку емоційного інтелекту особистості в дорослому віці. Розглянуто сутність феномену «емоційний інтелект», наукову природу, механізми та закономірності розвитку, а також основні його складові. Наголошено, що емоційний інтелект має подвійну природу – когнітивну і особистісну. Структура емоційного інтелекту включає п'ять компонентів, такі як, інтраперсональний (пізнання себе), інтерперсональний (навички міжособистісного спілкування), управління стресом (толерантність до стресу, контроль імпульсивності), здатність до адаптації (перевірка реальності, гнучкість, рішення проблем), оцінка загального настрою.

Акцентовано увагу на те, що емоційний інтелект має яскраво виражену гендерну особливість. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту пов'язаний із маскуліністю, в процесі становлення середнього значущу роль грає як рівень маскуліності, так і рівень фемінності, а при формуванні низького емоційного інтелекту грає роль рівень фемінності.

Проаналізовано також зарубіжні та вітчизняні дослідження емоційного інтелекту щодо можливості його впливу на лідерські якості. Лідери з високим емоційним інтелектом не тільки здібні створювати благополучний психологічний клімат в колективі, але й в першу чергу, мотивувати співробітників на виконання завдань організації.

Розкрито діагностичний інструментарій, запропонований для цілей дослідження розвитку емоційного інтелекту, що є досить різноманітний і безпосередньо залежить від базової моделі емоційного інтелекту. Сучасні методи діагностики емоційного інтелекту умовно поділяються на дві групи – методи, засновані на вирішенні завдань (на моделях здатності), і методи, засновані на самозвіті (на змішаних моделях). Навіть у рамках єдиного методичного підходу розрізняються діагностичні інструменти і вимірювані ними компоненти емоційного інтелекту.

**Ключові слова:** емоційний інтелект, інтелект, емоції, особистість, когнітивна сфера, соціальний інтелект.

**Sozoniuk Olha Stepanivna** Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Age and Pedagogical Psychology, Rivne State Humanitarian University, S. Bandery St., 12, Rivne, 33028, tel.: (0362) 63-30-66, <https://orcid.org/> : 0000-0002-6810-6341

## THEORETICAL ASPECTS OF THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF A PERSONALITY IN ADULTHOOD

**Abstract.** The article reveals the theoretical aspects of the development of emotional intelligence of a personality in adulthood. The essence of the phenomenon of "emotional intelligence", its scientific nature, mechanisms and patterns of development, as well as its main components are considered. It is emphasized that emotional intelligence has a dual nature - cognitive and personal. The structure of emotional intelligence includes five components, such as intrapersonal (self-knowledge), interpersonal (interpersonal communication skills), stress management (stress tolerance, impulsivity control), adaptability (reality check, flexibility, problem solving), and assessment of general mood.

It is emphasized that emotional intelligence has a pronounced gender peculiarity. A high level of emotional intelligence development is associated with masculinity, in the process of formation of the average significant role is played by both the level of masculinity and femininity, and in the formation of low emotional intelligence the level of femininity plays a role.

The article also analyzes foreign and domestic studies of emotional intelligence regarding the possibility of its influence on leadership qualities. Leaders with high emotional intelligence are not only able to create a favorable psychological climate in the team, but also, first of all, to motivate employees to fulfill the tasks of the organization.

The diagnostic tools proposed for the purpose of studying the development of emotional intelligence are revealed, which are quite diverse and directly depend on the basic model of emotional intelligence. Modern methods of diagnosing emotional intelligence are conditionally divided into two groups - methods based on task solving (on models of ability) and methods based on self-report (on mixed models). Even within the framework of a single methodological approach, diagnostic tools and the components of emotional intelligence they measure differ.

**Keywords:** emotional intelligence, intelligence, emotions, personality, cognitive sphere, social intelligence.

**Постановка проблеми.** Проблема становлення емоційного інтелекту викликає неабиякий інтерес у сучасній науковій спільноті. Актуальність проблеми визначення цього феномену в наукових підходах зарубіжних та вітчизняних вчених, розкриття його сутності та складових обумовлена

неоднозначністю його тлумачення. Теоретико-методологічні дослідження цієї проблеми дозволяють краще зрозуміти наукову природу, сутність, механізми та закономірності розвитку емоційного інтелекту, а також його основні складові.

Будь-яка діяльність викликає в особистості ті чи інші почуття, емоційні стани, які, безперечно, впливають на її розвиток. Соціальні та емоційні компоненти, об'єднані в режимі взаємосприйняття, утворюють цілісну єдність, яка являє апарат регуляції поведінки з метою приведення її у відповідність до потреб організму і особливостей навколишнього середовища.

У психологічній науці особливо останнім часом стали приділяти увагу емоційним аспектам розвитку та прояву особистості, тому емоційний інтелект як предмет соціально-психологічного дослідження є значущим, маловивченим феноменом. На даний момент існують різні підходи до розуміння суті та структури емоційного інтелекту. Однак єдина узгоджена теорія емоційного інтелекту не розроблена. Проте, необхідність вивчення емоційного інтелекту диктується запитами практики, що полягає у визначенні факторів, які впливають на ефективність професійної діяльності і соціально-психологічної адаптації особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Феномен «емоційний інтелект» розглядається в психології в різних теоретичних контекстах. Даній проблемі присвячена велика кількість робіт вітчизняних та зарубіжних авторів. Природу і розвиток інтелекту індивіда вивчали у своїх дослідженнях Д. Векслер, Ф. Вернон, Р. Глезер, Дж. Кемптон, Р.Б. Кеттелл, Ч. Спірмен, П. Хамфрейс та ін. Дослідженню емоційного інтелекту присвячені праці таких науковців, як Д. Гоулман, Дж. Майер, П. Саловей, К.Петрідес, Е. Фернхем, Д.В. Люсін, Є.А. Сергієнко, І.І. Ветрова та ін. Ідея єдності афекту та інтелекту знайшла своє відображення у працях Л.С. Виготського, С.Л. Рубінштейна, О.М. Леонтьєва, В.О.Сухомлинського. На сьогоднішній день проблема емоційного інтелекту опрацьована такими вітчизняними та зарубіжними психологами соціологами, як І.Д. Бех, Р. Бар-Он, Г. Гарднер, Д. Слайтер, Х. Вейсінгер, Г. Орме, Р.Стернберг, Д. Карузо та ін.

**Метою даної статті** є теоретично проаналізувати аспекти розвитку емоційного інтелекту особистості в дорослому віці.

**Виклад основного матеріалу.** Проблема інтелекту поглиблено почала вивчатися у ХХ столітті. Л.Терстоун перший почав говорити про відмінності між аналітичними здібностями і регулюючими здібностями. Інтелект є не тільки механізмом регуляції психічної та поведінкової активності, а й механізмом з переробки інформації. Інтелект – це здатність адаптувати і управляти імпульсивними спонуканнями, якість прояву розумності особистості [1].

Найвідоміша в науці модель емоційного інтелекту розроблена Дж. Мейером і П. Селовеєм. Саме вони ввели термін «емоційний інтелект» у науку в 1990 р. Дана категорія авторами розглядається як підструктура соціального інтелекту.

Науковці висунули гіпотезу, в якій основний акцент зробили на пізнавальні здібності інтелекту, пов'язані з переробкою інформації про емоції. Вони так само протягом п'яти років розробляли інструментарій для визначення емоційного інтелекту. Згодом автори назвали його MSCEIT. Дана методика оцінки емоційного інтелекту вважається найбільш розробленою і підтвердженою на сьогоднішній день [2].

Вчені визначають емоційний інтелект як здатність сприймати, викликати емоції, брати в роботу емоції та за допомогою їх підвищувати продуктивність мислення, усвідомлювати емоції, регулювати їх для емоційного розвитку.

Емоційний інтелект представляє собою комбінацію чотирьох здібностей [2, с. 434]. Зазначені складові емоційного інтелекту дані вчені назвали «гілками», які включають в себе:

- сприйняття емоцій – розпізнавання емоційних сигналів за допомогою міміки обличчя та інших комунікативних каналів;
- використання емоцій – застосування емоцій для активації розумової діяльності та вирішення проблем;
- розуміння емоцій – аналіз емоції, здатність передбачати, як емоційний стан може змінитися з часом, і дати оцінку впливу даних емоцій на результат, а також здатність описати словами почуття, емоції та переживання.
- управління емоціями – регулювання реакцій у відповідь на емоційні стимули в межах конкретної ситуації.

Вміле управління емоційним потоком сприяє вирішенню конфліктів, а також дозволяє обробляти емоції, не будучи наляканими ними. Даний навик буде корисний при роботі з людьми, при управлінні чужими і своїми емоціями, для підвищення якості та рівня комунікацій. Усвідомлено керувати емоціями – це використовувати почуття у правильному вигляді, а не діяти на тлі них, не замислюючись.

Ефективне володіння емоційними проявами тісно пов'язане з питанням самоконтролю. Адекватний емоційний вираз є критично важливим фактором, який підтримує фізичне і психічне здоров'я. Стримування емоцій провокує виникнення різних захворювань. Безконтрольність, емоційні експресії ускладнюють міжособистісне спілкування. Проблеми, які виникають у сфері контролю емоційного стану, несприятливі як для людини, так і для її оточення. Ступінь емоційної експресивності істотно впливає на якість і рівень міжособистісних відносин. Якщо людина надмірно стримана, то це призводить до того, що її сприймають як холодну, байдужу, що, в свою чергу, може стати причиною неприязні до даної людини.

Можна виділити такі причини труднощів у вираженні емоцій:

- 1) людина не засвоїла прийняті у суспільстві форми вираження емоцій;
- 2) страх показати свої почуття, пов'язаний з боязню втрати самоконтролю, або осуду з боку оточуючих;
- 3) засвоєння норм поведінки, що превалюють у родині і найближчому оточенні людини.

Варто відзначити, що в даній моделі головне місце займають емоції, а не інтелект, який розпізнає і контролює емоції та почуття. Навик регулювання емоційного стану призводить до збільшення або зменшення обсягу інформації, яка необхідна людині для вирішення різних за ступенем складності завдань.

Уміння розпізнати емоції сприяє ефективній комунікації, так як дозволяє адекватно пізнавати, переробляти і потім висловлювати свої емоції. Емоція – це сильна енергетична субстанція, і кожній людині необхідно вміло користуватися даним ресурсом.

До питань вивчення емоційного інтелекту відноситься також і участь настрою в процесі пізнання дійсності. А. Айзенк [3] вводить поняття «конгруентність настрою». Якщо індивід має гарний настрій, то у нього процес сприйняття, кодування і відтворення позитивної інформації відбувається ефективніше, ніж негативної. Людина ж, що знаходиться в поганому настрої, краще справляється з негативною інформацією. Гарний настрій викликає створення мережі асоціативних зв'язків з іншими приємними речами, що виникають навколо станів хорошого і поганого настрою. Поганий же настрій продукує створення мережі неприємних асоціацій. Включення настрою в якийсь контекст виробляє оптимістичне судження. З іншого боку, судження, що несе високу ступінь ризику або небезпеки, буде пов'язане з поганим настроєм. В результаті негативний депресивний настрій може супроводжуватися утворенням негативних песимістичних думок і суджень щодо різних сторін дійсності. Як наслідок, може статися запуск негативної поведінки, аж до асоціальної.

Емоційний інтелект, таким чином, має подвійну природу – когнітивну і особистісну. У той же час деякі автори розглядають емоційний інтелект як когнітивну здатність. Тоді як особистісні риси, що підвищують або знижують ефективність розуміння емоцій, вони пропонують не включати в число компонентів емоційного інтелекту.

Структура емоційного інтелекту за Р. Бар-Оном включає п'ять областей компетентності з субкомпонентами, які можна ототожнити з п'ятьма компонентами емоційного інтелекту:

- інтраперсональна (пізнання себе): самоспостереження, емоційна самосвідомість, напористість, самоствердження, незалежність, самоповага, самоактуалізація;
- інтерперсональна (навички міжособистісного спілкування): емпатія, соціальна відповідальність, міжособистісні взаємини;
- управління стресом: толерантність до стресу, контроль імпульсивності;
- здатність до адаптації: перевірка реальності, гнучкість, рішення проблем;
- оцінка загального настрою: оптимізм, щастя [4].

Науковець вперше ввів позначення EQ – emotional quotient, коефіцієнт емоційності, за аналогією з IQ – коефіцієнтом інтелекту. Модель Бар-Она дає

широке трактування поняття емоційного інтелекту. Він визначає його як «всі некогнітивні здібності, знання і компетентність, що дають людині можливість успішно справлятися з різними життєвими ситуаціями» [4, с.172].

На основі цих компонентів Бар-Он розробив опитувальник для вимірювання емоційного інтелекту, який називається EQ-i (Emotional Quotient Inventory).

У 1995 р. Д. Гоулманом була змінена і популяризована модель емоційного інтелекту Дж. Майєра і П. Саловея. До виділених ними компонентів Гоулман додав ще кілька – ентузіазм, наполегливість та соціальні навички [1]. Завдяки популярності книги Гоулмана «Емоційний інтелект», його модель придбала велику популярність не тільки серед науковців, а й у більш широких колах. Надалі Гоулман Д. допрацював структуру емоційного інтелекту (EI). У даний час вона включає чотири складових емоційного інтелекту – самосвідомість; самоконтроль; соціальна чуйність та управління взаємовідносинами [1].

Окремо слід відзначити диспозиційну модель емоційного інтелекту, запропоновану англійськими дослідниками К.В. Петридесом та Е.Фернхемом. На думку цих вчених, існують певні особистісні риси, які безпосередньо пов'язані з емоційним функціонуванням особистості. Петридес і Ферхнем, описуючи емоційний інтелект, використовують не тільки набір здібностей, запропонованих відомими дослідниками проблеми Мейєром і Саловеєм, а також пропонують враховувати його диспозиційні компоненти.

В Україні також з'явилися дослідження з проблеми концептуалізації феномена, його функцій (Є. Л. Носенко), вивчення EQ як детермінанта внутрішньої свободи особистості (Г. І. Березюк) та показника цілісного її розвитку (О. І. Філатова).

У монографії українських дослідників Е. Л. Носенко і Н. В. Ковриги розглянуто емпіричні дані відносно статистично значущих зв'язків показників емоційного інтелекту з п'ятьма диспозиційними рисами особистості, зокрема: додатного кореляційного зв'язку з доброзичливістю, екстраверсією, відкритістю новому досвіду і сумлінністю, та від'ємного зв'язку – з нейротизмом.

Крім того, емоційний інтелект має яскраво виражену гендерну особливість. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту пов'язаний із маскуліністю, в процесі становлення середнього значущу роль грає як рівень маскуліності, так і рівень фемінності, а при формуванні низького емоційного інтелекту грає роль рівень фемінності.

Як і зарубіжні психологи, вітчизняні дослідники часто вивчали емоційний інтелект у зв'язку з можливістю його впливу на лідерські якості. Так, праці О. В. Білокінь показують, що є зв'язок між емоційним інтелектом і діловим стилем лідерства. Лідери з високим емоційним інтелектом не тільки здібні створювати благополучний психологічний клімат в колективі, але й в першу чергу, мотивувати співробітників на виконання завдань організації [5].

Далі зупинимося на вітчизняній моделі емоційного інтелекту, яку запропонував Д. В. Люсін. Цей автор визначає «емоційний інтелект», як сукупність здібностей для розуміння своїх і чужих емоцій, а також керування ними [6].

Здібність до розуміння емоцій означає, що людина:

- Може розпізнавати емоцію, тобто встановлювати сам факт існування емоційного переживання у себе або у іншої людини;
- Може ідентифікувати емоцію, тобто встановлювати, яку саме емоцію відчуває він сам або інша людина, і знайти для неї словесний вираз;
- Розуміє причини, які викликали цю емоцію, і наслідки, до яких вона приведе. Здібність керувати емоціями означає, що людина:
  - може контролювати інтенсивність емоцій, перш за все приглушувати надмірно сильні емоції;
  - може контролювати зовнішні вирази емоцій;
  - може при необхідності довільно викликати ту чи іншу емоцію.

І здібність до розуміння, і здібність контролювати свої емоції можуть бути направлені, як на власні емоції, так і на емоції інших людей. Таким чином, можемо говорити про внутрішньоособистісний та міжособистісний емоційний інтелект. Ці два варіанти зумовлюють актуалізацію різних когнітивних процесів і навичок, однак мають бути пов'язані один з одним [5].

На думку Д. В. Люсіна, здібність розуміння емоцій і керування ними дуже тісно пов'язані з загальною спрямованістю особистості на емоційну сферу, тобто з цікавістю до внутрішнього світу людей, а також до свого особистого, схильність до психологічного аналізу поведінки, з цінностями, приписаними емоційними хвилюваннями. Тому «емоційний інтелект» можна представити як конструкт, який має подвійну природу і пов'язаний, з однієї сторони, з когнітивними здібностями, а з іншої – з особистісними характеристиками. Отже, емоційний інтелект - це психічна властивість, яка сформувалася протягом життя людини під впливом ряду факторів, які обумовлюють його рівень і специфічні індивідуальні особливості [6].

Можна вказати на три групи таких факторів:

- Когнітивні здібності (швидкість і чіткість обробки емоційної інформації);
- Уявлення про емоції (як про цінності, як про важливе джерело інформації);
- Особливості емоційності (емоційна стійкість, емоційна чутливість та інше).

Модель, запропонована Д. В. Люсіним, принципово відрізняється від змішаних моделей тим, що в конструкт не вводяться особисті характеристики, які являються корелятами здібностями до розуміння і керування емоціями. Допускається введення тільки таких особистих характеристик, які більш або менш прямо впливають на рівень і індивідуальні особливості емоційного

інтелекту. Не представляється також можливим ототожнити цю модель з трактуванням емоційного інтелекту як риси. Для виміру запропонованого конструкта можуть використовуватися задачі, характерні для інтелектуальних тестів і опитувальників. Для виміру внутрішньоособистісного емоційного інтелекту більше підходять опитувальники, оскільки сумнівно, що внутрішній рефлексивний досвід людини можна оцінювати за допомогою задач, які мають правильні та неправильні відповіді. При виміру міжособистісного емоційного інтелекту використовувати задачі більш доречно, хоча при цьому виникають важкі методичні питання, пов'язані з визначенням правильних та неправильних відповідей [6].

Отже, аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури з проблеми дослідження емоційного інтелекту показав, що на сьогодні існує декілька підходів до концептуалізації поняття «емоційний інтелект», які доповнюють одна одну. Спільною рисою існуючих підходів до визначення емоційного інтелекту є розуміння даного конструкту як здатності до ідентифікації, розуміння емоцій і управління ними.

В даний час проблема емоційного інтелекту досліджується у зв'язку з великою кількістю інших питань, відбувається накопичення знань про емоційний інтелект і його взаємозв'язки з різними соціально-психологічними факторами, такими як використання соціальних мереж, комунікативні навички, академічна успішність, булінг, кібербулінг, ризик самогубства та ін. [6]. Результати цих досліджень часто суперечливі. Дослідниками використовуються різні шкали для вимірювання емоційного інтелекту, засновані на різних моделях емоційного інтелекту, тому питання про те, яким інструментом користуються дослідники, є значимим і актуальним.

Діагностичний інструментарій, запропонований для цілей дослідження розвитку емоційного інтелекту, різноманітний і безпосередньо залежить від базової моделі емоційного інтелекту. Сучасні методи діагностики емоційного інтелекту дослідники умовно поділяють на дві групи – методи, засновані на вирішенні завдань (на моделях здатності), і методи, засновані на самозвіті (на змішаних моделях). Навіть у рамках єдиного методичного підходу розрізняються діагностичні інструменти і вимірювані ними компоненти емоційного інтелекту.

Незважаючи на зростання числа досліджень емоційного інтелекту в останні роки у вітчизняній і зарубіжній психології, до теперішнього часу не було створено єдиної моделі, єдиного підходу до емоційного інтелекту, а, отже, і єдиного підходу до його діагностики.

У сучасних зарубіжних дослідженнях автори віддають перевагу методам, заснованим на вирішенні завдань; в цьому випадку випробувані пропонуються для рішення задач на визначення емоцій, вміння описувати їх, на розуміння їх складу і взаємозв'язку, на здатність керувати ними. Як правило, такі завдання містять кілька варіантів відповідей, а бали підраховуються, виходячи із заданих стандартів [7].



Сюди відносяться такі тести.

- MSCEITV2.0 (MayerSalovey-CarusoEmotionalIntel ligenceTest), 2002. Тест Майера-Селюея-Карузо складається з 4 факторів: ідентифікація емоцій, підвищення ефективності мислення, розуміння емоцій, управління емоціями [7].

- LEAS (LevelsofEmotionalAwareness), спрямований на вимір усвідомлення різноманітних емоцій – як базових, так і складних. У тесті наведені відкриті завдання, без заздалегідь заданих варіантів відповіді (20 сценаріїв). Випробуваному пропонується відповісти, що б він відчував у заданій ситуації та що б відчував інший персонаж, що бере участь в ній. Передбачається, що у відповідях досліджуваних можна розрізнити 6 рівнів розуміння емоцій.

- EARS (Emotional Accuracy Research Scale), спрямований на розпізнавання емоцій у міжособистісному контексті. Містить 8 сценаріїв (кожен складається з 3 оповідань з 12 варіантами завершень). Випробуваний повинен вибрати настрій, який найімовірніше відчуває персонаж оповідань [8].

- TIEFBA. Розроблено іспанськими дослідниками у 2017 р. Існує в двох варіантах шкали для підлітків і дітей. Тест являє собою 12 ситуацій, спрямованих на вимір внутрішньоособистісного або міжособистісного емоційного інтелекту. Для кожної із ситуацій випробуваного просять описати емоції, думки і переконання фігуруючого в ситуаціях персонажа і той спосіб управління емоціями, який буде найбільш ефективний. Тест оцінює здатності до розуміння власної емоційної сфери і управління нею, а також, завдяки цьому, підвищує продуктивність розумової діяльності [9].

Один з найбільш широко використовуваних методів даної групи – тест Майера-Селюея-Карузо, на якому базується велика кількість досліджень, особливо в зарубіжній психології.

Методи, засновані на самооцінці, пропонують роботу з абстрактними ситуаціями, з якими випробуваній повинен погодитися або не погодитися («інші легко довіряють мені») або з більш конкретними ситуаціями («я панікую, коли мені потрібно протистояти злій людині»), цим вони схожі на задачні тести. В якості оцінки передбачається тільки частота народження тих чи інших відповідей у вибірці випробуваних [7].

Найбільш використовувані методики даної групи наступні.

- Опитувальник «EQ-i» Р. Бар-Она (BarOnEmotionalQuotientInventory) дає загальну оцінку емоційного інтелекту, складається з 5 шкал і 15 пов'язаних з ними підшкал: пізнання себе (усвідомлення своїх емоцій, впевненість в собі, самоповага, самоактуалізація, незалежність), міжособистісні відносини (емпатія, соціальна відповідальність, міжособистісні взаємини), адаптація (рішення проблем, зв'язок з реальністю, гнучкість), управління стресовими ситуаціями (стійкість до стресу, контроль за імпульсивністю), переважний настрій (щастя, оптимізм). Містить 133 твердження, кожне з яких випробуваній повинен оцінити за шкалою від «дуже рідко або взагалі ніколи» до «дуже часто або завжди» [7].

- Опитувальник «EQ» Н. Холла (N. Hall Emotional Intelligence Self-Evaluation). Призначений для виявлення здібностей розуміти відносини особистості в емоціях, і керувати емоційною сферою на основі прийняття рішень. Містить 5 шкал (емоційна обізнаність; управління своїми емоціями; самомотивація; емпатія; розпізнавання емоцій інших людей) і складається з 30 тверджень, кожне з яких необхідно оцінити кількісно від «-3» до «+3» [10].

- Опитувальник SSRI (Schutte et al. Self-ReportIndex). Опитувальник Н. Шутте спрямований на вимір 4 «гілок» EI, описуваних моделлю Дж. Мейєра, П. Селюєя і Д. Карузо. Містить 33 затвердження, кожне з яких випробуваний повинен оцінити за однією з 5 шкал, від «Це абсолютно не про мене» до «Це точно про мене» [2].

- Опитувальник емоційного інтелекту Trait (TEIQue). Складається з 153 тверджень, з якими випробуваний повинен висловити ступінь згоди, спираючись на 7-бальну шкалу. Описує чотири чинника: емоційне благополуччя, самоконтроль, емоційність і комунікабельність. Існує коротка версія – TEIQue-SF, що складається з 30 тверджень, що описують ті ж 4 фактори [11].

- Опитувальник емоційного інтелекту «EmIn» Д.В. Люсіна. Включає 2 шкали: шкала міжособистісного емоційного інтелекту (розуміння чужих емоцій; управління чужими емоціями) і шкала внутрішньоособистісного емоційного інтелекту (усвідомлення своїх емоцій, управління своїми емоціями; контроль експресії), а також 6 підшкал. Складається з 46 тверджень, кожне з яких випробуваний повинен оцінити за однією з 4 шкал, від (1) «Зовсім не згоден» до (4) «Повністю згоден» [6].

- Методика діагностики емоційного інтелекту «MEI» М.А. Манойлової. Являє собою опитувальник з 40 тверджень. Випробуваний оцінює ступінь своєї згоди з кожним твердженням за 5-бальною шкалою. Опитувальник містить 4 субшкали і 3 інтегральних індекси: загального рівня, вираженості внутрішньоособистісного (здатність до усвідомлення і прийняття своїх почуттів, самоконтроль) і міжособистісного (здатність до розпізнавання, розуміння та зміни емоційних станів інших людей) аспектів емоційного інтелекту.

Отже, можемо виділити протиріччя, яке існує на сьогоднішній день – це різні підходи до того, що є компонентами емоційного інтелекту, і, відповідно, різні підходи до вивчення емоційного інтелекту. Кожен з цих підходів має свої переваги і свої недоліки, які виділяються дослідниками.

**Висновки.** Емоційний інтелект — це інтегративна особистісна властивість, яка зумовлюється динамічною єдністю афекту та інтелекту через взаємодію емоційних, когнітивних, конативних і мотиваційних особливостей і спрямована на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму, сприяє самопізнанню і самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду. «Емоційний інтелект» стає все більш популярним у науковому

світі. Різні тлумачення аспектів цього поняття мали місце в усі часи при вивченні проблеми емоційної культури людини та суспільства.

Таким чином, проблема емоційного інтелекту, незважаючи на те, що має практичну значущість, по сьогоднішній день залишається недостатньо дослідженою як у теоретичному плані, так і в експериментальному, і потребує ґрунтовного наукового обґрунтування, яке буде перспективою наших подальших досліджень. Нова парадигма освіти вимагає віднайти розумний баланс між мисленням та емоціями, встановити гармонію між розумом і навколишнім світом.

### **Література:**

1. Гоулман, Д. Емоційний інтелект / Д. Гоулман. – Харків : Vivat, 2018. – 478 с.
2. Mayer J.D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey // *Intelligence*. 1993. V.17. № 4. P. 433–442.
3. Eysenck H. J., Rachmann S. *The Causes and Cures of Neuroses*. London, 1965.
4. Bar-On R. *Emotional Intelligence in Men and Women: Emotional Quotient Inventory: Technical Manual* / R. Bar-On. Toronto : Multi-Health Systems, 1997.
5. Становлення базових парадигм української психології: колективна монографія / за ред. В.В. Турбан, І.В. Білоконь, Н.М. Бугайова, К.В. Гаврилкова. – Київ: ТОВ «Видавничий Дім «Слово», 2017.
6. Носенко Е.Л. Курс лекцій з дисципліни «Теорія емоційного інтелекту» із завданнями для самоконтролю / Е.Л. Носенко, А.Г. Четверик-Бурчак.– Дніпропетровськ: ПП Акцент, 2016. 114 с.
7. Шпак М. Емоційний інтелект у контексті сучасних психологічних досліджень / М. Шпак // *Психологія особистості*. 2011. № 1. С. 282–288.
8. Bradberry T. *Emotional intelligence 2.0* / T. Bradberry, J. Greaves. San Diego: TalentSmart, 2009. 255 p.
9. La relación del Test de Inteligencia Emocional de la Fundación Botín (TIEFBA) con el ajuste personal y escolar de adolescentes españoles / P. Fernández-Berrocal [et al.] // *Revista de Psicodidáctica*. 2018. Vol. 23. № 1. P. 1—8.
10. Дерев'янюк С.П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах / С.П. Дерев'янюк // *Соціальна психологія*. 2008. № 1. С.96-104.
11. Neurobiological correlates of Emotional Intelligence in voice and face perception networks / K.N. Karle [et al.] // *Social and Affective Neuroscience*. 2018. Vol. 13. № 2. P. 233—244.

### **References:**

1. Houlman, D.(2018). *Emotsiinyi intelekt [Emotional intelligence]*/ D. Houlman. – Kharkiv : Vivat [in Ukrainian].
2. Mayer J.D., Salovey P. (1993). *The Intelligence of emotional intelligence* / J.D. Mayer, P. Salovey // *Intelligence*. V.17. № 4 [In England].
3. Eysenck H. J., Rachmann S. (1965). *The Causes and Cures of Neuroses*. London [In England].
4. Bar-On R.(1997). *Emotional Intelligence in Men and Women: Emotional Quotient Inventory: Technical Manual* / R. Bar-On. Toronto : Multi-Health Systems [In England].
5. *Stanovlennia bazovykh paradyhm ukrainskoi psykholohii [Formation of basic paradigms of Ukrainian psychology]: kolektyvna monohrafiia* (2017). / za red. V.V. Turban, I.V. Bilokon, N.M. Buhaiova, K.V. Havrylkova. – Kyiv: TOV «Vydavnychi Dim «Slovo» [in Ukrainian].

Журнал «Перспективи та інновації науки»  
(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)  
№ 2(36) 2024

6. Nosenko E.L.(2016.) *Kurs leksii z dystsypliny «Teoriia emotsiinoho intelektu» iz zavdanniamy dlia samokontroliu [Theory of emotional intelligence]* / E.L. Nosenko, A.H. Chetveryk-Burchak.– Dnipropetrovsk: PP Aktsent [in Ukrainian].

7. Shpak M.() (2011). *Emotsiinyi intelekt u konteksti suchasnykh psykholohichnykh doslidzhen [Emotional intelligence in the context of modern psychological research]* / M. Shpak // *Psykholohiia osobystosti*. № 1[in Ukrainian].

8. Bradberry T. (2009). *Emotional intelligence 2.0* / T. Bradberry, J. Greaves. San Diego: TalentSmart [In England].

9. *La relación del Test de Inteligencia Emocional de la Fundación Botín (TIEFBA) con el ajuste personal y escolar de adolescentes españoles*(2018)./P Fernández-Berrocal [et al.] // *Revista de Psicodidáctic.* Vol. 23. № 1. P. 1—8 [In England].

10. Derevianko S.P. (2008). *Aktualizatsiia emotsiinoho intelektu v emotsiiohennykh umovakh [Actualization of emotional intelligence in emotiogenic conditions]*/ S.P.Derevianko // *Sotsialna psykholohiia*. № 1. S.96-104 [in Ukrainian].

11. *Neurobiological correlates of Emotional Intelligence in voice and face perception networks* (2018)/ K.N. Karle [et al.] // *Social and Affective Neuroscience*. 2018. Vol. 13. № 2 [In England].