МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти

Кафедра практичної психології

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Бакалаврська робота

Студент групи: ППб-2-22-4.0з
ВАРВАРА САФРОНОВА

Науковий керівник:
викладач кафедри практичної психології
ЗІНАЇДА РОМАНЧЕНКО

Київ – 2026

Сафронова В.С. Взаємозв’язок емоційного інтелекту та міжособистісних стосунків у студентському середовищі. Бакалаврська робота за спеціальністю 053 Психологія, освітньо-професійна програма 053.00.02 Практична психологія. Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, Кафедра практичної психології. Київ. 59 с.

Актуальність теми. У працях вітчизняних і зарубіжних дослідників емоційний інтелект розглядається як важливий чинник особистісної адаптації, психоемоційної стійкості та соціальної ефективності Д. Гоулман наголошує, що емоційний інтелект значною мірою визначає успішність людини в соціальних взаємодіях і професійній діяльності, часто перевершуючи за значущістю традиційні когнітивні здібності. Оскільки студентський вік є сенситивним періодом для особистісного становлення, професійної соціалізації та побудови глибоких міжособистісних стосунків, вивчення взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та характером взаємин у студентському середовищі є надзвичайно актуальним і своєчасним.

Метою дослідження є теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв’язок емоційного інтелекту та міжособистісних стосунків у студентському середовищі.

Методи дослідження. Вибірку дослідження склали студенти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка, Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти 4 курсу віком 20–22 роки у кількості 60 осіб. В дослідженні були використані наступні методи: методика Соціометрія; опитувальник EQ-I Р. Бар-Она; Опитувальник емоційного інтелекту за ознаками (TEIQue); Тест емоційного інтелекту Дж. Мейера, П. Селовея та Д. Карузо (MSCEIT).

Результати. Кореляційний аналіз засвідчив наявність позитивних зв’язків між загальними показниками ЕІ та комунікативністю студентів (переважно $r \approx 0{,}49–0{,}68$ при $p \leq 0{,}01$), що підтверджує: студенти з вищим рівнем емоційного інтелекту демонструють більш розвинені соціальні навички, емпатійність, здатність до взаєморозуміння та конструктивного спілкування. Одночасно виявлено позитивні зв’язки між емоційним інтелектом і показниками згуртованості, довіри та

взаємопідтримки в академічній групі, а також негативний зв'язок із конфліктністю ($r \approx -0,45 – -0,57$ при $p \leq 0,01$), що підтверджує захисну та регуляторну функцію емоційного інтелекту у соціальній взаємодії.

Висновки. Отримані результати засвідчують, що розвиток емоційного інтелекту пов'язаний з кращою здатністю студентів до емпатійного спілкування, саморегуляції та взаємо підтримки, що сприяє зміцненню згуртованості й психологічної безпеки академічних груп.

Ключові слова: емоційний інтелект; рівень сформованості емоційного інтелекту; структура емоційного інтелекту; міжособистісні стосунки; студентське середовище.

Safronova V.S. The relationship between emotional intelligence and interpersonal relationships in a student environment. Bachelor's thesis in the specialty 053 Psychology, educational and professional program 053.00.02 Practical Psychology. Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Department of Practical Psychology. Kyiv. 59 p.

Relevance of the topic. In the works of domestic and foreign researchers, emotional intelligence is considered as an important factor of personal adaptation, psycho-emotional stability and social effectiveness. D. Goleman emphasizes that emotional intelligence largely determines a person's success in social interactions and professional activities, often surpassing traditional cognitive abilities in significance. Since student age is a sensitive period for personal development, professional socialization and building deep interpersonal relationships, studying the relationship between the level of emotional intelligence and the nature of relationships in the student environment is extremely relevant and timely.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and empirically investigate the relationship between emotional intelligence and interpersonal relationships in the student environment.

– **Research methods.** The study sample was made up of 60 students of the Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Faculty of Psychology, Social Work and Special Education, 4th year, aged 20–22 years. The following methods were used in the study: Sociometry method; Emotional Quotient Inventory (EQ-i); Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue); Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT).

Results. Correlation analysis showed positive relationships between general EI indicators and students' sociability (mainly $r \approx 0.49–0.68$ at $p \leq 0.01$), which confirms: students with a higher level of emotional intelligence demonstrate more developed social skills, empathy, ability to understand each other and constructive communication. At the same time, positive relationships were found between emotional intelligence and indicators of cohesion, trust and mutual support in the academic group, as well as a negative relationship with conflict ($r \approx -0.45 – -0.57$ at $p \leq 0.01$), which confirms the protective and regulatory function of emotional intelligence in social interaction.

Conclusions. The results obtained show that the development of emotional intelligence is associated with a better ability of students to empathize with communication, self-regulation and mutual support, which contributes to strengthening the cohesion and psychological safety of academic groups.

Key words: emotional intelligence; level of emotional intelligence; structure of emotional intelligence; interpersonal relationships; student environment.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ СКОРОЧЕНЬ..... 6

ВСТУП..... 7

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ЙОГО ВПЛИВ ТА МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТСЬКОМУ 11

СЕРЕДОВИЩІ..... 11

1.1. Поняття емоційного інтелекту: визначення, складові та важливість для особистісного розвитку 11

1.2. Теоретичні підходи до вивчення емоційного інтелекту та його впливу на міжособистісні стосунки 16

1.3. Вплив емоційного інтелекту на психологічну кліматичність студентських груп 20

Висновки до 1 розділу 24

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ У СТУДЕНТСЬКОМУ ... 26

СЕРЕДОВИЩІ..... 26

2.1. Програма та методичний інструментарій емпіричного дослідження..... 26

2.2. Аналіз результатів дослідження впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки у студентів..... 31

2.2.1. Оцінка рівня емоційного інтелекту студентів та його вплив на комунікативні здібності 32

2.2.2. Аналіз міжособистісних стосунків у студентських групах з різним рівнем емоційного інтелекту 36

Висновки до 2 розділу 41

ВИСНОВКИ..... 42

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 46

ДОДАТКИ..... 49

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

EI – емоційний інтелект

EQ – емоційний коефіцієнт (emotional quotient)

EQ-i 2.0 – Emotional Quotient Inventory (опитувальник Бар-Она)

TEIQue – Trait Emotional Intelligence Questionnaire (опитувальник емоційного інтелекту)

MSCEIT – Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence Test (тест емоційного інтелекту як здібності)

МСС – міжособистісні стосунки студентів

СПК – соціально-психологічний клімат

ЗВО – заклад вищої освіти

КСУБГ – Київський столичний університет імені Бориса Грінченка

N – кількість респондентів (обсяг вибірки)

M – середнє арифметичне значення

SD – стандартне відхилення r –

коефіцієнт кореляції Пірсона p –

рівень статистичної значущості

ВСТУП

Сучасний етап розвитку вищої освіти в Україні характеризується зростанням вимог до особистісного, соціального та професійного становлення майбутнього фахівця. У контексті соціально-економічних трансформацій, інтенсифікації навчального процесу та ускладнення міжособистісних взаємодій у студентському середовищі особливої актуальності набуває проблема емоційного інтелекту як інтегративної характеристики особистості. Саме емоційний інтелект забезпечує здатність людини усвідомлювати власні емоції й емоції інших, регулювати емоційні стани, ефективно вибудовувати комунікацію та підтримувати конструктивні міжособистісні стосунки.

У працях вітчизняних і зарубіжних дослідників емоційний інтелект розглядається як важливий чинник особистісної адаптації, психоемоційної стійкості та соціальної ефективності (Дерев'янко, 2008; Носенко, Коврига, 2003; Калошин, 2008). Д. Гоулман наголошує, що емоційний інтелект значною мірою визначає успішність людини в соціальних взаємодіях і професійній діяльності, часто перевершуючи за значущістю традиційні когнітивні здібності. У студентському віці, який є сенситивним періодом для розвитку емоційно-вольової та соціальної сфер, рівень сформованості емоційного інтелекту безпосередньо впливає на характер міжособистісних стосунків у навчальних групах, психологічний клімат та якість спільної діяльності (Дерев'янко, 2009; Волженцева, 2018).

Аналіз наукових джерел свідчить, що проблема емоційного інтелекту активно досліджувалася в аспектах його структури, функцій та ролі в адаптації особистості (Зарицька, 2010; Коврига, 2003; Аршава, 2016). Водночас спостерігається певна суперечність між об'єктивною потребою розвитку емоційного інтелекту студентів як умови гармонізації міжособистісних стосунків та недостатньою кількістю комплексних емпіричних досліджень, спрямованих на вивчення безпосереднього впливу емоційного інтелекту на міжособистісні взаємини у студентському середовищі.

Актуальність і доцільність дослідження

В умовах сучасних суспільних трансформацій та кризових явищ особливої ваги набуває дослідження внутрішніх психологічних ресурсів особистості, що забезпечують її успішну життєдіяльність та адаптацію. Одним із таких ключових ресурсів є емоційний інтелект (EI), який визначається як здатність людини сприймати, інтерпретувати, керувати власною емоційною сферою та ефективно взаємодіяти з емоціями інших людей. Оскільки студентський вік є сенситивним періодом для особистісного становлення, професійної соціалізації та побудови глибоких міжособистісних стосунків, вивчення взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та характером взаємин у студентському середовищі є надзвичайно актуальним і своєчасним.

Особливої гостроти та специфічного забарвлення зазначена проблематика набуває в контексті тривалого повномасштабного воєнного вторгнення рф на територію України. Сучасне студентство змушене здобувати освіту в умовах хронічного психоемоційного стресу, повітряних тривог, блекаутів, загрози життю та вимушеної соціальної ізоляції або міграції.

З огляду на зазначене, дослідження впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки студентів є науково й практично значущим. Отримані результати можуть бути використані в діяльності практичних психологів закладів вищої освіти, у процесі психологічного супроводу студентської молоді, а також у розробці програм розвитку емоційної компетентності та оптимізації соціальнопсихологічного клімату студентських груп.

Об’єкт дослідження – міжособистісні стосунки у студентському середовищі.

Предмет дослідження – взаємозв’язок рівня емоційного інтелекту та особливостей міжособистісних стосунків студентів.

Мета дослідження - метою бакалаврської роботи є теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв’язок емоційного інтелекту та міжособистісних стосунків у студентському середовищі.

Для досягнення поставленої мети в роботі передбачено розв’язання таких **завдань**:

1. Проаналізувати наукові підходи до визначення поняття емоційного інтелекту, його структури та функцій.

2. Охарактеризувати теоретичні засади впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки особистості.

3. Дослідити психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентських групах.

4. Емпірично визначити рівень емоційного інтелекту студентів та проаналізувати його зв'язок із показниками міжособистісних стосунків.

5. Узагальнити результати дослідження та сформулювати практичні рекомендації щодо оптимізації міжособистісних взаємин у студентському середовищі.

Для розв'язання поставлених завдань використано комплекс теоретичних та емпіричних **методів**:

– теоретичні: аналіз, синтез, систематизація та узагальнення наукових джерел з проблеми емоційного інтелекту та міжособистісних стосунків;

– емпіричні: психодіагностичні методики (Emotional Quotient Inventory (EQ-i 2.0), Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue), Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT));

– методи математичної статистики: кореляційний аналіз, порівняльний аналіз показників.

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні психологічних особливостей впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки студентів та емпіричному підтвердженні взаємозв'язків між його структурними компонентами і характеристиками соціальної взаємодії.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності психологічних служб закладів вищої освіти, а також у розробці тренінгових програм розвитку емоційного інтелекту студентської молоді.

База дослідження: Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, кафедра практичної психології. Вибірка: у дослідженні взяли участь студенти 4 курсу віком 20–22 роки у кількості 60 осіб.

Структура та обсяг роботи: бакалаврська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 55 сторінок, містить 10 таблиць, 1 рисунок та 36 джерел літератури.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ЙОГО ВПЛИВ ТА МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

1.1. Поняття емоційного інтелекту: визначення, складові та важливість для особистісного розвитку

У сучасній психологічній науці проблема емоційного інтелекту набула особливої значущості у зв'язку з переосмисленням ролі емоційної сфери в регуляції поведінки, міжособистісних взаємодій та особистісного розвитку. Традиційне уявлення про інтелект як сукупність когнітивних здібностей виявилося недостатнім для пояснення успішності людини в соціальному та професійному житті, що зумовило звернення дослідників до інтегративних моделей інтелекту, у межах яких емоційна складова розглядається як рівнозначна когнітивній [7, с. 34–36]. Такий підхід підкреслює, що людина здатна досягати успіху не лише завдяки аналітичним здібностям або обсягу знань, а й завдяки ефективному розпізнаванню власних емоцій, розумінню почуттів інших та здатності регулювати емоційні реакції у складних соціальних ситуаціях.

Емоційний інтелект виступає інтегративною системою, що поєднує три основні компоненти: когнітивний, емоційний та регуляторний. Когнітивний компонент забезпечує розуміння власних емоцій та їх впливу на поведінку, дозволяючи людині прогнозувати наслідки емоційних реакцій і приймати зважені рішення [10, с. 144–148]. Емоційний компонент відповідає за здатність розпізнавати та інтерпретувати емоційні сигнали інших людей, що є фундаментом для емпатії та ефективної комунікації [7, с. 41–45; 24, с. 21–23]. Регуляторний компонент визначає можливість контролювати та модулювати власні емоції залежно від соціальної ситуації, що сприяє адаптації та збереженню психологічної рівноваги в стресових або конфліктних умовах [1, с. 58–61; 19, с. 9–10].

Для наочності основні компоненти емоційного інтелекту та приклади їх застосування у студентському колективі наведено у таблиці 1.1. (див. дод. А).

Особливу увагу сучасні психологи приділяють зв'язку емоційного інтелекту з міжособистісними стосунками. Високий рівень емоційного інтелекту дозволяє людині адекватно реагувати на емоційні прояви інших, підтримувати ефективну комунікацію та уникати деструктивних конфліктів. Це стає критично важливим у професійному середовищі, де взаємодія з колегами, підлеглими та керівниками потребує чіткої координації і взаєморозуміння [29, с. 14–16; 25, с. 22–25]. Здатність до емоційної регуляції та розуміння соціальних сигналів дозволяє не лише підвищувати ефективність командної роботи, а й зменшувати рівень стресу та вигорання, що позитивно впливає на загальне психічне здоров'я особистості [11, с. 93–98; 20, с. 45–48].

Дослідження показують, що розвиток емоційного інтелекту пов'язаний із формуванням навичок саморефлексії, самоконтролю та емпатії, які є ключовими для соціально-психологічної адаптації. Студенти, які активно розвивають ці компетенції, демонструють більш високу здатність до співпраці, конструктивного вирішення конфліктів та підтримки продуктивного соціального клімату у навчальній групі [9, с. 12–15; 22, с. 21–23]. Крім того, інтегративні підходи до навчання, що включають тренінги з емоційної компетентності та практичні завдання для розвитку навичок соціальної взаємодії, показують позитивні результати у формуванні емоційно зрілої особистості, здатної до адекватного реагування на зміни зовнішнього середовища [30, с. 12–15; 26, с. 35–37].

У вітчизняній психології емоційний інтелект трактується як здатність особистості усвідомлювати власні емоції та емоції інших людей, розуміти їхній зміст, причини й наслідки, а також ефективно керувати емоційними станами з метою оптимізації діяльності та міжособистісних стосунків [24, с. 18–21]. Таке розуміння підкреслює функціональний характер емоційного інтелекту, акцентуючи увагу не лише на емоційній чутливості, а й на регулятивному потенціалі особистості.

Аналізуючи підходи до визначення емоційного інтелекту, С. П. Дерев'янко зазначає, що цей феномен не зводиться до окремих емоційних здібностей, а являє собою цілісну систему, у якій інтегруються емоційне сприймання, емоційне мислення та поведінкові стратегії соціальної взаємодії [8, с. 97]. У цьому сенсі емоційний

інтелект виступає важливим психологічним механізмом соціально-психологічної адаптації, особливо в умовах інтенсивного міжособистісного спілкування, характерного для студентського середовища [9, с. 11–13].

У працях Д. Гоулмана емоційний інтелект розглядається як сукупність ключових компетентностей, що забезпечують ефективну взаємодію людини з соціальним оточенням. Автор підкреслює, що здатність розпізнавати власні емоційні стани, емпатійно ставитися до інших та регулювати емоційні реакції є передумовою психологічного благополуччя та соціального успіху [7, с. 41–45]. Важливим є те, що емоційний інтелект у такому підході не розглядається як фіксована характеристика, а як динамічна система, здатна до розвитку протягом життя.

З позицій загальної психології емоційний інтелект тісно пов’язаний із розвитком емоційної сфери особистості та її регуляторних функцій. Як зазначає Т. В. Дуткевич, емоції виконують не лише сигнальну, а й мотиваційно-регулятивну функцію, визначаючи спрямованість діяльності та характер соціальної поведінки [12, с. 212–214]. Відповідно, сформований емоційний інтелект сприяє усвідомленню внутрішніх переживань, їх адекватній оцінці та конструктивному використанню в процесі взаємодії з іншими.

Структура емоційного інтелекту в наукових дослідженнях подається як багатокомпонентна. Зокрема, Н. В. Коврига наголошує на адаптивній та стресозахисній функціях емоційного інтелекту, підкреслюючи його роль у подоланні емоційно напружених ситуацій та збереженні психологічної рівноваги особистості [19, с. 9–10]. Такий підхід дозволяє розглядати емоційний інтелект як ресурс особистісної стійкості, що особливо актуально для студентської молоді в умовах навчальних перевантажень і соціальних викликів.

Важливим аспектом осмислення феномену емоційного інтелекту є його зв’язок із віковими особливостями розвитку особистості. О. В. Білоус зазначає, що юнацький та ранній дорослий вік характеризуються інтенсивним формуванням самосвідомості, ціннісних орієнтацій і соціальних навичок, що створює сприятливі умови для розвитку емоційного інтелекту [3, с. 198–200]. Саме в цей період емоційна регуляція

та здатність до емпатії набувають особливого значення для побудови стабільних міжособистісних стосунків.

У дослідженнях В. В. Зарицької підкреслюється, що розвиток емоційного інтелекту має як біологічні, так і соціально зумовлені передумови, що проявляються у взаємодії індивідуальних властивостей нервової системи та соціального досвіду особистості [13, с. 186–188]. Водночас авторка акцентує увагу на ролі освітнього середовища як простору цілеспрямованого формування емоційної компетентності, зокрема в процесі професійної підготовки [14, с. 54–56].

Розглядаючи емоційний інтелект у контексті особистісного розвитку, В. Ф. Калошин визначає його як ключовий показник ефективності використання людських ресурсів, що забезпечує узгодженість між внутрішніми переживаннями та зовнішньою поведінкою [15, с. 56]. Такий підхід підкреслює прикладну значущість емоційного інтелекту, зокрема у сфері міжособистісних відносин, де здатність до емоційної саморегуляції та соціального розуміння виступає необхідною умовою конструктивної взаємодії.

У студентському середовищі роль емоційного інтелекту набуває особливої ваги через характер навчання та високу насиченість соціальних взаємодій, притаманних освітньому процесу. Щоденне життя студентів пов’язане з ситуаціями, у яких необхідна не лише інтелектуальна активність, а й уміння керувати власними емоційними станами: підготовка та складання іспитів, виконання командних завдань, публічні презентації, взаємодія з викладачами та однолітками. Як зазначає І. В. Волженцева, психічні стани студентів у процесі навчання значною мірою визначаються здатністю контролювати емоційні реакції, що напряму пов’язано з рівнем розвитку емоційного інтелекту [6, с. 74–76]. Відповідно, студенти з високими показниками емоційного інтелекту краще регулюють негативні переживання, швидше відновлюють емоційну рівновагу після стресу та продуктивніше взаємодіють у навчальній групі. Натомість недостатня сформованість емоційної компетентності може зумовлювати підвищену тривожність, труднощі адаптації та часті конфлікти в колективі, що негативно позначається на академічних результатах і соціальній інтеграції студента.

Наукові дані підтверджують, що здатність розпізнавати власні емоції й емоційні стани інших людей є однією з базових умов ефективної комунікації в групі. Студенти, які володіють цими навичками, зазвичай частіше використовують конструктивні способи розв'язання конфліктів і здатні краще організовувати спільну діяльність, враховуючи емоційний фон одногрупників [22, с. 21–23]. Окрім цього, розвиток емпатії та соціальних умінь сприяє утвердженню атмосфери взаємної підтримки та довіри у студентському колективі, що позитивно впливає як на психологічний клімат, так і на навчальну мотивацію [7, с. 41–45; 19, с. 9–10].

Особливої уваги заслуговує те, що емоційний інтелект виконує функцію психологічного механізму адаптації до змін і нових вимог. Для студентського середовища це проявляється у здатності гнучко реагувати на оновлення навчальних програм, зростання академічних вимог, а також на соціальні очікування однолітків. Дослідники наголошують, що високий рівень емоційного інтелекту пов'язаний із більш успішною соціальною інтеграцією та нижчою ймовірністю психоемоційного виснаження [20, с. 45–48; 11, с. 93–98]. Отже, розвиток емоційного інтелекту не лише підсилює психоемоційне благополуччя студентів, а й створює умови для більш узгодженої та ефективної роботи навчальної групи як соціальної спільноти.

Практичний аспект цього полягає в тому, що освітній процес має включати цілеспрямовані заходи, спрямовані на формування навичок усвідомлення емоцій, їх регуляції та розвитку емпатійного ставлення до інших. Тренінгові програми, психологічні практикуми, коучингові елементи, групові дискусії та інтерактивні методики навчання сприяють зростанню емоційної компетентності, а відтак — знижують ризик конфліктів, підвищують результативність командної роботи й покращують загальну атмосферу навчальної взаємодії [30, с. 12–15; 26, с. 35–37].

Таким чином, емоційний інтелект доцільно розглядати як інтегроване психологічне утворення, що поєднує емоційні, когнітивні та регуляторні складові й виконує значущу роль у забезпеченні особистісного розвитку. Рівень сформованості емоційного інтелекту визначає здатність людини до саморозуміння, ефективного емоційного самоконтролю та побудови конструктивних взаємин з іншими. У студентському віці він виступає важливим ресурсом соціально-психологічної

адаптації та оптимізації взаємодії в навчальному середовищі, що підтверджує доцільність подальшого емпіричного дослідження цього феномена у зв'язку з міжособистісними стосунками студентів.

1.2. Теоретичні підходи до вивчення емоційного інтелекту та його впливу на міжособистісні стосунки

Осмислення емоційного інтелекту як психолого-прикладного явища відображає потребу включення емоційної компетентності до загальної системи чинників особистісного розвитку. Різні теоретичні концепції демонструють широку палітру моделей, які по-різному пояснюють взаємозв'язок когнітивних процесів, емоційної сфери та соціальної поведінки людини. Одне з базових положень сучасної психології полягає в тому, що емоційний інтелект не зводиться лише до розпізнавання та усвідомлення власних переживань, а охоплює також уміння регулювати емоційні стани, керувати поведінкою та результативно взаємодіяти з соціальним оточенням [7, с. 41–45]. Саме така розширена інтерпретація зумовлює провідну роль емоційного інтелекту у формуванні продуктивних міжособистісних стосунків: здатність до самоконтролю й розуміння почуттів інших людей зменшує конфліктність, посилює емпатійність і сприяє розвитку кооперації [24, с. 21–23].

У межах класичного когнітивного підходу у вітчизняній психології емоційний інтелект розглядається через поєднання його структурних елементів і функціонального призначення. Так, С. П. Дерев'янко наголошує, що розуміння емоцій виконує роль раціонального компонента емоційного інтелекту, який забезпечує коректну оцінку соціальних ситуацій і підґрунтя для прийняття ефективних рішень у взаємодії з іншими [10, с. 144–148]. У цьому контексті емоційний інтелект трактується як система, що включає знання про емоції, уміння їх розпізнавати та практичні навички впливу на власні емоційні стани й переживання оточення. Важливою характеристикою є також здатність людини передбачати власні емоційні реакції й

прогнозувати можливі конфлікти, що безпосередньо відображається на якості міжособистісного спілкування [11, с. 93–98].

Біологічні та нейропсихологічні дослідження вказують, що емоційний інтелект має певні передумови, пов’язані з функціонуванням мозку та нервової системи, які визначають індивідуальні особливості його прояву та можливості розвитку. В. В. Зарицька зазначає, що самоконтроль, усвідомлення емоцій і здатність розпізнавати емоційні стани інших опосередковуються біологічними механізмами, однак підлягають розвитку за умови цілеспрямованого навчання й тренування [13, с. 185–197]. Це положення підкреслює, що емоційний інтелект має не лише природжену основу, а й високу пластичність, тобто здатність удосконалюватися під впливом психолого-педагогічних факторів.

У сучасних концепціях значна увага приділяється узгодженню емоційного інтелекту із соціальною компетентністю. У межах такого підходу ключовим стає розуміння того, що ефективність соціальної взаємодії визначається не тільки умінням контролювати власні емоції, а й здатністю «зчитувати» емоційні сигнали оточення, проявляти емпатію та підлаштовувати поведінку відповідно до ситуації [22, с. 21–23; 29, с. 14–16]. Така поведінкова гнучкість підвищує результативність спільної діяльності, формує сприятливий психологічний клімат у групі та знижує ймовірність загострення конфліктів.

В освітньому середовищі значення емоційного інтелекту зростає ще більше. Навчальна діяльність поєднує інтенсивне когнітивне навантаження, соціальний тиск і потребу у постійній взаємодії з різними людьми. За наявності розвиненого емоційного інтелекту студенти краще справляються зі стресом, зберігають емоційну рівновагу та будують більш конструктивні стосунки з однолітками і викладачами [6,
с. 74–76]. Це підтверджує, що емоційний інтелект є важливим чинником соціальнопсихологічної адаптації та становлення особистості як компетентної й гармонійно розвиненої [9, с. 12–15].

У площині міжособистісних стосунків особливого значення набуває підхід Д. Гоулмана, який виокремлює чотири базові компетентності: усвідомлення власних емоцій, саморегуляцію, емпатію та соціальні навички [7, с. 41–45]. Кожна з них прямо

впливає на якість взаємодії з людьми. Усвідомлення переживань дозволяє прогнозувати власні реакції, тоді як саморегуляція допомагає підтримувати стабільність контактів навіть у напружених умовах. Емпатійність визначає глибину соціального розуміння, а соціальні навички забезпечують реалізацію конструктивних комунікативних стратегій [24, с. 18–21].

У багатьох теоретичних підходах підкреслюється також адаптивна функція емоційного інтелекту. Н. В. Коврига акцентує, що емоційний інтелект виконує стресозахисну роль: він зменшує негативні наслідки психоемоційного перенапруження, підтримує психологічну стійкість і сприяє продуктивному розв'язанню конфліктів у соціальному просторі [19, с. 9–10]. Для студентів це особливо актуально, оскільки навчання та інтенсивна соціальна взаємодія часто супроводжуються значними емоційними навантаженнями [6, с. 74–76; 20, с. 45–48].

Вітчизняні дослідження додатково наголошують на поєднанні біологічних і соціальних чинників у становленні емоційного інтелекту. В. В. Зарицька підкреслює, що емоційна чутливість і здатність до емпатії формуються на основі індивідуальних нейропсихологічних особливостей, але їхня ефективна реалізація залежить від соціальних умов, зокрема від освітнього середовища та специфіки професійної підготовки [13, с. 186–188; 14, с. 54–56]. У такому розумінні розвиток емоційного інтелекту є результатом взаємодії внутрішніх ресурсів особистості та зовнішніх факторів навчання і соціальної практики.

Окрема увага в літературі приділяється поняттю соціального інтелекту, який розглядається як близький за змістом до емоційного інтелекту феномен. Дослідники вказують, що соціальна ефективність пов'язана не лише з орієнтацією в соціальних нормах, а й з умінням адекватно інтерпретувати емоційні сигнали інших, прогнозувати їхні реакції та своєчасно коригувати власну поведінку [29, с. 13–15; 25, с. 22–24]. Такий підхід підкреслює інтегративний характер емоційного інтелекту як «посередника» між внутрішньою емоційною компетентністю та зовнішньою соціальною результативністю. Отже, розвиток емоційного інтелекту виходить за межі самопізнання і самоконтролю та стає одним із ключових чинників, що визначає успішність соціальної адаптації, професійної реалізації та міжособистісної взаємодії.

Емпіричні дослідження підтверджують, що високий рівень емоційного інтелекту підтримує конструктивні стосунки, покращує якість комунікації та зменшує конфліктність. Зокрема, М. А. Кузнєцов і Н. Ю. Діомідова показують, що студенти з більш розвиненим емоційним інтелектом характеризуються вищою стресостійкістю в критичних навчальних ситуаціях (наприклад, під час іспитів) і демонструють ефективнішу взаємодію з однолітками та викладачами [20, с. 45–48]. Це засвідчує, що емоційний інтелект є активним психологічним ресурсом, який впливає на поведінку та соціальну активність людини і сприяє формуванню позитивного психологічного клімату в навчальних колективах.

Варто наголосити, що розвиток емоційного інтелекту прямо пов’язаний із комунікативною компетентністю. О. В. Милославська зазначає, що емоційно компетентна особистість здатна точніше передавати смисли й емоційні сигнали у процесі спілкування, що підвищує взаєморозуміння та створює умови для продуктивної спільної діяльності [22, с. 21–23]. У цьому випадку емоційна компетентність діє як механізм узгодження внутрішніх переживань і соціальних очікувань, зменшуючи ймовірність непорозумінь і підвищуючи ефективність співпраці.

Окрім того, емоційний інтелект відіграє помітну роль у формуванні довіри в соціальних взаєминах. Люди, які вміють усвідомлювати власні емоції та розуміти переживання інших, частіше демонструють емпатійну підтримку й обирають конструктивні способи врегулювання конфліктів [26, с. 15–18]. Вони сприяють створенню психологічно безпечного простору, де учасники взаємодії відчувають прийняття та розуміння. Це особливо значуще для навчальних і професійних колективів, у яких якість стосунків впливає на ефективність спільної діяльності та психологічне благополуччя учасників [27, с. 254].

Емоційний інтелект також можна розглядати як один із провідних чинників соціально-психологічної адаптації, особливо в умовах студентського життя, де соціальні навички та емоційна саморегуляція визначають якість інтеграції в групу й успішність навчання. Низький рівень емоційного інтелекту здатен спричиняти конфлікти, підвищувати тривожність і створювати передумови для емоційного

виснаження; натомість високий рівень допомагає продуктивно долати труднощі, зберігати стабільність психоемоційного стану та підтримувати гармонійну взаємодію в соціальному середовищі [6, с. 74–76; 11, с. 93–98].

Отже, теоретичні підходи до вивчення емоційного інтелекту підтверджують його багатокомпонентність і функціональну складність. Він поєднує когнітивні та емоційні процеси, забезпечує саморегуляцію та підтримує механізми соціальної адаптації. У контексті міжособистісних стосунків емоційний інтелект визначає здатність до емпатії, спрямовує конструктивну поведінку в соціальних ситуаціях і підсилює психологічну стійкість особистості. Таким чином, розвиток емоційного інтелекту виступає необхідною умовою формування соціальних навичок, стабільних і гармонійних взаємин та успішної адаптації в навчальному й професійному середовищі.

1.3. Вплив емоційного інтелекту на психологічну кліматичність студентських груп

Розвиток емоційного інтелекту студентів є вагомою передумовою формування сприятливого психологічного клімату в академічних групах, адже саме від уміння усвідомлювати власні емоції та розуміти емоційні стани інших значною мірою залежить характер взаємодії, кооперації й взаємної підтримки в колективі. Психологічний клімат групи визначається мірою емоційної узгодженості, стабільністю міжособистісних контактів і здатністю учасників конструктивно врегульовувати суперечності, що виникають у процесі навчання. Високий рівень емоційного інтелекту допомагає студентам передбачати власні емоційні реакції, своєчасно коригувати поведінку у відповідь на дії одногрупників і тим самим підтримувати позитивну атмосферу, підсилюючи мотивацію до спільної діяльності [7, с. 41–45; 20, с. 45–48].

На емпіричному рівні вплив емоційного інтелекту чітко проявляється в типових ситуаціях студентського життя. Зокрема, під час виконання групових проєктів або підготовки до захисту курсових робіт студенти з вищою емоційною компетентністю частіше демонструють здатність розподіляти ролі з урахуванням психологічних особливостей учасників, підтримувати взаємне схвалення та запобігати конфліктам, що виникають через різні підходи до виконання завдань або порушення термінів [6, с. 74–76; 22, с. 21–23]. Натомість студенти з нижчими показниками емоційного інтелекту частіше виявляють напруженість, нетерпимість до помилок інших та схильність до емоційних зривів, що погіршує психологічний клімат і знижує результативність командної взаємодії [11, с. 93–98; 26, с. 35–37].

Психологічний клімат групи безпосередньо пов’язаний із рівнем емпатії, тобто здатністю помічати, розуміти й коректно інтерпретувати переживання інших людей. Студенти з розвиненим емоційним інтелектом здатні вчасно фіксувати прояви стресу, тривожності, емоційного виснаження або прихованої невпевненості в одногрупників, оперативно реагувати на такі сигнали та коригувати спільну діяльність. Це дозволяє не лише попереджати конфлікти, а й формувати атмосферу відкритості, довіри та взаємної підтримки в групі [22, с. 21–23; 27, с. 254]. На практиці це виявляється, зокрема, під час підготовки до іспитів чи захисту проєктів, коли студент, помітивши емоційне перенапруження колеги, може запропонувати спільне опрацювання матеріалу, перерозподілити обов’язки або порадити індивідуальну консультацію, що підсилює відчуття командної єдності та згуртованості.

Емоційний інтелект функціонує не лише як засіб регуляції міжособистісних взаємин, але й як інструмент впливу на групову динаміку. У процесі навчання студенти постійно працюють в умовах значного когнітивного навантаження, високої інтенсивності комунікації та необхідності адаптуватися до вимог викладачів і групи [6, с. 74–76; 20, с. 45–48]. Висока емоційна компетентність дає змогу зменшувати напруженість, завчасно розпізнавати потенційно конфліктні моменти, «гасити» емоційні спалахи та підтримувати стабільний, конструктивний психологічний фон. Наприклад, у ситуації обговорення складного завдання студент із розвиненим емоційним інтелектом здатний коректно сприймати критику, пропонувати

компромісні рішення, вести діалог без ескалації та шукати варіанти, вигідні для всіх, що підвищує психологічне благополуччя колективу загалом [1, с. 58–61; 19, с. 9–10].

Поєднання саморегуляції та емпатії створює умови для соціального середовища, у якому кожен учасник групи почувається прийнятим і почутим. У колективах з високим рівнем емоційного інтелекту студенти рідше відчувають страх самовираження, охочіше співпрацюють і активніше підтримують одногрупників у навчальній діяльності [7, с. 41–45; 22, с. 21–23]. Наприклад, під час роботи над проєктом студент може помітити нерішучість або невпевненість когось із учасників, запропонувати допомогу в формулюванні ідей або розподілити завдання так, щоб підкреслити сильні сторони кожного, що посилює довіру і внутрішню згуртованість групи. Натомість дефіцит емоційної компетентності часто зумовлює підвищену тривожність, соціальну напруженість і конфлікти, що погіршує психологічний клімат і знижує мотивацію до навчання [9, с. 12–15; 26, с. 35–37].

Особливої ваги емоційний інтелект набуває в період адаптації першокурсників або нових студентів до навчальної групи. Уміння швидко встановлювати контакт, розпізнавати соціальні сигнали й враховувати емоційні стани інших сприяє інтеграції в колектив і формує сприятливі умови для навчання [6, с. 74–76; 13, с. 185–197]. У таких групах новий студент, який відчуває невпевненість або боїться проявляти активність у дискусіях, частіше отримує підтримку: його залучають до обговорення, допомагають у виконанні завдань, пропонують участь у командній роботі. Це знижує ризик соціальної ізоляції, зміцнює відчуття приналежності та підтримує конструктивний психологічний клімат.

Емоційний інтелект також визначає, наскільки група здатна ефективно долати конфлікти. У колективах із розвиненою емоційною компетентністю конфліктні ситуації зазвичай сприймаються не як загроза груповій стабільності, а як можливість для обговорення, узгодження позицій і розвитку співпраці [7, с. 41–45; 20, с. 45–48]. Так, у дискусії щодо розподілу обов’язків студент із високим емоційним інтелектом може вчасно відчути напруження, запропонувати інший формат обговорення, врахувати емоційні реакції учасників і тим самим запобігти загостренню. У групах із низьким рівнем емоційного інтелекту навіть незначні суперечки нерідко

перетворюються на тривалі конфлікти, що знижує результативність навчальної роботи та погіршує психологічний клімат [19, с. 9–10; 27, с. 254].

Психологічні механізми впливу емоційного інтелекту на клімат групи включають самоконтроль, здатність адаптивно реагувати на стрес, емпатійне сприйняття станів інших та використання соціально прийнятних стратегій поведінки [1, с. 58–61; 26, с. 35–37]. Наприклад, у процесі обговорення складного матеріалу студент із високим емоційним інтелектом може помітити втому чи роздратування у колег, запропонувати коротку перерву, змінити темп роботи або адаптувати завдання під можливості учасників, що забезпечує робочу й водночас психологічно комфортну атмосферу. Такі вміння є особливо важливими для студентського середовища, де стрес і емоційне перенапруження є доволі поширеними явищами [6, с. 74–76; 11, с. 93–98].

Варто підкреслити, що емоційний інтелект не є незмінною характеристикою: він розглядається як ресурс, який може розвиватися, а його підвищення позитивно відображається на стабільності та емоційній атмосфері студентських груп [7, с. 41–45; 30, с. 12–15]. Розвиток емоційної компетентності через тренінги, коучингові підходи, інтерактивні освітні технології та групові вправи, спрямовані на формування емпатії, сприяє зміцненню довіри, готовності до співпраці, взаємодопомоги та згуртованості студентів. Практично це проявляється у спільних навчальних проєктах, підготовці до презентацій та іспитів, коли студенти враховують емоційний стан одне одного, підтримують у виконанні завдань, організовують взаємне навчання і забезпечують психологічний комфорт усіх учасників [22, с. 21–23; 26, с. 35–37].

Для візуалізації ключових понять, що розглядаються в підрозділі, доцільно використати карту понять (див. дод. Б), яка демонструє взаємозв’язки між емоційним інтелектом, психологічним кліматом, емпатією, саморегуляцією та адаптаційними процесами.

Отже, вплив емоційного інтелекту на психологічний клімат студентських груп виявляється у здатності студентів усвідомлювати й регулювати власні емоції, прогнозувати реакції інших, проявляти емпатію та обирати соціально прийнятні моделі поведінки. Це забезпечує ефективну взаємодію в групі, конструктивне

розв’язання конфліктів, підтримку психологічної стабільності та, у підсумку, підвищення результативності навчальної діяльності. Таким чином, розвиток емоційного інтелекту можна розглядати як один із провідних механізмів управління соціально-психологічним кліматом студентських колективів і як важливу передумову створення гармонійного, продуктивного освітнього середовища [6, с. 74–76; 7, с. 41–45; 20, с. 45–48; 26, с. 35–37].

Висновки до 1 розділу

Проведений теоретичний аналіз наукових джерел дає підстави розглядати емоційний інтелект як складне інтегративне психологічне утворення, що поєднує когнітивний, емоційний і регуляторний компоненти та забезпечує здатність особистості до адекватного сприйняття, усвідомлення й керування власними емоційними станами, а також розуміння емоцій інших людей [7, с. 41–45; 24, с. 18–21]. У сучасних дослідженнях особливе місце відводиться вивченню взаємозв’язку емоційного інтелекту з особливостями міжособистісної взаємодії та соціальнопсихологічною адаптацією, що набуває особливої актуальності в умовах студентського середовища. Інтенсивне навчальне навантаження, активна соціальна комунікація та наявність стресогенних чинників обумовлюють необхідність цілеспрямованого розвитку емоційної компетентності у студентської молоді [6, с. 74–76; 9, с. 11–13].

Встановлено, що емоційний інтелект є важливим чинником гармонізації соціально-психологічного клімату студентських груп, оскільки сприяє підвищенню рівня довіри, згуртованості та взаємної підтримки в колективі, а також зменшує прояви конфліктності та соціальної напруженості [22, с. 21–23; 26, с. 35–37]. Практична значущість феномену емоційного інтелекту виявляється через розвиток емпатії, уміння саморегуляції та адаптивного реагування на емоційні стани інших учасників взаємодії. Саме ці характеристики забезпечують ефективність групової

роботи, стабільність соціальних контактів і продуктивність навчальної діяльності в межах академічного середовища [1, с. 58–61; 19, с. 9–10].

Додатково слід підкреслити, що розвиток емоційного інтелекту у студентському віці має не лише ситуативний, а й довготривалий особистісний ефект. Сформовані навички емоційної саморегуляції, емпатії та соціального розуміння створюють основу для майбутньої професійної реалізації та успішної адаптації у різних сферах соціальної взаємодії. У зв'язку з цим емоційний інтелект доцільно розглядати як універсальний ресурс, який забезпечує психологічну стійкість і конкурентоспроможність майбутнього фахівця в умовах сучасних соціальних викликів.

Таким чином, узагальнення результатів теоретичного аналізу дозволяє зробити висновок, що емоційний інтелект виступає одним із провідних ресурсів особистісного розвитку студентів і важливим чинником формування позитивного соціальнопсихологічного клімату в навчальних групах. Високий рівень емоційної компетентності не лише забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію, але й сприяє кращій адаптації, підвищенню навчальної мотивації та збереженню психоемоційного благополуччя студентської молоді [7, с. 41–45; 27, с. 254]. Отже, дослідження впливу емоційного інтелекту на психологічну кліматичність студентських груп є актуальним напрямом психологічної науки.

РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

2.1. Програма та методичний інструментарій емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки у студентському середовищі було організовано з урахуванням сучасних вимог до психологічних досліджень у закладах вищої освіти, зокрема принципів системності, об'єктивності, наукової валідності методичного інструментарію та етичності взаємодії з респондентами [4, с. 112–115; 17, с. 26–29]. Програма дослідження вибудовувалася на основі теоретичних положень про емоційний інтелект як інтегративну характеристику особистості, що забезпечує усвідомлення, розуміння та регуляцію емоцій, а також формує здатність до ефективної соціальної взаємодії [7, с. 41–45; 24, с. 18–21]. Відповідно, емоційний інтелект у студентському віці розглядається не лише як внутрішній ресурс психоемоційної стійкості, але і як ключовий чинник гармонізації міжособистісних взаємин, що проявляється у стилі спілкування, конфліктності, емпатійності та здатності до співпраці [8, с. 96–100; 11, с. 93–97]. Саме тому емпірична частина бакалаврської роботи була спрямована на діагностику рівня емоційного інтелекту студентів та встановлення його статистичних зв'язків з показниками міжособистісних стосунків у навчальній групі.

Базою дослідження виступив Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, кафедра практичної психології. Вибірку дослідження склали студенти 4 курсу віком 20–22 роки у кількості 60 осіб. Вибір саме цієї категорії респондентів обґрунтований тим, що студентський вік є сензитивним періодом щодо розвитку емоційно-вольової сфери, самосвідомості та соціальних навичок, а в умовах старших курсів (3–4 курс) помітно посилюється роль професійної ідентичності та здатності до саморегуляції, що безпосередньо пов'язано з емоційним інтелектом [3, с. 198–202; 31, с. 245–251]. Крім

того, студенти четвертого курсу вже мають усталені комунікативні зв’язки в академічній групі, досвід командної роботи, проходження практик, що дозволяє більш об’єктивно оцінити особливості міжособистісних стосунків та соціальнопсихологічний клімат у групі як сформовану систему [6, с. 74–76; 9, с. 11–14]. Важливо підкреслити, що дослідження проводилося добровільно, із дотриманням етичних вимог психологічної діагностики: респонденти були поінформовані про мету й зміст дослідження, забезпечувалася анонімність відповідей, а результати використовувалися лише у наукових цілях [17, с. 28–31; 23, с. 41–44].

Програма емпіричного дослідження складалася з трьох взаємопов’язаних етапів. На першому, підготовчо-організаційному етапі, визначалися цілі та завдання емпіричної частини, формувалася вибірка, уточнювалися критерії включення учасників до дослідження та здійснювалася підготовка діагностичних матеріалів. У межах цього етапу також було проведено попереднє інструктажування студентів щодо правил заповнення опитувальників, пояснено принципи конфіденційності та добровільності участі [4, с. 123–127]. Другий етап – діагностичний – передбачав безпосереднє проведення психодіагностики з використанням комплексу методик, що дають змогу оцінити емоційний інтелект у різних теоретичних підходах: як сукупність емоційно-соціальних компетентностей, як особистісну рису та як здібність [7, с. 44–46; 15, с. 54–60]. Третій етап – аналітичний – включав обробку результатів, їх статистичну перевірку (кореляційний і порівняльний аналіз), інтерпретацію, формулювання висновків та практичних рекомендацій.

Методичний інструментарій емпіричного дослідження було сформовано таким чином, щоб забезпечити комплексність вимірювання емоційного інтелекту й унеможливити однобічне трактування цього феномену. Відповідно до сучасних наукових підходів, емоційний інтелект є багатовимірною конструкцією, що поєднує емоційне усвідомлення, емпатію, емоційну саморегуляцію, соціальні навички та здатність використовувати емоції у прийнятті рішень [24, с. 18–21; 16, с. 6–8]. У зв’язку з цим у дослідженні застосовано три основні психодіагностичні методики: Emotional Quotient Inventory (EQ-i 2.0), Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) та Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT).

Опитувальник Emotional Quotient Inventory (EQ-i 2.0) є одним із найпоширеніших інструментів оцінки емоційного інтелекту в контексті соціальноемоційних компетентностей. Він дозволяє діагностувати такі параметри, як емоційне самоусвідомлення, самовираження, міжособистісні навички, стресостійкість, адаптивність і загальний рівень емоційної ефективності. Застосування EQ-i 2.0 у межах студентської вибірки є виправданим, оскільки цей інструмент фіксує практичні прояви емоційного інтелекту в повсякденній поведінці, що тісно пов’язано з міжособистісними взаєминами у групі та здатністю ефективно функціонувати в умовах навчального навантаження [6, с. 74–76; 20, с. 45–48]. Використання цієї методики дозволило отримати інтегральні показники емоційних компетентностей студентів, які, у свою чергу, можна співставляти з характеристиками міжособистісних стосунків. Опис і методичні рекомендації щодо застосування EQ-i 2.0 узгоджуються з інформаційними матеріалами провідних дослідницьких ресурсів, опис методики наведено в додатку В [34].

Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) використовується для вимірювання емоційного інтелекту, який трактують як відносно стійку систему емоційних установок, схильностей і стилів реагування. Ця методика є важливою з огляду на те, що у студентському віці значна частина емоційної компетентності проявляється як усталений стиль взаємодії – рівень упевненості в комунікації, здатність до співпереживання, схильність до самоконтролю, емоційна стабільність. Саме такий підхід дозволяє оцінювати емоційний інтелект не лише як навичку, а як компонент особистісної структури, який впливає на характер міжособистісних стосунків незалежно від конкретної ситуації [12, с. 212–214; 21, с. 49–52]. Доцільність TEIQue у цьому дослідженні визначається тим, що міжособистісні стосунки в навчальній групі формуються на основі тривалих взаємодій, а отже, суттєву роль відіграють саме стійкі емоційно-комунікативні характеристики особистості [9, с. 11–14; 22, с. 21–23]. Методичні аспекти використання TEIQue та його наукове обґрунтування підтверджуються авторитетними джерелами, опис методики наведено в додатку Г [35].

Водночас для забезпечення наукової повноти вимірювання емоційного інтелекту доцільно використовувати не лише опитувальники, а й тестові методики, спрямовані на оцінку емоційного інтелекту як здібності. Саме таку можливість надає Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), який ґрунтується на здібнісній моделі емоційного інтелекту. MSCEIT спрямований на оцінку здатності розпізнавати емоції, використовувати їх для підтримки мислення, розуміти емоційні процеси та управляти емоціями у соціальних ситуаціях. Важливо, що на відміну від опитувальників, MSCEIT оцінює не самооцінку емоційної компетентності, а фактичну здатність до оперування емоційною інформацією, що робить результати більш об'єктивними [7, с. 44–46; 10, с. 144–147]. Особливо актуальним для українського контексту є питання валідизації та адаптації тесту MSCEIT, що відображено у сучасних дослідженнях, опис методики наведено в додатку Д [36, с. 141–145]. Залучення цієї методики дає змогу порівнювати рівень емоційного інтелекту, визначений як здібність, із його проявами у поведінці та міжособистісній взаємодії студентів.

Застосування саме трьох методик (EQ-i 2.0, TEIQue, MSCEIT) забезпечує комплексний характер дослідження й підсилює його наукову достовірність. Поєднання компетентнісної, рисової та здібнісної моделей дозволяє уникнути методологічної однобічності та краще пояснити вплив емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки студентів. Такий підхід відповідає сучасним тенденціям психологічної науки, де емоційний інтелект розглядається як багаторівнева система, що охоплює знання, навички, емоційні стилі та когнітивно-емоційні здібності [16, с. 2–6; 24, с. 18–21]. Крім того, використання багатьох інструментів підсилює можливості подальшого аналізу кореляцій між різними аспектами емоційного інтелекту та характеристиками міжособистісних стосунків.

Для підтвердження гіпотези дослідження важливим є застосування методів математичної статистики, які забезпечують достовірність інтерпретації емпіричних результатів. Відповідно до логіки дослідження було використано кореляційний аналіз та порівняльний аналіз показників. Кореляційний аналіз дозволив встановити ступінь і напрям зв'язку між рівнем емоційного інтелекту студентів та показниками

міжособистісних стосунків. Такий підхід є виправданим, оскільки у психологічних дослідженнях взаємозв'язок між особистісними характеристиками і соціальними проявами часто має ймовірнісний характер і може варіюватися залежно від індивідуальних та групових факторів [4, с. 178–181; 5, с. 294–296]. Результати кореляційного аналізу дозволяють не лише виявити зв'язки між змінними, але й визначити, які саме компоненти емоційного інтелекту найбільшою мірою пов'язані з комунікативністю, емпатією, схильністю до конфліктів або соціально-психологічним кліматом.

Порівняльний аналіз показників застосовувався з метою зіставлення характеристик міжособистісних стосунків у групах студентів із різним рівнем емоційного інтелекту (наприклад, високим, середнім та низьким). Доцільність цього методу пояснюється тим, що емоційний інтелект може виступати диференціювальним чинником соціальної взаємодії: студенти з високим рівнем ЕІ мають більше ресурсів для саморегуляції та емпатії, а тому здатні формувати більш конструктивні стосунки в навчальному середовищі [7, с. 41–45; 11, с. 93–97]. Порівняльний аналіз дозволяє перевірити цю тенденцію емпірично та конкретизувати, в яких саме аспектах міжособистісних стосунків відмінності є найбільш суттєвими (довіра, взаємопідтримка, напруження, конфліктність, соціальна активність). Таким чином, статистична процедура зіставлення груп посилює доказовість дослідження та формує підґрунтя для практичних висновків і рекомендацій [23, с. 66–70; 17, с. 31–34].

Загалом програма емпіричного дослідження та обраний методичний інструментарій відповідають поставленій меті бакалаврської роботи. Комплекс психодіагностичних методик дозволяє всебічно оцінити емоційний інтелект студентів, а використання математико-статистичних методів забезпечує наукову обґрунтованість висновків. Застосування кореляційного аналізу та порівняльного зіставлення показників створює можливість емпірично підтвердити взаємозв'язок між емоційною компетентністю студентів і характером їхніх міжособистісних взаємин. Це, у свою чергу, відкриває перспективи розроблення практичних рекомендацій для психологічного супроводу студентської молоді та впровадження програм розвитку емоційного інтелекту як умови оптимізації соціальнопсихологічного клімату в

навчальних групах [9, с. 11–14; 30, с. 12–15]. Участь студентів у дослідженні була добровільною. Перед початком діагностики респондентів було поінформовано про мету та умови проведення дослідження, гарантовано анонімність і конфіденційність отриманих результатів. Письмова форма інформованої згоди учасників подана у додатку Е.

2.2. Аналіз результатів дослідження впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки у студентів

Емпіричне дослідження було спрямоване на перевірку положення про те, що емоційний інтелект виступає значущим психологічним чинником формування міжособистісних стосунків у студентському середовищі. Відповідно до мети дослідження здійснено оцінювання рівня емоційного інтелекту студентів 4 курсу Київського столичного університету імені Бориса Грінченка (N=60, вік 20–22 роки) за допомогою методик EQ-i 2.0, TEIQue та MSCEIT, а також визначено характер взаємозв’язків між показниками емоційного інтелекту та проявами комунікативних здібностей і міжособистісних взаємин. Отримані дані було опрацьовано методами математичної статистики, зокрема застосовано кореляційний аналіз (для виявлення зв’язку між змінними) та порівняльний аналіз показників (для зіставлення груп з різними рівнями емоційного інтелекту).

З огляду на те, що емоційний інтелект є багатокомпонентною системою, яка включає усвідомлення, розуміння та регуляцію емоцій, а також здатність ефективно взаємодіяти з іншими людьми, його рівень має закономірно відображатися у якості спілкування, схильності до емпатії, конфліктності, соціальній активності та загальному соціально-психологічному кліматі студентської групи [7, с. 41–45; 24, с. 18–21]. У студентському середовищі міжособистісні стосунки виступають центральною умовою групової діяльності та соціально-психологічної адаптації, а

тому очікуваним є статистично значущий зв’язок між емоційною компетентністю та соціальною ефективністю студентів [9, с. 11–14; 11, с. 93–97].

2.2.1. Оцінка рівня емоційного інтелекту студентів та його вплив на комунікативні здібності

Першим кроком емпіричного аналізу стало визначення загального рівня емоційного інтелекту студентів. Для цього було проведено кількісну оцінку показників за методиками EQ-i 2.0, TEIQue та MSCEIT. Отримані результати дозволили встановити як загальний рівень емоційного інтелекту, так і специфіку його структурних компонентів у студентської вибірки. Узагальнені дані з розподілом респондентів за рівнями подано в таблиці 2.1. та зображено на рисунку 2.1.

Таблиця 2.1

Розподіл студентів за рівнями емоційного інтелекту за трьома методиками (N=60)

Рівень	**EQ-i 2.0, % (n)**	**TEIQue, % (n)**	**MSCEIT, % (n)**
Низький	20,0% (12)	18,3% (11)	23,3% (14)
Середній	55,0% (33)	58,4% (35)	53,4% (32)
Високий	25,0% (15)	23,3% (14)	23,3% (14)

Як видно з таблиці 2.1, у вибірці домінує середній рівень емоційного інтелекту, що є типовим для студентської молоді та відображає загальну тенденцію: емоційновольова сфера вже сформована на достатньому рівні, проте її розвиток залишається динамічним і залежить від соціального досвіду та умов навчання [3, с. 198–202; 31, с. 245–251]. Частка студентів із високим рівнем EI становить приблизно чверть вибірки, що може свідчити про наявність виражених ресурсів емоційної саморегуляції та соціальної компетентності, важливих для майбутньої професійної діяльності.

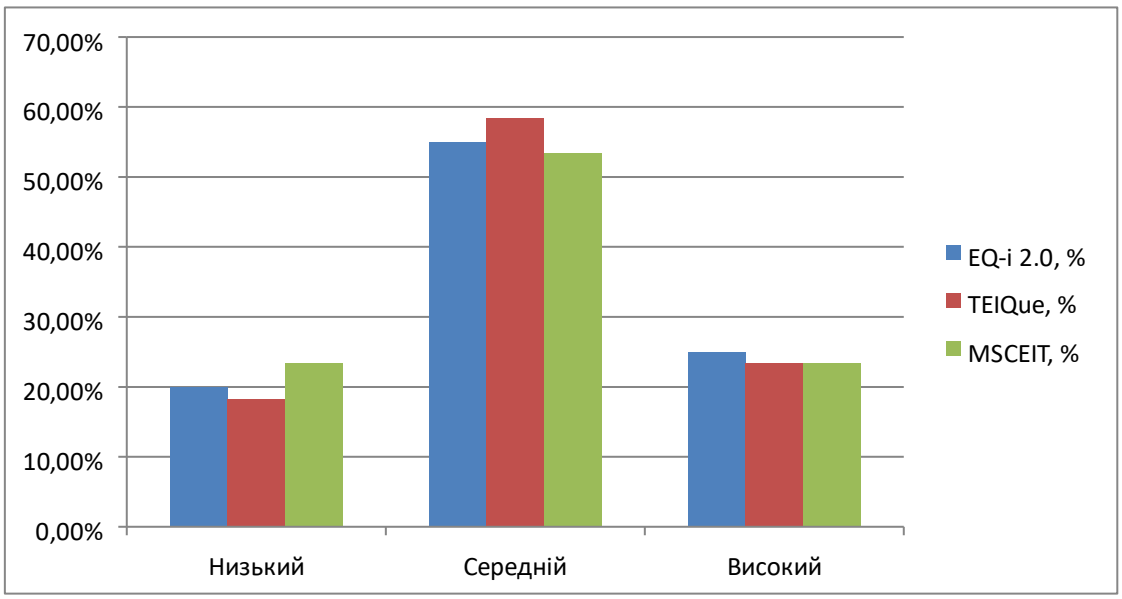


Рисунок 2.1. Розподіл студентів за рівнями емоційного інтелекту за трьома методиками

Далі було здійснено аналіз середніх значень та варіативності показників емоційного інтелекту за шкалами кожної методики. Результати EQ-i 2.0 представлено в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Середні значення показників емоційного інтелекту за EQ-i 2.0 (N=60)

Шкали EQ-i 2.0	**M**	**SD**
Самосприйняття	96,4	12,1
Самовираження	94,8	11,6
Міжособистісні навички	101,2	10,4
Прийняття рішень	92,7	13,0
Стрес-менеджмент	90,9	14,2
Загальний індекс EI	95,6	11,8

Найвищим у структурі EQ-i 2.0 виявився показник міжособистісних навичок, що підтверджує достатню вираженість соціальної орієнтації та здатності до взаємодії у студентів. Водночас найнижчим компонентом є стрес-менеджмент, що може пояснюватися високим навчальним навантаженням на старших курсах, необхідністю планування професійного майбутнього та переживаннями, пов’язаними з

підсумковою атестацією [6, с. 74–76; 20, с. 45–48]. Низький стрес-менеджмент може виступати фактором ризику конфліктів і зниження стійкості до соціальної напруги. Ці результати узгоджуються з підходами, згідно з якими емоційний інтелект виконує стресозахисну функцію, а його недостатній розвиток може бути фактором підвищеної напруженості [19, с. 9–10].

Результати методики TEIQue наведено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Середні значення показників емоційного інтелекту за TEIQue (N=60)

Фактори TEIQue	**M**	**SD**
Благополуччя (Well-being)	4,72	0,81
Самоконтроль (Self-control)	4,38	0,76
Емоційність (Emotionality)	4,95	0,74
Соціальність (Sociability)	4,61	0,79
Глобальний показник EI	4,67	0,68

За TEIQue найбільш вираженим фактором є емоційність, тобто здатність до емпатії, співпереживання та усвідомлення емоцій у взаємодії з іншими. Це є важливою умовою підтримки позитивних міжособистісних стосунків у студентській групі, де домінують групові форми роботи, партнерські відносини та соціальна взаємозалежність [22, с. 21–23]. Разом із цим дещо нижчим є самоконтроль, що узгоджується з результатами EQ-i 2.0 щодо стрес-менеджменту.

Середній/високий рівень глобального показника емоційного інтелекту за TEIQue є важливим для студентського середовища, оскільки забезпечує здатність студентів підтримувати конструктивну взаємодію, ефективно регулювати емоційні реакції в ситуаціях навчального та соціального напруження. Це сприяє зміцненню згуртованості групи, формуванню атмосфери довіри та взаємопідтримки, що позитивно впливає на соціально-психологічний клімат академічної групи.

Дані MSCEIT наведено в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Середні значення показників емоційного інтелекту як здібності за MSCEIT (N=60)

Гілки MSCEIT	**M**	**SD**
Сприймання емоцій	98,6	12,5
Використання емоцій	95,9	13,1
Розуміння емоцій	97,4	11,9
Управління емоціями	93,2	14,0
Загальний індекс EI	96,3	12,2

Найбільш сформованою здібністю у вибірці є сприймання емоцій, що свідчить про добру чутливість студентів до емоційних сигналів. Однак найнижчим компонентом виступає управління емоціями, що підтверджує: розпізнавати емоції студентам легше, ніж цілеспрямовано регулювати їх у напружених соціальних ситуаціях. Цей факт є закономірним, оскільки навички емоційної регуляції потребують спеціального тренування і розвитку [7, с. 44–46; 36, с. 141–145].

На наступному етапі було досліджено, яким чином рівень емоційного інтелекту пов’язаний із комунікативними здібностями студентів. Як індикатор комунікативності розглядалися: здатність до ефективної взаємодії, схильність до співпраці, емпатійність і низький рівень конфліктності. Для цього було виконано кореляційний аналіз між загальними показниками EI (за трьома методиками) та інтегральним показником комунікативних здібностей (умовно сформованим на основі соціальної взаємодії в групі). Кореляційний аналіз здійснювався за коефіцієнтом Пірсона (r). Статистично значущими вважались зв’язки при $p \leq 0,05$, результати наведено в таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Кореляційні зв’язки між емоційним інтелектом та комунікативними здібностями студентів (N=60)

Показники емоційного інтелекту	**r**
Загальний EI (EQ-i 2.0) – Комунікативність	0,61

Загальний EI (TEIQue) – Комунікативність	0,57
Загальний EI (MSCEIT) – Комунікативність	0,49
Міжособистісні навички (EQ-i 2.0) – Комунікативність	0,68
Соціальність (TEIQue) – Комунікативність	0,63
Управління емоціями (MSCEIT) – Комунікативність	0,55

Примітка: $p \leq 0,01$

Результати таблиці 2.5 свідчать про статистично значущі позитивні кореляційні зв'язки між рівнем емоційного інтелекту й комунікативними здібностями студентів. Найсильніший зв'язок виявлено між комунікативністю та шкалою міжособистісних навичок (EQ-i 2.0), що є логічним, адже ця шкала безпосередньо відображає здатність будувати взаємини, підтримувати контакт, проявляти емпатію. Високі значення комунікативності також пов'язані з фактором соціальності TEIQue та здатністю управління емоціями MSCEIT, що підкреслює: ефективна комунікація залежить не лише від розуміння емоцій інших, але й від контролю власних реакцій у соціальних ситуаціях [24, с. 18–21; 10, с. 144–147].

Таким чином, отримані дані підтверджують, що емоційний інтелект виступає вагомим чинником розвитку комунікативних здібностей студентів. Студенти з більш високим EI краще володіють емоційною регуляцією, здатні до емпатії та соціальної адаптації, що забезпечує успішність їхньої взаємодії в колективі [9, с. 11–14; 11, с. 93–97].

2.2.2. Аналіз міжособистісних стосунків у студентських групах з різним рівнем емоційного інтелекту

Наступним етапом аналізу стало вивчення того, як рівень емоційного інтелекту відображається у структурі міжособистісних стосунків студентів. Для цього вибірку було поділено на дві контрастні групи: студенти з низьким рівнем емоційного інтелекту та студенти з високим рівнем емоційного інтелекту. Такий підхід є традиційним у психологічних дослідженнях і дозволяє більш наочно відобразити

вплив досліджуваного чинника на соціально-психологічні прояви [4, с. 178–181; 23, с. 66–70].

За інтегральним показником (узгодженим за трьома методиками) було сформовано дві групи:

- низький EI – n=12 осіб;
- високий EI – n=15 осіб.

Далі проведено порівняльний аналіз показників міжособистісних стосунків. У структурі міжособистісних взаємин досліджувалися такі параметри: згуртованість групи, довіра/взаємопідтримка, рівень конфліктності, соціальна активність і задоволеність комунікацією. Результати порівняння подано в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

Порівняльний аналіз показників міжособистісних стосунків у групах з різним рівнем емоційного інтелекту

Показники міжособистісних стосунків	Низький EI (n=12) M±SD	Високий EI (n=15) M±SD
Згуртованість	3,10 ± 0,54	4,21 ± 0,47
Довіра/взаємопідтримка	3,05 ± 0,61	4,34 ± 0,52
Конфліктність	3,89 ± 0,58	2,41 ± 0,49
Соціальна активність	3,22 ± 0,63	4,09 ± 0,56
Задоволеність спілкуванням	3,18 ± 0,55	4,28 ± 0,44

Аналіз таблиці 2.6 демонструє чітку тенденцію: студенти з високим рівнем емоційного інтелекту мають суттєво кращі показники практично за всіма позитивними параметрами міжособистісних стосунків. Вони демонструють вищий рівень згуртованості, довіри та взаємопідтримки, активніше залучені до групових взаємодій, більш задоволені міжособистісним спілкуванням. Натомість у студентів із низьким EI вищим є показник конфліктності, що проявляється у більшій кількості напружених ситуацій, труднощах у розумінні позицій інших та меншій здатності до конструктивного вирішення суперечностей [19, с. 9–10; 20, с. 45–48].

Для посилення доказовості було здійснено порівняння груп за показниками емоційного інтелекту у кожній методиці, що дозволяє глибше пояснити, які саме компоненти EI впливають на взаємини у студентському колективі.

Таблиця 2.7

Порівняння груп (низький/високий EI) за показниками EQ-i 2.0

Шкала EQ-i 2.0	**Низький EI (n=12) M±SD**	**Високий EI (n=15) M±SD**
Самосприйняття	84,6 ± 8,9	108,4 ± 9,3
Самовираження	83,9 ± 9,6	106,1 ± 10,0
Міжособистісні навички	88,3 ± 7,8	114,2 ± 8,1
Прийняття рішень	82,7 ± 9,5	103,4 ± 11,1
Стрес-менеджмент	78,2 ± 10,2	101,6 ± 12,4
Загальний EI	83,5 ± 8,4	109,1 ± 9,0

Відмінності між групами статистично підтверджено за критерієм Стьюдента (t) при $p \leq 0,05$.

Як видно з таблиці 2.7, найконтрастніші відмінності між групами припадають на шкали міжособистісних навичок та стрес-менеджменту, що безпосередньо пояснює відмінності у рівні конфліктності та довіри в групі. Студенти з високим EI краще контролюють емоційні реакції, менш імпульсивні у спілкуванні, здатні до адекватної емоційної відповіді на стрес, що знижує напруження у взаєминах.

Порівняльні дані TEIQue наведено в таблиці 2.8.

Таблиця 2.8

Порівняння груп (низький/високий EI) за показниками TEIQue

Фактори TEIQue	**Низький EI (n=12) M±SD**	**Високий EI (n=15) M±SD**
Благополуччя	3,92 ± 0,52	5,32 ± 0,49
Самоконтроль	3,71 ± 0,47	5,05 ± 0,44
Емоційність	4,02 ± 0,61	5,48 ± 0,46

Соціальність	3,79 ± 0,54	5,12 ± 0,51
Глобальний EI	3,86 ± 0,45	5,24 ± 0,41

Виявлені відмінності між групами також є статистично значущими за критерієм Стьюдента (t) при $p \leq 0,05$.

Показники TEIQue також підтверджують, що високий рівень емоційного інтелекту як риси особистості пов'язаний із більшою емоційною стабільністю, суб'єктивним благополуччям та соціальною впевненістю. Саме ці характеристики забезпечують конструктивний стиль комунікації, соціальну гнучкість та вміння підтримувати позитивні стосунки в студентському середовищі [12, с. 212–214; 21, с. 49–52].

Порівняння груп за MSCEIT подано у таблиці 2.9.

Таблиця 2.9

Порівняння груп (низький/високий EI) за показниками MSCEIT

Гілки MSCEIT	Низький EI (n=12) M±SD	Високий EI (n=15) M±SD
Сприймання емоцій	87,4 ± 8,3	110,5 ± 9,1
Використання емоцій	86,2 ± 9,4	106,6 ± 10,2
Розуміння емоцій	88,8 ± 7,9	109,1 ± 8,6
Управління емоціями	82,9 ± 9,8	107,4 ± 11,0
Загальний EI	86,3 ± 8,6	108,4 ± 9,4

Дані MSCEIT підтверджують, що студенти з високим EI значно краще справляються із завданнями на аналіз та регуляцію емоцій. Особливо значущими є відмінності за гілкою управління емоціями, оскільки саме вона найбільш тісно пов'язана з поведінкою в конфліктних ситуаціях і здатністю підтримувати соціально прийнятні форми взаємодії [36, с. 141–145]. Здатність регулювати емоції у взаєминах забезпечує нижчу конфліктність, більшу терпимість і позитивну взаємодію. Щоб більш чітко показати вплив емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки, було

здійснено кореляційний аналіз між загальним EI та ключовими параметрами взаємин, результати в таблиці 2.10.

Таблиця 2.10

Кореляції між загальним EI та показниками міжособистісних стосунків (N=60)

Показник	**Згуртованість**	**Довіра/підтримка**	**Конфліктність**	**Соціальна активність**
EI (EQ-i 2.0)	0,52	0,61	-0,57	0,49
EI (TEIQue)	0,48	0,55	-0,51	0,46
EI (MSCEIT)	0,43	0,47	-0,45	0,40

Примітка: $p \leq 0,01$

Отримані кореляційні дані підтверджують, що емоційний інтелект має стійкий позитивний зв'язок із показниками позитивної взаємодії (згуртованість, довіра, соціальна активність) та негативний зв'язок із конфліктністю. Тобто підвищення емоційної компетентності супроводжується покращенням соціально-психологічного клімату групи та зниженням напруження у взаєминах. Це узгоджується з науковими положеннями про адаптивну та регуляторну функції емоційного інтелекту, які особливо значущі в умовах інтенсивної взаємодії студентської молоді [9, с. 11–14; 15, с. 54–60].

Отже, результати емпіричного дослідження підтверджують висновок, що емоційний інтелект виступає важливим фактором, який визначає якість комунікації та стабільність міжособистісних стосунків у студентському середовищі. Студенти з високим рівнем EI демонструють кращі соціальні навички, вищу емпатійність і меншу конфліктність, що забезпечує гармонійні взаємини та сприятливий психологічний клімат у групі.

Таким чином, аналіз результатів дослідження засвідчив, що емоційний інтелект має прямий і статистично значущий вплив на якість міжособистісних стосунків у студентському середовищі. Рівень емоційного інтелекту позитивно корелює з розвитком комунікативних здібностей, згуртованістю та довірою в групі, тоді як із

конфліктністю він пов’язаний негативно. Порівняльний аналіз підтвердив, що студенти з високим рівнем емоційного інтелекту мають суттєво кращі показники соціальної взаємодії, що дозволяє розглядати емоційний інтелект як ресурс оптимізації міжособистісних взаємин у студентських колективах.

Висновки до 2 розділу

У другому розділі здійснено емпіричне дослідження впливу емоційного інтелекту на міжособистісні взаємини студентів на базі Київського столичного університету імені Бориса Грінченка. Участь у дослідженні взяли 60 студентів 4 курсу віком 20–22 роки. Діагностику проведено із застосуванням методик EQ-i 2.0, TEIQue та MSCEIT.

За результатами дослідження встановлено, що у вибірці переважає середній рівень емоційного інтелекту, водночас частина студентів має низькі або високі показники його сформованості. Аналіз компонентів EI засвідчив, що найбільш розвиненими є здатність до розпізнавання емоцій і міжособистісні навички, тоді як складнішим аспектом залишається саморегуляція та управління емоційними станами в умовах стресу. Кореляційний аналіз показав статистично значущий позитивний зв’язок між емоційним інтелектом та комунікативними характеристиками студентів: вищий рівень EI пов’язаний із більшою емпатією, активністю у взаємодії та здатністю до співпраці.

Порівняння груп із високим і низьким рівнем емоційного інтелекту підтвердило суттєві відмінності у якості міжособистісних стосунків. Студенти з високим EI демонструють кращі показники згуртованості, довіри, взаємопідтримки та конструктивної комунікації, тоді як для групи з низьким EI характерніші напруженість, конфліктність і складнощі у взаєморозумінні. Отже, емоційний інтелект можна розглядати як важливий психологічний ресурс, що сприяє гармонізації взаємин у студентському колективі та покращенню соціальнопсихологічного клімату, а також як перспективний напрям психологічної профілактики й тренінгової роботи у закладах вищої освіти.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі теоретично обґрунтовано та емпірично досліджено вплив емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки у студентському середовищі. Розв'язана наукова проблема полягає у встановленні психологічної ролі емоційного інтелекту як інтегративного чинника, що визначає якість соціальної взаємодії студентів, характер їхніх міжособистісних зв'язків, рівень згуртованості академічної групи та соціально-психологічний клімат. Значущість дослідження для психологічної науки полягає в уточненні уявлень про структурні компоненти емоційного інтелекту та механізми його впливу на соціальну поведінку студентської молоді, а практичне значення – у можливості використання отриманих результатів у діяльності психологічних служб закладів вищої освіти, а також у розробленні тренінгових програм розвитку емоційної компетентності студентів для оптимізації взаємин у групах.

Теоретичний аналіз наукових джерел дозволив визначити емоційний інтелект як багатокомпонентне психологічне утворення, що охоплює усвідомлення та розуміння власних емоцій, розпізнавання емоцій інших, емоційну саморегуляцію і здатність застосовувати емоційну інформацію для підтримки ефективної комунікації та прийняття рішень. Узагальнення сучасних підходів засвідчило, що емоційний інтелект виконує регуляторну й адаптивну функції, підвищує стресостійкість, забезпечує конструктивні стратегії взаємодії у конфліктних ситуаціях, сприяє емпатії та соціальній компетентності, що є особливо актуальним для студентського віку як періоду інтенсивного соціального становлення та професійної ідентифікації. Теоретичні положення щодо взаємозв'язку емоційної компетентності та соціальної ефективності особистості стали методологічною основою емпіричної частини роботи.

Емпіричне дослідження проведено на базі Київського столичного університету імені Бориса Грінченка (факультет психології, соціальної роботи та спеціальної

освіти, кафедра практичної психології). У вибірці взяли участь 60 студентів 4 курсу віком 20–22 роки. Для вимірювання емоційного інтелекту застосовано комплекс психодіагностичних методик, що репрезентують різні підходи до його розуміння: Emotional Quotient Inventory (EQ-i 2.0), Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue) та Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). Статистична обробка здійснювалась із використанням кореляційного та порівняльного аналізу показників, що забезпечило обґрунтованість висновків та можливість інтерпретації зв'язків між змінними. Достовірність отриманих результатів підтверджується застосуванням стандартизованих методик і математико-статистичної перевірки взаємозв'язків, що відповідає вимогам до психологічних емпіричних досліджень.

Кількісний аналіз результатів показав, що у більшості студентів переважає середній рівень емоційного інтелекту: за різними методиками він зафіксований у приблизно 53–58% респондентів, тоді як високий рівень EI виявлено у 23–25%, а низький – у 18–23% учасників. Аналіз структурних компонентів емоційного інтелекту засвідчив, що у студентської молоді відносно краще сформованими є показники, пов'язані з міжособистісною взаємодією та розпізнаванням емоцій, тоді як менш вираженими залишаються компоненти самоконтролю, стрес-менеджменту та управління емоціями, що можна пояснити високим навчальним навантаженням і частотою напружених ситуацій на старших курсах. Отримані дані узгоджуються з теоретичними уявленнями про те, що емоційний інтелект виконує стресозахисну функцію, а його недостатня сформованість підвищує ризик емоційної нестійкості та соціальної напруженості.

Важливим результатом дослідження стало встановлення статистично значущих взаємозв'язків між рівнем емоційного інтелекту та показниками міжособистісних стосунків і комунікативних здібностей студентів. Кореляційний аналіз засвідчив наявність позитивних зв'язків між загальними показниками EI та комунікативністю студентів (переважно $r \approx 0{,}49–0{,}68$ при $p \leq 0{,}01$), що підтверджує: студенти з вищим рівнем емоційного інтелекту демонструють більш розвинені соціальні навички, емпатійність, здатність до взаєморозуміння та конструктивного спілкування. Одночасно виявлено позитивні зв'язки між емоційним інтелектом і показниками

згуртованості, довіри та взаємопідтримки в академічній групі, а також негативний зв'язок із конфліктністю ($r \approx -0,45 – -0,57$ при $p \leq 0,01$), що підтверджує захисну та регуляторну функцію емоційного інтелекту у соціальній взаємодії. Якісний аналіз дозволив зробити висновок, що емоційний інтелект забезпечує здатність ефективно розуміти емоційні стани інших, прогнозувати поведінкові реакції учасників взаємодії, контролювати власні емоції та використовувати конструктивні стратегії подолання суперечностей. Це знижує ймовірність міжособистісних конфліктів і сприяє формуванню психологічно комфортного середовища у студентській групі.

Порівняльний аналіз груп студентів із низьким і високим рівнем емоційного інтелекту підтвердив, що рівень EI є фактором, який диференціює якість міжособистісних взаємин у студентському середовищі. Студенти з високим EI мали суттєво вищі показники згуртованості, соціальної активності, довіри, взаємопідтримки та задоволеності спілкуванням, тоді як у студентів із низьким EI виявлялася підвищена конфліктність і напруженість у взаєминах. Це дозволяє стверджувати, що емоційний інтелект виступає значущим психологічним ресурсом гармонізації міжособистісних стосунків та формування сприятливого соціальнопсихологічного клімату студентських груп, забезпечуючи стабільність взаємодії, толерантність, партнерське спілкування і здатність до кооперації.

Отримані результати мають важливе практичне значення, оскільки можуть бути використані у роботі психологічних служб закладів вищої освіти з метою підвищення якості соціальної взаємодії студентів. Доцільним є впровадження тренінгових програм розвитку емоційного інтелекту, спрямованих на формування навичок емоційного усвідомлення, саморегуляції, емпатії, стресостійкості та конструктивного вирішення конфліктів. Такі програми можуть бути рекомендовані для студентів груп ризику, зокрема осіб із низьким рівнем EI, з метою профілактики конфліктності та покращення психологічного клімату навчальних груп. Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні вибірки (залученні студентів різних курсів та спеціальностей), вивченні гендерних відмінностей і ролі зовнішніх чинників (навчальне навантаження, умови соціального середовища), а також у перевірці

ефективності психокорекційних і тренінгових програм розвитку емоційного інтелекту як засобу оптимізації міжособистісних стосунків у студентському середовищі.

Таким чином, мети дослідження досягнуто, поставлені завдання виконано, а гіпотеза щодо впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки студентів підтверджена. Емоційний інтелект обґрунтовано визначено як психологічний чинник соціальної ефективності студентів, що забезпечує конструктивну взаємодію в групі, зниження конфліктності та формування позитивного соціально-психологічного клімату, що є значущим як для психологічної науки, так і для практики вищої освіти.

Отримані результати засвідчують, що розвиток емоційного інтелекту підвищує здатність студентів до емпатійного спілкування, саморегуляції та взаємопідтримки, що сприяє зміцненню згуртованості й психологічної безпеки академічних груп. Встановлені статистично значущі взаємозв’язки між рівнем емоційного інтелекту й показниками міжособистісних взаємин дають підстави розглядати ЕІ як важливий ресурс профілактики міжособистісної напруженості та конфліктів у студентському середовищі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аршава, І. Ф. (2016). *Емоційна стійкість людини і її діагностика*. Дніпро: Видво ДНУ.
2. Бідюк, І. А. (2011). *Гендерна специфіка становлення професійного інтелекту у студентів вищого технічного навчального закладу* (Автореф. дис. канд. психол. наук). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ.
3. Білоус, О. В. (2015). *Вікова психологія*. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка.
4. Бондарчук, О. І. (2003). *Експериментальна психологія*. Київ: МАУП.
5. Варій, М. Й. (2016). *Психологія*. Київ: Центр учбової літератури.
6. Волженцева, І. В. (2018). Особливості психічних станів студентів у процесі навчальної діяльності. У С. Д. Максименка (Ред.), *Проблеми загальної та педагогічної психології* (Т. 10, ч. 1, с. 71–79). Київ: Гнозіс.
7. Гоулман, Д. (2016). *Емоційний інтелект*. Київ: Vivat.
8. Дерев'янко, С. П. (2008). Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах. *Соціальна психологія,* 1(27), 96–104.
9. Дерев'янко, С. П. (2009). *Емоційний інтелект як чинник соціальнопсихологічної адаптації особистості до студентського середовища* (Автореф. дис. канд. психол. наук). Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ.
10. Дерев'янко, С. П. (2011). Розуміння емоцій як раціональний компонент емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки*, 94(1), 144–148.
11. Дерев'янко, С. П. (2019). Активізація розвитку емоційного інтелекту як спосіб оптимізації соціально-психологічної адаптації особистості. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка,* 3(27), 93–98.
12. Дуткевич, Т. В. (2016). *Загальна психологія.* Київ: Центр учбової літератури.
13. Зарицька, В. В. (2010а). Біологічні передумови розвитку емоційного інтелекту. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка*, 12(7), 185–197.

14.Зарицька, В. В. (2010b). *Теоретико-методологічні основи розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки*. Запоріжжя: КПУ.

15.Калошин, В. Ф. (2008). Емоційний інтелект як головний показник ефективності використання людських ресурсів. *Практична психологія та соціальна робота*, 4, 54–63.

16.Калошин, В. (2017). Емоційний інтелект: сутність, необхідність, підхід до визначення. *Управління школою*, 33, 2–16.

17.Корольчук, М. С., & Осьодло, В. І. (2004). *Психодіагностика*. Київ: Ельга; НікаЦентр.

18.Корольчук, М. С. (2009). *Психологія: схеми, опорні конспекти, методики*. Київ: Ельга; Ніка-Центр.

19.Коврига, Н. В. (2003). *Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту* (Автореф. дис. канд. психол. наук). Дніпропетровський національний університет, Дніпро.

20.Кузнєцов, М. А., & Діомідова, Н. Ю. (2017). *Емоційний інтелект як чинник психоемоційних станів студентів в умовах іспиту*. Харків: Діса плюс.

21.Лящ, О. (2008). Фактори розвитку емоційного інтелекту в сучасних підлітків. *Психологічні перспективи*, 12, 49–59.

22.Милославська, О. В. (2011). *Емоційний інтелект як складова комунікативної компетентності студентів*. Харків.

23.Моргун, В. Ф., & Тітов, І. Г. (2009). *Основи психологічної діагностики*. Київ: Слово.

24.Носенко, Е. Л., & Коврига, Н. В. (2003). *Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції*. Київ: Вища школа.

25.Ожубко, Г. В. (2009). *Психологічні засоби формування соціального інтелекту в майбутніх менеджерів* (Автореф. дис. канд. психол. наук). Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Харків.

26.Параскевова, К. Г. (2015). *Емоційний інтелект як чинник регуляції емоційномотиваційної сфери особистості* (Автореф. дис. канд. психол. наук). Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Харків.

27. Перег, І. М. (2023). Психологічне здоров'я здобувачів вищої освіти в умовах війни. У Г. К. Радчук (Ред.), *Аксіопсихологічні вектори розвитку сучасної освіти* (с. 254). Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка.

28. Приймаченко, О. М. (2006). Образ стану емоційно освіченої людини як умова розвитку емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*, 41(2), 96–99.

29. Руденко, С. В. (2008). *Соціальний інтелект як чинник успішності педагогічної діяльності* (Автореф. дис. канд. психол. наук). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ.

30. Савонова, Г. І. (2021). *Розвиток емоційного інтелекту в закладі загальної середньої освіти*. Лисичанськ.

31. Скрипченко, О. В., та ін. (2019). *Вікова та педагогічна психологія* (6-те вид.). Київ: Каравела.

32. Смульсон, М. Л. (2001). *Психологія розвитку інтелекту*. Київ.

33. Ушакова, І. В. (2010). *Психологічні особливості емоційної сфери інтелектуально обдарованої особистості* (Автореф. дис. канд. психол. наук). Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Одеса.

34. Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations. (n.d.). Emotional Quotient Inventory (EQ-i 2.0). *The EI Consortium*. https://www.eiconsortium.org/measures/eqi.html

35. Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations. (n.d.). Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue). *The EI Consortium*. https://www.eiconsortium.org/measures/teique.html

36. Shyron, Y. (2022). Test emotsiinoho intelektu MSCEIT: Opys, validyzatsiia ta adaptatsiia [MSCEIT emotional intelligence test: Description, validation and adaptation]. *Galician Economic Journal (Галицький економічний вісник)*, 74(1), 141–151. https://doi.org/10.33108/galicianvisnyk_tntu2022.01

ДОДАТКИ

Додаток А

Таблиця 1.1. Основні компоненти емоційного інтелекту

Компонент емоційного інтелекту	**Основні функції**	**Приклади практичного застосування**	**Джерела**
Когнітивний	Розуміння власних емоцій, аналіз причин емоційних реакцій, прогнозування наслідків емоційного впливу на поведінку	1. Студент усвідомлює, що перевантаження викликає стрес, і планує час для підготовки до іспиту, щоб уникнути емоційного виснаження. 2. При підготовці до групового проєкту студент прогнозує, як його реакція на критику колег може вплинути на мотивацію групи. 3. Аналіз власних емоцій після конфлікту в групі допомагає скоригувати подальші дії та запобігти повторенню конфлікту.	[7, с. 41–45; 24, с. 18–21]
Емоційний	Розпізнавання емоцій інших людей, розвиток емпатії, інтерпретація невербальних сигналів	1. Студент помічає тривожність колеги під час групового проекту та пропонує допомогу або змінює темп роботи. 2. Під час обговорення складного завдання студент відчуває роздратування в голосі одногрупника і намагається згладити напруженість. 3. Спостереження за невербальною поведінкою нового учасника групи	[7, с. 41–45; 24, с. 18–21]

		дозволяє запросити його до активної участі та створити комфортну атмосферу.	
Регуляторний	Контроль і модулювання власних емоцій, адаптація до соціальних ситуацій, збереження психологічної рівноваги	1. Студент утримує спокій при критиці викладача, конструктивно реагує на зауваження та підтримує продуктивну дискусію в групі. 2. Під час стресової ситуації, наприклад перед іспитом, студент застосовує техніки саморегуляції (глибоке дихання, перерва) для зниження тривожності. 3. В конфлікті між членами групи студент допомагає знайти компроміс, контролюючи власні емоції і враховуючи почуття інших. 4. Студент адаптує свою поведінку під різні стилі комунікації одногрупників, щоб підтримати психологічну стабільність колективу.	[7, с. 41–45; 24, с. 18–21]

Таблиця демонструє основні компоненти емоційного інтелекту – когнітивний, емоційний та регуляторний – із коротким описом їхніх функцій та практичних приклацій у студентському середовищі. Наведені приклади показують, як кожен компонент сприяє формуванню психологічної кліматичності групи, підвищує ефективність комунікації, сприяє адаптації та запобігає конфліктам. Таблиця може слугувати як наочний додаток для розуміння ролі емоційного інтелекту у навчальному колективі.

Додаток Б

Карта ключових понять «Емоційний інтелект та психологічна кліматичність студентських груп»

Центральне поняття: Емоційний інтелект (ЕІ)

- Визначення: Здатність усвідомлювати власні емоції та емоції інших, розуміти їхній зміст і регулювати емоційні стани для оптимальної взаємодії та адаптації [7, с. 41–45; 24, с. 18–21].
- Основні компоненти: когнітивний, емоційний, регуляторний.

Поняття, що пов’язані з ЕІ:

1. Психологічна кліматичність групи o Взаємозв’язок: ЕІ сприяє створенню стабільного, довірливого та

підтримуючого середовища у студентській групі.

o Приклади прояву: кооперативна робота, конструктивне обговорення конфліктів, підтримка стресостійкості колег [22, с. 21–23; 27, с. 254].

2. Адаптація o Взаємозв’язок: ЕІ допомагає студентам адаптуватися до соціальних та

навчальних вимог, зменшуючи тривожність та соціальну дезадаптацію.

o Приклади: інтеграція нових студентів у групу, ефективне реагування на зміни навчальної програми [6, с. 74–76; 13, с. 185–197].

3. Емпатія o Взаємозв’язок: ЕІ формує здатність розпізнавати та розуміти емоційні

стани інших, що підвищує згуртованість та взаємопідтримку.

o Приклади: надання допомоги колегам у навчанні, зменшення соціальної напруженості [7, с. 41–45; 22, с. 21–23].

4. Саморегуляція o Взаємозв’язок: ЕІ забезпечує контроль власних емоцій та поведінки у

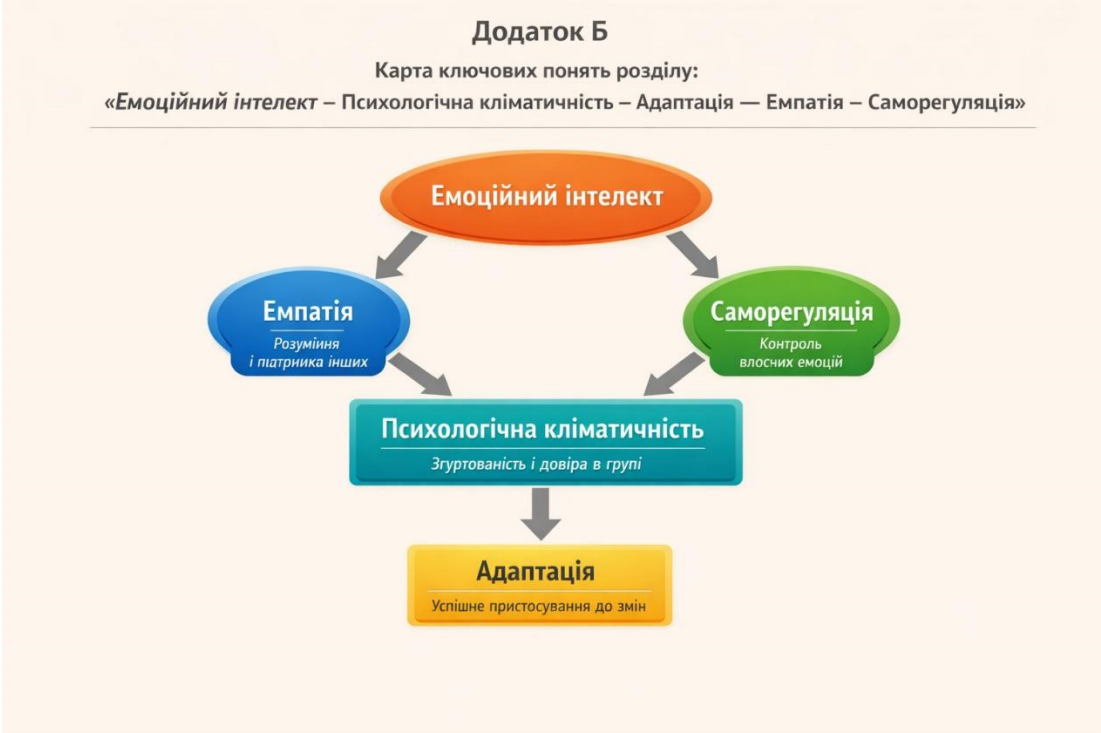
стресових ситуаціях, підтримуючи позитивний клімат у групі.

o Приклади: коректне реагування на критику, управління конфліктами, регуляція напруження під час командної роботи [1, с. 58–61; 19, с. 9–10].

Взаємозв’язок понять:

• Емоційний інтелект → формує емпатію та саморегуляцію → сприяє психологічній кліматичності → полегшує адаптацію → підвищує ефективність навчальної та соціальної взаємодії у студентській групі.

Схематичне відображення:



Ця карта демонструє ключові концепти розділу 1 та їх взаємозв’язки, наочно відображаючи, як розвиток емоційного інтелекту впливає на психологічну кліматичність студентських груп і сприяє успішній адаптації учасників навчального процесу. Карта може слугувати наочним матеріалом для підготовки практичних занять або інтеграції в навчальні програми.

Додаток В

Методика Emotional Quotient Inventory (EQ-i 2.0)

Назва: Emotional Quotient Inventory (EQ-i 2.0)

Автори/розробники: R. Bar-On, адаптована версія EQ-i 2.0 (Multi-Health Systems)

Мета методики: оцінка рівня емоційного інтелекту як сукупності емоційносоціальних компетентностей.

Сфера застосування: психологічні дослідження, консультування, оцінка емоційної компетентності у навчальному та професійному середовищі.

Коротка характеристика: EQ-i 2.0 є стандартизованим опитувальником, що вимірює емоційно-соціальні здібності особистості, пов'язані із саморегуляцією, взаємодією та адаптивністю. Методика дозволяє визначити загальний показник емоційного інтелекту та профіль за ключовими шкалами.

Основні шкали методики (структура):

1. **Самосприйняття** (усвідомлення себе, самооцінка, самоактуалізація)
2. **Самовираження** (вираження емоцій, асертивність, незалежність)
3. **Міжособистісні навички** (емпатія, соціальна відповідальність, стосунки)
4. **Прийняття рішень** (розв'язання проблем, контроль імпульсів)
5. **Стрес-менеджмент** (стресостійкість, оптимізм)
6. **Загальний індекс емоційного інтелекту**

Інструкція для респондента

Вам буде запропоновано твердження, що описують різні емоційні реакції, поведінку та взаємодію з іншими людьми. Уважно прочитайте кожне твердження та оцініть, **наскільки воно відповідає вам**, обравши одну відповідь за шкалою.

Шкала відповідей:

1 – зовсім не характерно

2 – скоріше не характерно

3 – частково характерно

4 – скоріше характерно

5 – повністю характерно

Відповідайте швидко, не пропускайте твердження, не витрачайте багато часу на один пункт.

Бланк відповідей (приклад для оформлення)

ПІБ (шифр):_____Вік:____Стать:____Курс:____Дата: _____

№	1	2	3	4	5
1	☐	☐	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐	☐	☐
…	☐	☐	☐	☐	☐

Обробка та інтерпретація

Результати підраховуються шляхом сумування балів відповідно до ключа шкал. Після підрахунку «сирі» бали переводяться у стандартні значення. **Інтерпретація рівня:**

- низький рівень – недостатній розвиток емоційно-соціальних компетентностей;
- середній рівень – нормативний (типовий) рівень;
- високий рівень – розвинені навички емоційного контролю, емпатії та взаємодії.

Джерело: Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations [34].

Додаток Г

Методика Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue)

Назва: Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue)

Автор: K. V. Petrides

Мета методики: визначення емоційного інтелекту як стабільної риси (емоційної саморегуляції, соціальної компетентності, стійкості та суб'єктивного благополуччя).

Коротка характеристика: TEIQue оцінює емоційний інтелект, тобто стійкі індивідуальні особливості переживання та регуляції емоцій. Методика дозволяє скласти загальний профіль емоційної компетентності особистості.

Основні фактори TEIQue:

1. **Благополуччя (Well-being)**
2. **Самоконтроль (Self-control)**
3. **Емоційність (Emotionality)**
4. **Соціальність (Sociability)**

- **Глобальний показник (Global trait EI)**

Інструкція для респондента

Прочитайте кожне твердження та оцініть, наскільки воно відповідає вашій поведінці та відчуттям. Оберіть один варіант відповіді від 1 до 7.

Шкала відповідей:

1 – зовсім не згоден(на)

2 – не згоден(на)

3 – скоріше не згоден(на)

4 – важко сказати / нейтрально

5 – скоріше згоден(на)

6 – згоден(на)

7 – повністю згоден(на)

Бланк відповідей

ПІБ (шифр): _____ Вік: ____ Стать: ____Дата: _____

№	1	2	3	4	5	6	7

1	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
…	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Підрахунок та інтерпретація

Бали підраховуються шляхом підсумовування відповідей відповідно до ключа, далі розраховується середнє значення по кожному фактору.

Інтерпретація:

- низький рівень – емоційна нестійкість, труднощі саморегуляції та соціальної взаємодії;
- середній рівень – достатній рівень емоційної компетентності;
- високий рівень – сформована емоційна стабільність, емпатійність, розвинені соціальні навички.

Джерело: Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations [35].

Додаток Д

Тест Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT)

Назва: Mayer–Salovey–Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT)

Автори: J. Mayer, P. Salovey, D. Caruso

Тип методики: здібнісний тест (оцінює EI як здатність, а не самооцінку)

Мета: визначення здатності розпізнавати, розуміти й управляти емоційною інформацією.

Коротка характеристика: MSCEIT базується на моделі емоційного інтелекту як здібності. Перевага методики – відносна об'єктивність, оскільки оцінка ґрунтується на виконанні завдань, а не на самоописі.

Структура тесту

MSCEIT включає 4 гілки (branches) емоційного інтелекту:

1. **Сприймання емоцій (Perceiving emotions)** – розпізнавання емоцій у виразі обличчя, зображеннях, ситуаціях.
2. **Використання емоцій (Using emotions)** – застосування емоцій для підтримки мислення та творчості.
3. **Розуміння емоцій (Understanding emotions)** – усвідомлення причин і наслідків емоцій, розуміння переходів емоційних станів.
4. **Управління емоціями (Managing emotions)** – регуляція емоційних станів у власній поведінці та взаємодії з іншими.

Інструкція для респондента

Вам буде запропоновано завдання, у яких потрібно:

- визначити емоції на основі ситуацій, виразів або описів;
- обрати найдоцільнішу реакцію в запропонованій соціальній ситуації;
- встановити логіку розвитку емоційного стану.

Оберіть найбільш правильний варіант відповіді згідно з вашими міркуваннями. Завдання не мають «очевидних» відповідей – важливо бути уважним(ою) та відповідати послідовно.

Бланк відповідей (спрощений формат)

ПІБ (шифр): _____ Вік: ____ Стать: ____Дата: _____

№ завдання	Відповідь
1	____
2	____
…	____

Обробка результатів

Обробка MSCEIT передбачає підрахунок балів за кожною з 4 гілок та визначення загального індексу EI. Після підрахунку результати порівнюються з нормативними значеннями.

Інтерпретація:

- низькі показники – труднощі розпізнавання та регуляції емоцій;
- середні – достатній розвиток емоційної компетентності;
- високі – здатність до ефективного управління емоціями, емпатійності, психологічної гнучкості.

Джерело: Shyron Y. (2022) [36, с. 141–145].

Додаток Е

Форма інформованої згоди респондента

Я, _____, погоджуюсь взяти участь у психологічному дослідженні на тему «Вплив емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки у студентському середовищі».

Мені повідомлено мету дослідження. Я поінформований(а), що участь є добровільною, результати обробляються анонімно та використовуються лише з науковою метою.

Дата _____ Підпис _____