

Міністерство освіти і науки України
Дніпропетровський національний університет
імені Олеся Гончара

Е.Л. Носенко, А.Г. Четверик-Бурчак

**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ДОСЯГНЕННЯ
ЖИТТЄВОГО УСПІХУ**

Монографія

За ред. члена-кор. НАПН України
д-ра психол. наук, проф. Носенко Е.Л.

Київ

«Освіта України»

2016

УДК 159.923 + 159.942

ББК 88.372

Н 81

*Рекомендовано до друку вченою радою
Дніпропетровського національного університету
імені Олеся Гончара
(протокол № 6 від 05.04.2016 р.)*

Рецензенти:

д-р психол. наук, проф.,
зав. кафедри загальної та медичної психології
Дніпропетровського національного університету імені О. Гончара

Аршава І.Ф.;

д-р психол. наук, проф., проф. кафедри практичної психології
Харківського національного педагогічного університету
імені Г.С. Сковороди

Кузнєцов М.А.

д-р психол. наук, проф.,
зав. кафедри загальної та диференційної психології
Південноукраїнського національного університету імені К.Д. Ушинського
Саннікова О. П.;

Носенко Е.Л.

Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху: моногр./
Е.Л. Носенко, А.Г. Четверик-Бурчак. – К.: Вид-во «Освіта України», 2016. –
182 с.

Представлено теоретичне обґрунтування та результати емпіричної перевірки механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність при виконанні провідних життєвих завдань особистості (забезпечення власного суб'єктивного благополуччя; підтримування доброзичливих стосунків із оточуючими, самореалізація та самовдосконалення). Визначено типологію успішності життєдіяльності залежно від рівня сформованості емоційного інтелекту. Доведено можливість оцінки емоційного інтелекту у термінах безперервності переживання людиною психічного здоров'я. Поглиблено уявлення про характер впливу різних компонентів емоційного інтелекту на оптимальність функціонування людини.

Для фахівців у галузі психології, викладачів, аспірантів, наукових співробітників, студентів спеціальності «Психологія».

УДК 159.923 + 159.942
ББК 88.372

ISBN 978-617-7241-81-1

© Е. Л. Носенко, А.Г. Четверик-Бурчак, 2016
© Видавництво «Освіта України», 2016

ВСТУП

Новітні дослідження з проблеми теорій та моделей особистості (G.J. Boyle, G. Matthews, D.H. Saklofske), згідно з якими поряд із стійкими рисами особистості виокремлено так звані нові динамічні контекстуалізовані ознаки особистісної ідентичності, що формуються на перетині: особистості та здібностей (емоційний інтелект); особистості та цінностей (система позитивних чеснот і так званих «сил» характеру); особистості та її переконань (впевненість у суб'єктивній ефективності) тощо сприяли суттєвому розширенню уявлень про особистісні чинники, що можуть потенційно впливати на успішність життєдіяльності людини.

Потенційним чинником-предиктором життєвого успіху є феномен емоційного інтелекту. Диференціація структури емоційного інтелекту, поява моделі здібностей (Дж. Майер, П. Саловей), поглядів на емоційний інтелект як систему особистісних компетентностей (Д. Гоулман), змішаних моделей (Р. Бар-Он, Д.В. Люсін), диспозиційної концепції (Е.Л. Носенко, К.В. Петрідес, Е. Фернхем) зумовили можливість його вивчення як диспозиційної детермінанти успішності у функціонуванні суб'єкта життєдіяльності. Обмеженість підходу до концептуалізації емоційного інтелекту як форми власне інтелекту, існування лише помірних кореляційних зв'язків між емоційним та когнітивним аспектами інтелекту, відсутність об'єктивних критеріїв його виміру, суб'єктивність та культурна забарвленість існуючих інструментальних підходів до його виміру методом максимальних оцінок вказують на необхідність розглядати емоційний інтелект як інтегральну динамічну властивість особистісної ідентичності, що впливає на успішність життєдіяльності людини.

Наразі проблематика досліджень у царині емоційного інтелекту свідчить про його приналежність до широко обговорюваних питань у психології особистості, в яких висвітлюються такі вимоги до оптимального

функціонування людини, як прояви емоційної компетентності, емоційної зрілості, емоційної культури, емоційної креативності (С.В. Бикова, В.К. Вілюнас, Т.С. Кириленко, О.А. Льошенко, С.Д. Максименко, І.Г. Павлова, О.П. Саннікова, О.Я. Чебикін, Ю.Г. Черножук та ін.).

Важливим досягненням у вивченні емоційного інтелекту на відміну від когнітивного (IQ) є його трактування як властивості, доступної цілеспрямованому формуванню впродовж життя. Вищезазначене свідчить про актуальність визначення механізмів емоційного інтелекту, які впливають на успішність життєдіяльності людини.

Отже, актуальність дослідження зумовлена як теоретичними міркуваннями (доцільністю подальшої концептуалізації феномену емоційного інтелекту), так і практичними завданнями, пов'язаними з визначенням особистісних властивостей, на підставі яких можна прогнозувати життєвий успіх суб'єкта життєдіяльності.

Мета дослідження полягає у з'ясуванні механізмів впливу емоційного інтелекту як інтегральної динамічної властивості особистісної ідентичності на успішність виконання людиною провідних життєвих завдань.

Досягнення поставленої мети передбачало такі *завдання*:

1. Запропонувати та перевірити обґрунтованість теоретичного підходу до визначення емоційного інтелекту як інтегральної властивості особистісної ідентичності.

2. Підібрати методичний інструментарій для забезпечення комплексної діагностики форм прояву емоційного інтелекту та ознак його впливу на успішність життєдіяльності людини; перекласти українською мовою англomовну версію новітніх опитувальників «Безперервності психічного здоров'я – коротка форма» та «Шкали соціального благополуччя» автора К. Кіза, здійснити їх психометричну перевірку та апробацію.

3. Емпірично перевірити механізми впливу емоційного інтелекту, залежно від рівнів його сформованості, на успішність життєдіяльності людини, оціненої

як на рівні об'єктивних показників пристосованості до життя, так і на рівні суб'єктивного переживання людиною власного благополуччя.

4. Встановити диференційованість вірогідності впливу компонентів емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості.

Об'єктом дослідження обрано успішність життєдіяльності особистості, *предметом* – механізми впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності людини.

РОЗДІЛ I

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ОСОБИСТІСНИЙ РЕСУРС УСПІШНОСТІ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

Здійснено теоретичний аналіз еволюції поглядів на вирішення проблеми взаємозв'язку інтелекту та емоцій. На підставі існуючих теорій та моделей емоційного інтелекту обґрунтовано доцільність трактування поняття емоційного інтелекту як динамічної інтегральної ознаки особистісної ідентичності, що формується на перетині особистості та здібностей; визначено стан дослідження ролі емоційного інтелекту в зумовленні успішності життєдіяльності особистості.

Дослідження як вітчизняних, так і зарубіжних авторів засвідчують доцільність розгляду успішності життєдіяльності особистості, з урахуванням ефективності виконання людиною провідних життєвих завдань, а саме: а) забезпечення власного благополуччя в процесі життєдіяльності; б) самореалізація; в) підтримування доброзичливих стосунків з оточуючими; г) забезпечення особистісного зростання.

1.1. Еволюція поглядів на вирішення проблеми взаємозв'язку інтелекту та емоцій

Акцентування уваги на дослідженнях різних форм прояву здібностей людини у соціальній та когнітивній сферах її життєдіяльності, трактування цієї проблеми у психологічних концепціях засвідчують її непересічну роль у людинознавстві. Протягом останніх десятиліть у науковій літературі з'явилися нові розробки, присвячені цій проблемі; однією з найбільш значущих серед них сучасні дослідники правомірно вважають теорію емоційного інтелекту [59, 129, 214]. Термін «емоційний інтелект» не є новим у психології, його визначення, як

набору здібностей, було запропоноване у 1990 р. американськими дослідниками Дж. Майером і П. Саловеєм [201]; він швидко увійшов до переліку найбільш поширених понять психологічного тезаурусу. Автори однієї з останніх монографій із цієї проблеми [214] зауважують, що серед психічних явищ, ідентифікованих наприкінці ХХ століття, складно знайти такий феномен, який привернув би до себе таку пильну увагу науковців і представників практичних галузей досліджень, як емоційний інтелект. Сталий інтерес до цього феномену пояснюється його винятковою значущістю для дослідження багатьох проблем психології. На відміну від когнітивного інтелекту (IQ), який, головним чином, зумовлений генетично, емоційний інтелект, як стверджують автори існуючих теорій [129, 150, 200], можна розвивати протягом усього життя, що робить ідею емоційного інтелекту справді демократичною. Витоки концепції емоційного інтелекту як фактору гармонізації особистості сягають часів Античності, за яких проблема взаємозв'язку розуму та почуттів розглядалась у межах філософських знань. Саме філософам Античного світу належить думка про поділ душі на три складники – жаданий, пристрасний і розумовий. Платон відносить розумові задоволення і страждання до чистих, вищих, які аж ніяк не пов'язані з нижчими, тими, які виходять із задоволення потреб організму [78]. Отже, з давніх часів накреслюється розрив між розумовою, емоційною та мотиваційною сферами людини.

Проте ще близько 2300 років тому саме Аристотель, спираючись на власні спостереження за людськими емоціями, які знаходять своє відображення у найрізноманітніших життєвих ситуаціях, зробив психологічно проникливе узагальнення про те, що людина може переживати свої емоції по-різному: або надмірно інтенсивно, або досить невиразно. В обох випадках це однаково негативно впливає на людину. Однак готовність виявити емоції доречно (у певний час і певному місці) щодо об'єктів та людей, які на це справді заслуговують, керуючись при цьому гідними мотивами, виражаючи емоції стримано і, одночасно виразно, – є ознакою чесноти [214]. Таке тлумачення

емоцій вважаємо цілком співзвучним з сучасним визначенням змісту емоційного інтелекту. Незважаючи на те, що у новітніх публікаціях з проблем чеснот емоційний інтелект поки ще не розглядався як вірогідна форма прояву у поведінці людини притаманних їй ознак чеснотності, з таким трактуванням цього феномену можна цілком погодитись.

Отже, на відміну від тих філософів античності, які не виокремлювали почуття в особливу самостійну форму психічного життя, а навпаки об'єднували та підпорядковували їх інтелектуальним процесам [94], Аристотель відводить емоціям важливе місце у людському пізнанні.

Принципово інакше ця проблема розглядалась у гносеології XVII століття. У цей час увага дослідників спрямована на визначення місця почуттів і розуму в процесі пізнання. Виокремлюють два основні напрями досліджень місця розуму і почуттів у пізнанні: емпіричний, що визнає почуттєвий досвід єдиним джерелом знань; раціоналістичний, у межах якого першоосновою логічного обґрунтування науки є розум як джерело пізнання і критерій його істинності[72].

Виразним представником раціоналізму можна вважати Р. Декарта. Емоції він розуміє як особливий вид пристрастей, тісно пов'язаний із вищими психічними процесами та позначені терміном душі. Розвиваючи аристотелівську теорію емоцій, Декарт наголошує на тому, що саме розум є ключем до регуляції емоцій та виділяє функціональні та дисфункціональні аспекти: «Користь пристрастей полягає у єдиному – зміцненні та підтримці в душі думок <...> Шкода ж полягає у тому, що вони підтримують ці думки довше за необхідне, або ж навпаки зберігають ті з них, на яких краще не затримуватись» [35, с. 21].

Представник емпіризму Д. Юм ставить під сумнів існування розуму. Він не протиставляє розум емоціям та не звеличує його над ними, однак припускає вірогідність впливу емоцій на когнітивні процеси. Він наголошує на чуттєвому

змісті ідей, на відміну від раціоналістів, котрі роблять акцент на їх логічну природу [10].

Для філософів Нового часу характерне протиставлення емоцій та розуму. Ця опозиція стає традиційною у філософії декількох наступних століть. Незважаючи на визнання взаємозв'язку інтелектуальної та афективної сфер, мислителі Нового часу відзначають домінування когнітивних функцій над емоціями. Такий погляд на інтелект, як вище утворення щодо почуттів, виявився переважаючим у філософії, а в подальшому – і в психології [72].

Раціоналістичний підхід продовжує впливати на розвиток філософії і в ХХ ст. Однак до середини ХІХ ст. у розвитку західноєвропейської філософії відбуваються серйозні зміни – попереду виступають ірраціоналістичні концепції [55, 78]. Безперечно, переосмислюється раціоналістична концепція – відношення між людиною і навколишньою дійсністю, зміна уявлень про сенс, мету й призначення людської діяльності та пізнання, переусвідомлюється спосіб тлумачення людського мислення і свідомості [94]. Оскільки раціоналістичний підхід зміщує акцент на раціонально-доцільні форми активності людини, то, згідно з ірраціоналістичною концепцією, духовне ототожнюється з несвідомими імпульсами, емоційно-вольовими і морально-практичними структурами суб'єкта. Згідно з цим підходом усі форми раціонального ставлення до світу розглядаються як похідні від первісної, досвідомої основи [78].

Свої зусилля ірраціоналісти спрямовують на пошук емоційно-моральних установок, які слугують для людини орієнтирами в міжособистісних ситуаціях. На зміну суб'єктно-об'єктним відношенням, маніфестованим у раціоналізмі, приходять ірраціоналістичні, згідно з якими на перший план висунено суб'єкт-суб'єктні відношення. Отже, людина розглядається, здебільшого, як суб'єкт спілкування [72].

З огляду на це, констатуємо, що у філософії існує два погляди на тісний зв'язок між емоціями й інтелектом. Раціоналістичний підхід постулює

домінування інтелекту як вищого утворення над емоціями. Його представники дотримуються думки про те, що емоції заважають по-справжньому пізнавати буття й успішно функціонувати індивіду й суспільству в цілому. Ірраціоналісти навпаки зміщують акцент на користь пріоритету афективної сфери. Однак спільною ідеєю у філософській думці є, насамперед, визнання складних, опосередкованих відношень між цими психологічними функціями.

Проблема співвідношення між когнітивною та афективною сферами знайшла подальший розвиток у межах психологічної науки. У вітчизняній психології існують певні теоретичні традиції вивчення складної детермінації психічної діяльності людини на які спираються подальші наукові дослідження з проблеми емоційного інтелекту. Проблема єдності афекту та інтелекту відображена в працях Л.С. Виготського, С.Л. Рубінштейна, О.М. Леонтєва, Б.В. Зейгарник, О.К. Тихомирова [7]. Зокрема Л.С. Виготський відносить емоції людини до сфери психологічного та ізолює їх від царини біологічних інстинктів [17]. Погляди вченого слугували підставою для подальших узагальнень щодо інтелектуальної опосередкованості людських емоцій. Поєднання афективних та когнітивних процесів мислення, єдність розвитку емоцій та мислення, емоційна та мотиваційна регуляція мислення засвідчують думку про те, що емоція є одним із складників мислення. Категорично, однак цілком переконливо звучить твердження вченого: «Хто спочатку відірвав мислення від афекту, той назавжди заклав собі дорогу до пояснення причин самого мислення, оскільки детерміністський аналіз мислення допускає розтин рушійних мотивів думки, потреб та інтересів, спонукань і тенденцій, які спрямовують рух думки в той чи інший бік» [6, с. 80]. Л.С. Виготський називає новоутворення, завдяки якому у людини формується логіка почуттів, узагальнене ставлення до себе та до оточуючих «смісловим переживанням» [18, с. 377]. У зв'язку з цим можна погодитись з трактуванням цього терміну І. М. Андрєєвою, яка розглядає його як близький до поняття «емоційного інтелекту».

Ключові ідеї Л.С. Виготського про взаємозв'язок когнітивних та емотивних процесів отримали подальший розвиток у працях С.Л. Рубінштейна. Він визначав емоційність або афективність особливою стороною пізнавальних процесів, які відображають дійсність. Емоційні процеси, таким чином, не протиставляються пізнавальним процесам, як їх зовнішні компоненти. У формі емоцій маніфестується єдність емоційного й інтелектуального, так само як пізнавальні процеси констатують єдність інтелектуального й емоційного [6]. Будь-яка емоція розглядається С.Л. Рубінштейном як «єдність переживання і пізнання» [80, с. 153]. Інтелектуальний процес, на його думку, неможливий без участі емоцій: «...Судження, яке є основним актом або формою, в якому здійснюється розумовий процес <...>, рідко становить лише інтелектуальний акт. Судження, зазвичай, так чи інакше, насичене емоційністю» [81, с. 331]. Ідеї С.Л. Рубінштейна стосовно цілісності афективної та інтелектуальної сфер можна вважати передумовою оформлення змісту поняття емоційного інтелекту, ідентифікованого лише 26 років тому.

Принципів взаємозв'язку афекту та інтелекту дотримувався у своїх роботах і О.М. Леонтьєв. Він доводить існування афективної регуляції мислення, вводить поняття особистісного смислу, тобто індивідуалізованого відображення суб'єктом значення тих чи інших подій та явищ у сфері свідомості. Особистісні смисли створюють упередженість людської свідомості. Роботи вченого значно вплинули на подолання виключно інтелектуального тлумачення свідомості [8].

Спираючись на погляди Л.С. Виготського, для якого думка формується з мотиваційної сфери свідомості, що охоплює потреби і інтереси й спонукання, афекти й емоції людини, Б.В. Зейгарник розглядала мислення як процес невідривний від мотивів, прагнень, настанов та почуттів, тобто від свідомості особистості загалом. Дотримуючись концепції особистісного смислу О.М. Леонтьєва, Б.В. Зейгарник зауважила, що значущим для людини є те, що набуло сенсу в процесі життєдіяльності. Істотність ознаки і властивості,

важливість самого предмета або явища залежать насамперед від змісту, якого вони набувають для людини. У різних життєвих ситуаціях явища, предмети, події набувають різного сенсу для особистості, незважаючи на те, що знання про них залишаються однаковими. Зміна ж емоцій, поява сильних афектів, на думку вченої, відбивають зміни значення предметів та їх властивостей для конкретної людини. Предметно-об'єктивна сторона значення та смислове відношення до світосприйняття формують гармонійну єдність [6].

Емпіричне підтвердження теоретичного положення про єдність інтелекту та афекту, сформульоване Л.С. Виготським, отримало розвиток у дослідженнях, проведених під керівництвом О.К. Тихомирова [91]. Уперше було здійснено експериментальне вивчення «інтелектуальних емоцій», які, з одного боку, – беруть участь в активному пошуку та перетворенні наявної ситуації, з іншого, – пов'язані з результативними компонентами діяльності [16]. Він стверджує, що зв'язок емоцій із процесом мислення виявляється саме через емоційні стани, які регулюють мислення, виконують евристичні функції [6]. Концепція О.К. Тихомирова доводить існування не тільки дифузної активності в емоційній сфері особистості, а й емоційної регуляції когнітивних процесів. До необхідних умов продуктивної інтелектуальної діяльності автор відносить як емоційну активацію, так і емоційну регуляцію розумової діяльності [91].

Важливий внесок у становлення поняття емоційного інтелекту зроблено дослідниками емоційності [59, 66, 70, 71, 83, 85]. Зокрема у роботах Й. Пацявичюса, визначено роль індивідуально-стійких особливостей емоційності як детермінанти саморегуляції діяльності та самооцінки її організації. Роботи О.П. Саннікової [83, 84, 85] присвячені вивченню емоційності як системної властивості особистості. Вона обґрунтувала континуально-ієрархічну модель емоційності, дослідила її роль в успішності професійної діяльності та регуляції спілкування. Емоційний образ людини розглядається як сполучення п'яти дискретних модальностей: «радість», «гнів», «страх», «сум», «спокій». О.П. Саннікова вивчала зокрема співвідношення

стійких індивідуально-типових особливостей емоційності й формально-динамічних параметрів комунікабельності. Емоційність, на її думку, є інтегральним утворенням, що слугує системотвірним чинником у структурі особистості та її професійних здібностей [85]. Як певну передумову досліджень емоційного інтелекту можна розглядати запропоноване О.П. Санніковою і Є.А. Кісельовою вивчення психологічної проникливості [59, 83]. Психологічна проникливість розглядається як пов'язана зі стійкими ознаками емоційності складна властивість особистості, що адекватно відображає внутрішній психологічний світ іншої людини та виявляється у вмінні швидко і точно складати судження про оточуючих, їх переживання, стани, риси особистості [83].

Стійкий зв'язок між афективними та когнітивними процесами простежено у роботах А.В. Брушлинського. Дослідник наголошував на властивості емоцій перешкоджати або ж сприяти мисленню. Взаємодію між емоційними й когнітивними процесами, на його думку, варто називати взаємопроникливими, а кожен образ, уявлення, поняття має свій емоційний потенціал [14].

Досліджуючи емоційні здібності О.О. Бодальов збагатив уявлення про міжособистісний компонент емоційного інтелекту, висунувши ідею приналежності окремих суб'єктів до особливої соціальної обдарованості, яка виявляється через єдність інтелектуальних, емоційних і комунікативних здібностей, становить психологічну основу успішності їхньої комунікації з оточуючими [8].

Отже, поняття «емоційний інтелект» визрівало й у радянській та пострадянській психології, відобразилось у таких термінологічних сполуках: «сміслові переживання», «узагальнення переживань», «інтелектуалізація афекту», «інтелектуальні емоції». Як стверджував А.В. Брушлинський, виявити відношення між емоціями й когніціями можна за умови створення поняттєвого апарату, який уможлиблює ідентифікацію комплексних одиниць

виміру феномену. Мова йде про так звані «інтерпроцесуальні поняття», одним із яких і є «емоційний інтелект» [8].

У зарубіжній історії вивчення емоційного інтелекту на перетині ХХ-ХХІ століть Дж. Майер виділяє п'ять періодів (Рис 1.1) [170].

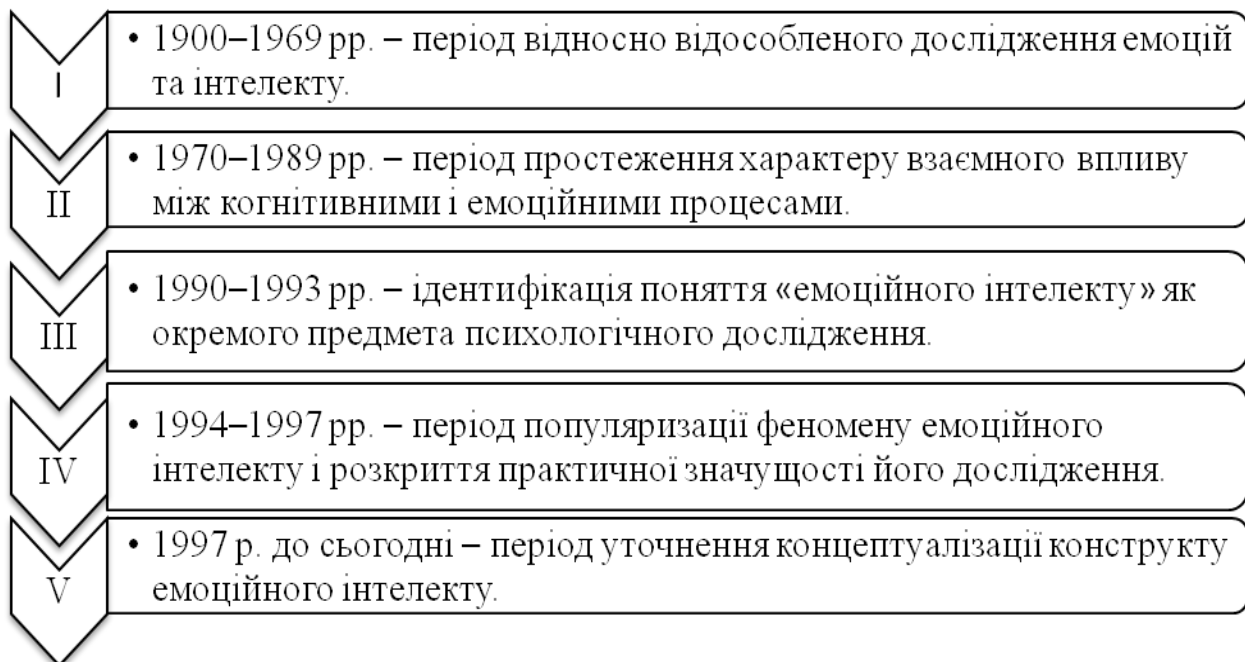


Рис. 1.1 Періодизація розвитку поглядів на феномен емоційний інтелекту у зарубіжних дослідженнях

Перший період пов'язаний з формуванням тестологічного підходу до розуміння природи та структури інтелекту, його взаємозв'язку з індивідуальними особливостями. Цей період відзначається виникненням і розвитком тестів логіко-математичного і вербального інтелекту та початком вивчення соціального інтелекту. Однак концепція інтелекту залишається виключно когнітивною [5].

Дослідження емоцій у цей період в основному пов'язані з розв'язанням проблеми стосовно первинності фізіологічних реакцій чи емоцій. Емоції розглядаються як ірраціональна сила, що справляє руйнівний вплив на діяльність людини, знижуючи її ефективність [59].

Однак навіть на ранньому етапі розвитку психології мислення вчені визнають, що мислення людини включає в себе емоційні компоненти. Аналізу взаємозв'язків між когнітивними і афективними процесами присвячені дослідження філософа і психолога Г. Мейера. Він поділяє мислення на два види: логічне, що ґрунтується на судженнях, та емоційне, у якому першоаспектними є потреби почуття і волі [6]. Особливістю «емоційного мислення», згідно з уявленнями автора, є його практична спрямованість, для якої пізнання слугує лише побічним засобом [91].

На початку ХХ ст. Е. Торндайк зробив вагомий внесок у становлення емоційного інтелекту, висловивши припущення про існування одного з аспектів прояву сучасного феномену емоційного інтелекту – соціального інтелекту. Під соціальним інтелектом він вважав здатність людини розуміти інших у процесі міжособистісної взаємодії та спілкування, діяти розумно у стосунках з оточуючими [74]. Е. Торндайк вводить цей аспект прояву інтелекту у визначення IQ – коефіцієнта інтелекту [59].

Подальше вивчення інтелекту пов'язане з ім'ям Д. Векслера та його ієрархічною моделлю, що складається з трьох рівнів: 1) загального інтелекту; 2) «групових факторів» (невербального та вербального інтелекту); 3) специфічних факторів [212, 213]. Зазначена модель передбачає існування окремих видів мислення, складників загального інтелекту, що відрізняються від традиційного IQ. Автор наполягав на введенні неінтелектуальних аспектів загальних здібностей у IQ, до яких він відносив, окрім загальної працездатності психіки, її афективно-регулятивні компоненти.

Паралельно з вивченням структури інтелекту розвивались уявлення про природу емоцій. Значний внесок у становлення поняття емоційного інтелекту зробила поява когнітивно-фізіологічної теорії С. Шехтера. Згідно з цією теорією емоції становлять продукт взаємодії фізіологічних реакцій та когнітивної оцінки ситуації, що її викликала. Якість емоції, її модальність залежать не від відчуття фізіологічного збудження, а від оцінки індивідом

ситуації, опосередкованої актуальними потребами та інтересами. Вчений дослідив зв'язок емоційних процесів з пам'яттю та мотиваційною складовою [6].

Ідеї продуктивної взаємодії емоційних і когнітивних процесів знайшли своє відображення у дослідженнях, проведених наприкінці 1970–1980 рр. [8]. Зокрема вчені L.B. Alloy та L.Y. Abramson простежили вплив проявів депресії на реалістичність мислення [113, 114]. Визначенню взаємозв'язку емоційної лабільності та креативності – присвячені роботи Дж. Майєра [177], вивченням здатності до емоційної саморегуляції займався Е. Issen [154]. Дослідники продемонстрували взаємозв'язок настрою та суджень: негативні емоції детермінують негативні думки, які, у свою чергу, посилюють інтенсивність емоційних переживань. Позитивні ж емоції стимулюють активізацію позитивних думок [154, 177].

У цей час вчені висловлюють положення про емоції як одну з підсистем свідомості. У межах когнітивних теорій емоції розглядаються як комплекс відповідей, зумовлених когнітивними процесами, як функція розуму [6]. Так, у когнітивній концепції Р. Лазаруса кожна емоція – відповідь, що складається з трьох підсистем: сигнальних змінних; оцінної підсистеми; когнітивної реакції, мімічних виявлень та інструментальних реакцій [30].

Однією з передумов оформлення змісту феномену емоційного інтелекту можна вважати введення у клінічну практику поняття «алекситимії», як стану, полярно відмінного від стану людини з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту. У своєму першому визначенні алекситимія характеризується критично низьким рівнем вербальної ідентифікації емоцій та їх зовнішньої експресії [208].

У структурі соціального інтелекту дослідники Дж. Гілфорд і М. Саллівен виокремлюють: здатність розуміти наслідки поведінки; здатність до розуміння невербальної інформації; здатність розуміти зміст слів залежно від характеру міжособистісної взаємодії; здатність розуміти логіку складних ситуацій

взаємодії [54]. Н. Marlowe до компонентів відносить: соціальні вміння, емпатію, просоціальні установки, соціальну тривожність і рівні емоційної чутливості [166].

Значним проривом у становленні емоційного інтелекту як сучасного психологічного феномену стала публікація монографії Г. Гарднера «Frames of mind» [145]. Автором було обґрунтовано необхідність перегляду традиційних поглядів на емоційний інтелект. Він висловив припущення, що успішність життєдіяльності людини детермінована не одним, загальним типом інтелекту, а множинністю форм його прояву. До них належать: 1) вербальний інтелект; 2) логіко-математичний інтелект; 3) просторовий інтелект; 4) кінестетичний інтелект; 5) музичний інтелект; 6) міжособистісний інтелект; 7) внутрішньоособистісний інтелект [146, 147]. Цінність кожного окремого складника інтелекту, на думку вченого, визначається суспільними нормами, які заохочують чи не заохочують розвиток вищезазначених інтелектуальних здібностей [6]. Г. Гарднер детально визначив поняття «емоційний інтелект» і репрезентував його у двох формах: міжособистісній і внутрішньоособистісній. Під міжособистісним емоційним інтелектом він запропонував розглядати здатність людини розуміти інших, усвідомлювати мотиви їхньої поведінки та ставлення до роботи, обирати шляхи ефективної співпраці з оточуючими. Під внутрішньоособистісним емоційним інтелектом він розумів властивість людини, спрямовану на себе – здатність формувати точну, адекватну модель власного «Я» та використовувати її для ефективної життєдіяльності. У подальшому зазначені визначення були уточнені та доповнені: внутрішньоособистісний інтелект – здатність людини розуміти власні почуття, їх витоки, і на цій підставі здійснювати регуляцію власної поведінки; міжособистісний інтелект – здатність адекватно розпізнавати настрій, вияви темпераменту, мотиви та прагнення оточуючих та відповідним чином реагувати на них [59].

Систематичні дослідження спонукали Р. Стернберга повернутися до ідеї соціального інтелекту, раніше ідентифікованої Е. Торндайком. Р. Стернберг запропонував триєрархічну модель інтелекту, що складається з компонентного, практичного і контекстного типів інтелектуальних здібностей [67]. Компонентний інтелект визначається мисленнєвими процесами, на яких ґрунтується виконання завдань та поділяється на компоненти, що відповідають за оволодіння знаннями та засвоєння нових фактів; компоненти, відповідальні за способи виконання завдань; мета-когнітивні компоненти, відповідальні за відбір способів вирішення завдань та спостереження за досягненням мети. Практичний інтелект – це спроможність людини переробляти нову інформацію з подальшою автоматизацією отриманих вмінь та навичок. Контекстний інтелект Р. Стернберга виявляється в практичному керуванні повсякденними справами, включає в себе здатність швидко пристосовуватись до нових умов, ефективно перетворювати навколишнє середовище для задоволення своїх потреб [74].

У 1985 р. Р. Бар-Он вводить до наукового обігу поняття «коефіцієнт емоційності» та пропонує засіб його вимірювання (EQ-i) [124].

Незважаючи на тривалу історію розвитку проблеми взаємозв'язку афекту та інтелекту, перше посилання на термін емоційного інтелекту з'явилося у назві дисертаційної роботи В.Л. Пейна лише у 1986 році [72]. Виокремлюючи емоційний інтелект серед інших форм інтелекту, він підкреслював: «Факти, значення, істини, взаємозв'язки тощо емоційного інтелекту – це все те, що існує в сфері емоцій. Таким чином, почуття є фактами. Значення є відчуттям значення; істини є емоційними істинами; взаємозв'язки є міжособистісними взаємозв'язками. І проблеми, які ми вирішуємо, – це емоційні проблеми, розв'язуючи які, ми переживаємо почуття» [6, с. 88].

Передумовою виникнення «змішаних моделей» емоційного інтелекту І.М. Андрєєва [5] пропонує розглядати концепцію самоефективності А. Бандури [120]; теорію самоактуалізації А. Маслоу [168]; клієнтцентровану

терапію К. Роджерса [99], у яких проголошується значущість навичок людей усвідомлювати свої здібності і ефективно керувати своєю поведінкою відповідно до знань про сильні й слабкі сторони своєї індивідуальності.

Увагу К. Роджерса, головним чином, були сконцентровано на дослідженні факторів оптимального функціонування людини, серед яких він називає усвідомлення власних глибинних почуттів, завдяки яким людина здатна залишатись конгруентною, знаходитись у гармонії з власним «Я» [62].

Згідно з концепцією А. Маслоу, розвитку самоактуалізації сприяють інтенсивні переживання, названі автором «піковими» [99].

А. Бандура описує психологічне функціонування людини у термінах безперервних взаємовпливів бихевіоральних, когнітивних і середовищних факторів. Центральна роль в організації та регулюванні діяльності належить когнітивним компонентам [99].

В одній з попередніх появи концепції емоційного інтелекту статей Дж. Майер і П. Саловей стверджували, що вплив емоційних явищ на пізнання регулюється і опосередковується особистістю. Отже, вони вказували на існування певного комплексу індивідуальних здібностей або рис, які відповідають за те, наскільки вплив емоційних явищ стане конструктивним або деструктивним для людини [6].

Ідентифікація феномену емоційного інтелекту як окремого предмету психологічних досліджень пов'язана з його першим визначенням, запропонованим у дослідницькій роботі Дж. Майера і П. Саловея [201], яку можна розглядати як подальший розвиток концепції Г. Гарднера. У своїх роботах [170, 172, 173, 175, 176, 177, 178, 201] автори здійснюють детальне трактування структурних компонентів емоційного інтелекту. Розробка методичного інструментарію для його оцінки, з урахуванням побудованої теоретичної моделі здібностей, сприяє появі перших емпіричних доказів валідності концепції емоційного інтелекту.

Дж. Майер та П. Саловой стверджують, що емоційний інтелект є одним із основних видів інтелекту та операціоналізували його як розумову здібність, пов'язану з IQ. Вони постулюють єдність інтелекту та афекту, проголошену у роботах вітчизняних вчених (Л.С. Виготський, С.Л. Рубінштейн, Б.В. Зейгарник та ін.). Дослідники застосовують окремі методи для його вимірювання, що складаються із завдань з правильними та неправильними відповідями («MSCEIT» та його модифікації). Методом факторного аналізу виділено загальний фактор емоційного інтелекту – «gei», який охоплює три субфактори: емоційну перцепцію, розуміння і управління емоціями. Альтернативою слугує чотирьохфакторна модель, до якої крім зазначених входить субфактор – фасилітація мислення. Авторами проаналізовано зв'язок загального фактору емоційного інтелекту з іншими його видами, зокрема – вербальним. Встановлені вікові особливості формування рівня емоційного інтелекту: його збільшення між раннім підлітковим віком і ранньою дорослістю [6]. Емоційний інтелект розглядається як «когнітивна здібність міркувати про емоції і використовувати емоції для поліпшення розумової діяльності, включає здатності точно розмежовувати емоції, викликати емоції для сприяння мисленню, розуміти емоції і емоційні знання, усвідомлено регулювати емоції, що сприяє емоційному й інтелектуальному зростанню» [6, с. 89].

Початок етапу популяризації феномену пов'язують з публікацією книги Д. Гоулмана «Емоційний інтелект» [148]. Автор відводить емоційному інтелекту значене місце у зумовленні успішності життєдіяльності людини, важливіше, порівняно з традиційним IQ, який на його думку, прогнозує лише 10–30 відсотків ефективності професійної діяльності. Популяризація феномену зумовлена проголошеною можливістю його цілеспрямованого розвитку впродовж всього життя, що зробило ідею емоційного інтелекту дійсно демократичною.

П'ятий період становлення поняття емоційного інтелекту характеризується множинністю поглядів на визначення його структури,

інтеграцією існуючих поглядів на його природу, дослідженням його зв'язку з емоційною компетентністю, емоційною зрілістю, емоційною культурою, креативністю та іншими феноменами психології особистості [8, 45, 100]. Виникають нові моделі та методи вимірювання емоційного інтелекту [46, 195], продовжується розробка програм його цілеспрямованого розвитку [129]. Одночасно, популяризація феномену значно ускладнює орієнтацію у проблемному полі конструкту, сприяє появі моделей та підходів до його виміру, що не відповідають вимогам наукової парадигми [6].

Становлення поняття емоційний інтелект є результатом розвитку уявлень про взаємозв'язок когнітивної та афективної сфер особистості: диференціації уявлень про емоції як підсистему свідомості, визначення їх мотиваційного потенціалу; розширення уявлень про інтелект, оформлення ідеї множинності його проявів; обґрунтування ідеї та взаємодії емоційних та інтелектуальних процесів [6].

Незважаючи на актуальність досліджень проблеми взаємозв'язку між когнітивними і афективними процесами, у вітчизняній і зарубіжній психології вона досі залишається не достатньо розробленою.

1.2. Підходи до тлумачення змісту поняття «емоційний інтелект», його моделі, види та структура

Концепції, у яких емоційний інтелект розглядається як *набір здібностей*, малочисельні, однак вони успішно використовуються для розробки об'єктивних тестів емоційного інтелекту. Першою і найбільш відомою теоретично й емпірично розробленою моделлю емоційного інтелекту як набору здібностей, є концепція Дж. Майера, П. Саловея та Д. Карузо (1990 р.) [201]. Автори визначили емоційний інтелект як здатність сприймати і усвідомлювати свої та чужі почуття і емоції, розрізняти їх, користуватися цією інформацією для фасилітації мислення і діяльності [201]. Структура емоційного інтелекту в

ранньому варіанті моделі передбачала три види здібностей. По-перше, ідентифікація та експресія емоцій, що поділяються на два компоненти, один з яких спрямований на свої, а інший – на чужі емоційні стани. У свою чергу, перший компонент охоплює вербальний і невербальний субкомпоненти, а другий – субкомпоненти невербального сприйняття емоцій та емпатію. По-друге, це регуляція емоцій, що також двокомпонентна: управління своїми емоціями та емоціями і почуттями інших людей. І, нарешті, це здатність використовувати емоційну інформацію в мисленні і діяльності, що охоплює такі структурні одиниці: гнучке планування, креативність, перемикання уваги та мотивацію [8].

У подальшому ця концепція доопрацьовувалася та уточнювалася [173, 175, 179, 183, 184, 202]. У новому варіанті моделі здібностей (табл. 1.1). увага акцентувалася на тому, що емоції містять інформацію про зв'язки людини з її оточуючими і об'єктами навколишнього світу, які не тільки сприймаються, а й уявляються [173]. Зміна зв'язків з іншими людьми і предметами змінює емоції, пережиті у зв'язку з цим.

Згідно з уявленнями авторів про структуру емоційного інтелекту, перелічені компоненти утворюють ієрархію та послідовно розвиваються в онтогенезі. Так здатність сприймати і виражати емоції є необхідним базисом, який породжує емоції для розв'язання конкретних завдань. Ці дві здібності мають процедурний характер і становлять основу здатності до розуміння подій, що передують емоціям; і подій, що є їх наслідками. Усі три вищезазначені здібності необхідні для внутрішнього керування власними емоціями і для успішного впливу на зовнішнє середовище, що призводить до регуляції власних і чужих емоційних станів [7].

Для оцінки емоційного інтелекту Дж. Майером, П. Саловеєм та Д. Карузо була створена методика MSCEIT (Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test), побудована як об'єктивний тест інтелекту, що охоплює два субтести на кожен «гілку» емоційного інтелекту авторської концепції [178].

Структура емоційного інтелекту (модель здібностей)

(за Е.Л. Носенко, Н.В. Ковригою)

Рефлексивна регуляція емоцій	Розуміння та аналіз емоцій	Фасилітація мислення за допомогою емоцій	Сприйняття, оцінювання та вираження емоцій
Здатність залишатись відкритим позитивним та негативним почуттям	Здатність розпізнавати емоції, розуміти різні форми їхньої експресії	Емоції можуть сприяти мисленню, якщо за їхньою допомогою забезпечується пріоритетна увага до важливої інформації	Здатність ідентифікувати власні емоції, що супроводжують фізичний стан, почуття та думки
Здатність рефлексивно включатись чи утримуватись від оцінювання інформативності чи корисності емоцій	Здатність інтерпретувати зміст, який передають емоції, урахувавши ситуативні фактори	Емоції, доступні для розуміння, можуть свідомо породжуватись як форма підтримки висновків або засіб покращення запам'ятовування подій, що викликають певні почуття	Здатність ідентифікувати емоції інших людей у творах мистецтва, якщо вони виражені вербальними засобами, мімікою та поведінкою
Здатність рефлексивно регулювати емоції (свої та оточуючих), роблячи при цьому висновки, настільки зрозумілі, типові, адекватні ці емоції у конкретній ситуації	Здатність розуміти змішані почуття (любви та ненависті; страху та здивування)	Емоційні перепади настрою, які спричиняють перехід від оптимістичного до песимістичного погляду на події, свідчать про можливість свідомого регулювання власних емоцій, формування відповідних ставлень до них	Здатність виражати емоції, відповідно до ситуації, формулювати потреби, які пов'язані з цими емоціями
Здатність керувати власними емоціями та емоціями інших людей	Здатність розпізнавати переходи між емоціями	Емоційні стани по-різному впливають на формування підходів до розв'язання проблем	Здатність розпізнавати адекватні та неадекватні виявлення емоцій

Окрім чотирьохкомпонентної моделі Дж. Майера, П. Саловея та Д. Карузо існують інші визначення емоційного інтелекту як здібності. Зокрема, К.Р. Ширер [203] пропонує визначення емоційного інтелекту через оцінку точності сприйняття емоційних подій та комунікативну здібність (ефективне аудіювання та мовлення). Р.Д. Лейн [161] робить припущення про те, що усвідомлення і словесне вираження емоції мають вирішальне значення для виживання людини. На його думку, низький рівень емоційного інтелекту пов'язаний з труднощами в експресії емоційних переживань.

Крім класичної моделі здібностей, розроблено *змішані моделі* емоційного інтелекту. Вони визначаються різноманітністю і вирізняються набором особистісних властивостей, покладених в основу їх розробки. У змішаних моделях емоційний інтелект розглядається як сукупність когнітивних, особистісних та мотиваційно-вольових рис, характеристик самосвідомості та соціальних навичок, завдяки яким вони тісно пов'язані з адаптацією до реального життя та з процесами подолання стресу [122].

Історично на цю групу концепцій найбільше вплинули когнітивні теорії емоцій, з одного боку, і позитивна психологія – з іншого.

Модель компетентностей Д. Гоулмана.

Серед змішаних моделей емоційного інтелекту набула значної популярності концепція Д. Гоулмана після виходу його бестселера «Емоційний інтелект» [148]. Згідно з цією концепцією, емоційний інтелект – це «здатність людини тлумачити власні емоції і емоції оточуючих з тим, щоб використовувати отриману інформацію для реалізації власних цілей» [148, с. 23]. Цю концепцію можна вважати змішаною, оскільки вчений включає до складу емоційного інтелекту різні за своєю природою, структурою і функціями компоненти. У своїй книзі автор виокремлює такі його складники: а) знання власних емоцій, що охоплюють процеси ідентифікації і найменування емоційних станів, розуміння взаємозв'язків, що виникають між емоціями,

мисленням і діями; б) управління емоціями – контроль над емоціями і заміна небажаних емоційних станів адекватними; в) мотивацію – як здатність входити в емоційні стани, що сприяють досягненню успіху; г) здатність розпізнавати емоції в інших людей, бути чутливим до них і керувати емоціями інших; г) підтримка стосунків, здатність вступати в міжособистісні стосунки з іншими людьми і підтримувати їх.

Структура емоційного інтелекту у моделі Д. Гоулмана характеризується ієрархічністю, оскільки ідентифікація емоцій є передумовою можливості керування ними. Водночас з цим, одним із аспектів керування емоціями є вміння продукувати необхідний для досягнення успіху емоційний стан. Зазначені здібності, спрямовані на оточуючих, детермінують наступну, четверту – вміння налагоджувати доброзичливі стосунки.

Як зауважує І.Н. Андрєєва, пізніше Д. Гоулман допрацював чотирьохкомпонентну структуру емоційного інтелекту [8]. Він виділив чотири сфери компетентностей, до яких віднесено: а) самосвідомість, яка охоплює характеристики адекватної самооцінки, емоційної самосвідомості та впевненості у собі; б) самоконтроль, що включає контроль над емоціями, відкритість, адаптивність, жагу до перемоги, ініціативність та оптимізм; в) соціальну чутливість та форми її прояву: співпереживання, ділову обізнаність, запобігливість; г) керування відносинами з оточуючими людьми, що виявляється у прагненні надати їм допомогу у самовдосконаленні, сприяти змінам, ефективно вирішувати конфліктні ситуації, стимулювати командну роботу і співпрацю, надихати та здійснювати вплив на оточення.

Прикметно, що Д. Гоулман передбачає необхідність уточнення та зміни зазначеної структури емоційного інтелекту залежно від категорії людей (їхньої професійної належності), для яких її застосовують.

Д. Гоулман стверджує, що єдність інтелекту та емоцій необхідна для успішної діяльності керівника, однак відводить когнітивному складнику другорядну роль. Емоції мають більшу силу і, в разі небезпеки, емоційні

центри, зокрема лімбічна система, підпорядковують собі усю розумову діяльність [72].

Для оцінки емоційного інтелекту Д. Гоулманом та його колегами було розроблено опитувальник емоційної компетентності (Emotional Competence Inventory) для організацій. Опитувальник заповнюють власноруч досліджуваний, а також до п'ятнадцяти його колег. Необхідно зауважити, що методика Д. Гоулмана вимірює швидше компетентність у лідерстві, ніж емоційний інтелект. Її застосування є обмеженим, оскільки вона вузько спрямована на сферу менеджменту.

Змішана модель Р. Бар-Она

Канадський клінічний психолог Р. Бар-Он [120] запропонував власну модель емоційного інтелекту (рис. 1.2) і засіб вимірювання коефіцієнта емоційного розвитку (EQ - Emotional Quotient) як альтернативу до показника когнітивного інтелекту (IQ), який у подальшому набуває поширення [125]. Згідно з його теорією, емоційний інтелект становить «множинність некогнітивних здібностей і навичок, що впливають на можливості індивіда успішно долати перешкоди і тиск з боку оточення» [122, с. 378].

Спочатку опитувальник було розроблено для емпіричної перевірки авторської концепції детермінант позитивного психологічного благополуччя (емоційного здоров'я). Поступово вчений розвинув теоретично еkleктичний і багатофакторний підхід до емоційного інтелекту, що уможливило операціоналізацію та кількісну оцінку складно взаємопов'язаних концепцій емоційного інтелекту і психологічного благополуччя. Зазначена анкета вимірює п'ять сфер компетентності, структурних компонентів моделі емоційного інтелекту Р. Бар-Она.

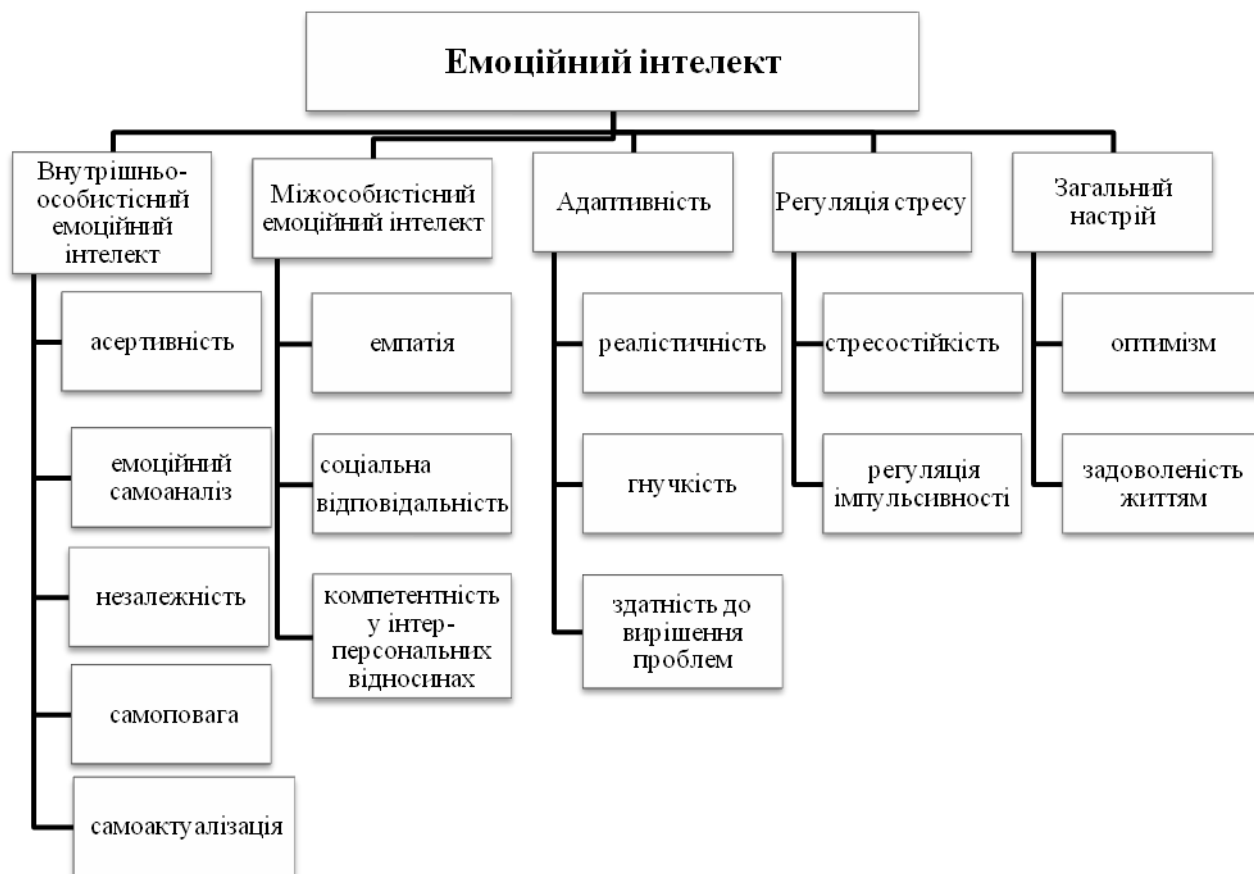


Рис. 1.2. Структура емоційного інтелекту (модель Р. Бар-Она)

Прикметно, що виокремлюючи структурні елементи змішаної моделі емоційного інтелекту, Р. Бар-Он спирався на власний професійний досвід та теоретичний аналіз існуючої літератури. Емпіричного обґрунтування щодо виокремлення зазначених складових елементів отримано не було.

Окремо треба відзначити *диспозиційну модель емоційного інтелекту*, запропоновану англійськими дослідниками К.В. Петрідесом та Е. Фернхемом [196]. Вони наголошують на існуванні певних особистісних рис, безпосередньо пов'язаних із емоційним функціонуванням особистості (табл. 1.2).

**Аспекти виявлення диспозиційного емоційного інтелекту людини (модель
К. В. Петрідеса та Е. Фернхема)**

Аспекти виявлення	Високі рівні виявлення емоційного інтелекту свідчать про те, що людина
Адаптивність	сприймає себе гнучкою, готовою адаптуватися до нових умов життєдіяльності
Асертивність	є прямолінійною, відвертою, має бажання захищати права інших людей
Усвідомлення власних емоцій та емоцій інших людей	здатна чітко сприймати власні емоції і почуття та емоції інших людей
Емоційна експресія	вміє адекватно передавати у комунікаційному акті свої почуття іншим людям
Регулювання емоцій інших людей	впливає на почуття інших людей
Емоційна саморегуляція	контролює власні емоції
Низький рівень імпульсивності	не піддається імпульсивним спонуканням
Стосунки з іншими людьми	підтримує доброзичливі й здорові особистісні стосунки з іншими людьми
Самооцінка	відчуває себе успішною і впевненою
Самотивація	мотивована на досягнення, демонструє низьку ймовірність втратити впевненість у разі виникнення ускладнень
Соціальна обізнаність	має високі соціальні здібності
Управління стресом	вміє протистояти тиску і регулює стрес
Емпатія як риса	готова співчувати іншій людині
Щастя як риса особистості	відчуває радість і задоволення власним життям
Оптимізм як риса	впевнена і готова бачити світлі аспекти життя у першу чергу.

Дослідники розглядають емоційний інтелект як рису особистості, спираючись на конструкт «емоційної самоефективності», який визначається через впевненість людини у притаманності їй ознак емпатії, асертивності, соціального та внутрішньоособистісного інтелекту, емоційного інтелекту як здібності. Як і традиційні риси особистості емоційний інтелект, на думку авторів, репрезентує стиль поведінки та досвіду, який має контекстуалізований характер [196]. Автори диспозиційної моделі емоційного інтелекту визнають суб'єктивність емоційного досвіду особистості.

К.В. Петрідес і Е. Ферхнем [196], описуючи емоційний інтелект, використовують не тільки набір пов'язаних з емоційною сферою самоусвідомлених здібностей, запропонованих відомими дослідниками проблеми Дж. Майером і П. Саловеєм, а також наголошують на необхідності враховувати його диспозиційні компоненти, розташовані на найнижчому рівні ієрархії особистості. У межах досліджень диспозитивної теорії емоційного інтелекту знайдено кореляції між вимірюванням диспозицій за п'ятифакторною моделлю й емоційним інтелектом [196].

У монографії українських дослідників Е.Л. Носенко і Н.В. Ковриги [59] також знаходимо важливі емпіричні дані щодо статистично значущих зв'язків між показниками емоційного інтелекту та п'ятьма диспозиційними рисами особистості, зокрема: додатного кореляційного зв'язку з доброзичливістю, екстраверсією, відкритістю новому досвіду і сумлінністю та від'ємного зв'язку з нейротизмом.

У вітчизняній психології відома змішана концепція емоційного інтелекту, розроблена Д.В. Люсіним [47, 48]. Він розглядає зв'язок емоційного інтелекту з індивідуальними особливостями особистості інакше. Одне з перших визначень емоційного інтелекту, запропонованих автором, проголошувало, що «емоційний інтелект – це здатність до розуміння як власних, так і чужих емоцій і управління ними» [48, с. 40]. У своїх подальших роботах автор зазначив, що здатність розуміти емоції означає те, що людина:

- здатна розпізнавати емоцію, тобто встановлювати сам факт існування емоційного переживання у себе або у іншого індивіду;
- може ідентифікувати емоцію, тобто встановити, яку саме емоцію відчуває сам індивід або інша людина, знайти для неї словесне вираження;
- розуміє причини, що викликали цю емоцію, і наслідки, до яких вона призведе.

Здатність до керування емоціями означає, що людина:

- може контролювати інтенсивність емоцій, насамперед регулювати надмірно сильні емоції;
- здатна контролювати зовнішні прояви емоцій;
- може, у разі необхідності, довільно викликати ту чи іншу емоцію.

Оскільки обидва зазначені компоненти можуть бути спрямовані на власні емоції і на емоції інших людей, на думку автора, можна говорити про внутрішньоособистісний та міжособистісний компоненти в емоційному інтелекті. Ця думка частково збігається з теорією Д. Гоулмана. Зокрема, це стосується особистісних навичок, що визначають способи управління собою, і навичок соціальних – здібностей, що визначають способи управління стосунками між людьми. Згідно з концепцією Люсіна, не можна трактувати феномен емоційного інтелекту як виключно когнітивну здатність за аналогією з просторовим або вербальним інтелектом [47]. Можна зробити припущення, що здатність до розуміння емоцій та управління ними тісно пов'язана із загальною спрямованістю особистості на емоційну сферу, тобто з інтересом до внутрішнього світу людей (у тому числі і до свого власного), схильністю до психологічного аналізу поведінки і цінностей, що приписуються емоційним переживанням. Відповідно, емоційний інтелект можливо описати як конструкт з подвійною природою, пов'язаний як з когнітивними здібностями, так і з особистісними характеристиками. На думку Д.В. Люсіна [47], емоційний інтелект – це психологічне утворення, сформоване протягом людського життя під впливом чинників, наочно представлених на рис.1.3.



Рис. 1.3. Фактори, що впливають на становлення емоційного інтелекту
(за Д. Люсіним)

Д.В. Люсін, як і його попередники, пропонує власну методику, спрямовану на діагностику емоційного інтелекту – «ЕмІн» [46].

Е.Л. Носенко та Н.В. Коврига [59] відзначають існування *ієрархічної структури рівнів сформованості емоційного інтелекту*. Автори розглядають емоційний інтелект як емоційну розумність, що виконує стресозахисну та адаптивну функції, і через них визначають успіх життєдіяльності людини. Це відбувається залежно від емоційного ставлення людини до світу, інших людей та самого себе.

Емоційний інтелект характеризує людину як особистість і виявляється в єдності його внутрішніх та зовнішніх характеристик. Внутрішнє в емоційному інтелекті взаємодіє із зовнішнім в актах життєдіяльності. Провідною ознакою цього процесу є внутрішня мотивація емоційного реагування, де ініціюючим та регулюючим чинником виступає «Я» людини, а результуючим – поведінка. Звідси опосередкування емоційного інтелекту з боку онтології та феноменології суб'єкта життєдіяльності. У якості онтологічних ознак дослідники пропонують розглядати складники «Великої п'ятірки»: сумлінність, відкритість новому досвіду, емоційну стійкість, доброзичливість (окрім екстраверсії/інтроверсії) [187].

До можливих зовнішніх операціональних аспектів виявлення емоційного інтелекту автори відносять конгруентність/неконгруентність особливостей зовнішнього прояву емоцій, які супроводжують емоційний процес, емоційній забарвленості їх чинників; частотність проявів емоційних процесів, умови їхнього виникнення; модальність емоцій та їхню інтенсивність [59].

Зокрема встановлено, що суб'єкти з більш високим рівнем емоційного інтелекту, оціненим за допомогою відповідних тестів, характеризуються наявністю в їхньому досвіді реального спілкування меншої відсоткової частки, порівняно із суб'єктами з низьким рівнем емоційного інтелекту, так званих «безпредметних» емоцій (тобто емоцій, чинники появи яких вони не можуть усвідомити), меншої інтенсивності переживання емоцій, а також нижчого рівня виявлення імпульсивності у реагуванні на емоціогенні подразники. Численні емпіричні дані свідчать про опосередкованість реагування на емоціогенні подразники мисленням, тобто про наявність в емоційному інтелекті саме інтелектуального складника [57].

Автори відзначають, що відображенням внутрішніх детермінант емоційного інтелекту у свідомості людини є переживання психологічного благополуччя. У зв'язку з цим формується позитивне ставлення людини до себе – форма внутрішньої оцінки людиною себе та свого місця у світі, яка тісно пов'язана з самооцінкою. Таким відображенням є і вибір людиною стратегій подолаючої поведінки [59].

Як вже зазначалось, Е.Л. Носенко та Н.В. Коврига тлумачать термін «емоційний інтелект» через поняття «розумність», посилаючись на роботу «Психологія життєвого успіху» [76], автори якої стверджують, що «розумність не тільки підіймає нас над нашими пристрастями та слабкостями, а й допомагає скористатися нашими перевагами, талантами та чеснотами» [76, с. 23].

Насправді саме ці особливості значуще пов'язані зі змістом емоційного інтелекту, серед аспектів виявлення якого фігурує здатність людини долати власні пристрасті та підійматись над ними; користуватися перевагами,

талантами та чеснотами, тобто активізувати себе на виявлення власного особистого потенціалу.

Дослідники репрезентували рівневу структуру сформованості емоційного інтелекту [59], яка виявляється залежно від характеру його внутрішніх опосередковуючих компонентів.

Емоційне реагування на впливи з боку оточуючого середовища при низькому рівні сформованості емоційного інтелекту здійснюється за механізмом умовного рефлексу, тобто на сенсорно-перцептивному рівні усвідомлення ситуацій, з переважанням зовнішніх компонентів емоційного інтелекту над внутрішніми, на низькому рівні її усвідомлення, при низькому виявленні самоконтролю з високою ситуативною зумовленістю [57].

Довільне здійснення зовнішньої активності на підставі уявлень (мислення), із застосуванням певних волевих зусиль є характерним для помірною рівня розвитку емоційного інтелекту. У свідомості це відбивається на рівні емоційних переживань; переважанні внутрішнього над зовнішнім; високому рівні виявлення самоконтролю.

Суб'єкти з середніми показниками емоційного інтелекту поєднують вибір копінг-стратегії, орієнтованої на вирішення завдання зі стратегією емоційного реагування, з відбиттям на рівні відчуттів психологічного благополуччя, позитивного ставлення до себе як суб'єкта життєдіяльності та спілкування. Для цього рівня сформованості емоційного інтелекту характерним є також і високий рівень самооцінки. Це особливе усвідомлення суб'єктом власного емоційного інтелекту [57].

Найвищий рівень сформованості емоційного інтелекту опосередковує розвиток внутрішнього світу людини. Він ґрунтується на наявності у суб'єкта відповідних настанов щодо можливих особисто для нього альтернатив поведінки в конкретних ситуаціях життєдіяльності. Вони відображають індивідуальну систему цінностей суб'єкта, яка чітко усвідомлена ним.

Активність підпорядковується уявленням людини про характер реагування у подібних ситуаціях життєдіяльності, засвідчуючи наявність у неї системи знань про розумну особистісну поведінку.

Такий етап розвитку емоційного інтелекту визначається гармонійною узгодженістю внутрішнього та зовнішнього завдяки звільненню від безпосередніх ситуаційних вимог. Поведінка суб'єкта мотивується не зовнішніми обставинами, а зсередини. Самоконтроль має інтернальний локус, і людина у зовнішній поведінці виявляє помірний рівень сенситивності до можливих емоціогенних подразників та інтенсивності реагування на них. Самооцінка суб'єкта із зазначеним рівнем емоційного інтелекту – висока за усіма аспектами її прояву.

Людина відчуває високий рівень психологічного благополуччя як форми відображення у свідомості оцінювання адекватності своєї поведінки уявленню про те, як її треба здійснювати розумно, у гармонії з іншими людьми. У цьому виявляється стресозахисна і адаптивна функції емоційного інтелекту [59].

І.М. Андрєєва пропонує інтегративну модель емоційного інтелекту (табл. 1.3).

Згідно з інтегративною моделлю, емоційний інтелект також має ієрархічну структуру, яка включає *інтелект індивіда* (емоційний інтелект як «можливість»); *інтелект суб'єкта діяльності* (інтегративний емоційний інтелект як когнітивно-особистісне утворення); і *інтелект особистості* (інтегративний емоційний інтелект у взаємозв'язку з іншими особистісними властивостями) [8].

**Рівні інтегративної моделі емоційного інтелекту та результати
їхнього розвитку (за І.М. Андрєвою)**

Рівні емоційного інтелекту	Зміст рівня	Результати розвитку емоційного інтелекту
<i>Інтелект індивіда</i>	Задатки для розвитку емоційного інтелекту (властивість функціональної системи): успадковані задатки загального інтелекту та темпераменту (пластичність, темп, активність та емоційність)	Потенційні «можливості» для розвитку здібності до розуміння емоцій та керування ними, тобто функціональні властивості, які до включення у діяльність залишались латентними
<i>Інтелект суб'єкта діяльності</i>	Емоційний інтелект як інтегральне когнітивно-особистісне формування, що включає інструментальний та індивідуально-особистісний (рефлексивний) емоційний інтелект	Емоційна компетентність, що сприяє ефективності діяльності у системі «людина-людина».
<i>Інтелект особистості</i>	Емоційний інтелект у системі його взаємозв'язків з особистісними характеристиками, що сприяють просоціальній поведінці	Система стійких взаємозв'язків емоційного інтелекту з рисами особистості (емоційною креативністю, адаптивністю, самоприйняттям та прийняттям оточуючих, комунікабельністю, інтернальністю, емоційною комфортністю)

Вивчення вітчизняної та зарубіжної літератури з проблеми дослідження емоційного інтелекту продемонструвало, що на сьогодні існує декілька підходів до концептуалізації поняття емоційний інтелект, які відображають

загальнонаукову тенденцію постмодерністських підходів у науці до так званого інтегрального аперспективізму (множинності поглядів, плюралістичності пізнання), як необхідної умови подальшого прогресу в психології. Спільною ознакою у визначенні емоційного інтелекту є розуміння цього конструкту як здатності до ідентифікації, розуміння емоцій і управління ними. У всіх концепціях емоційного інтелекту наголошується на міжособистісному і комунікативному контекстах: у них не просто стверджується думка про єдність афекту й інтелекту, а й акцентується увага на необхідності забезпечення цієї єдності для ефективного спілкування між людьми.

Поняття емоційного інтелекту нове, тому багато питань залишаються відкритими. Однак існуючі відомості з проблеми уможливають розгляд емоційного інтелекту як насправді надзвичайно важливої інтегральної, динамічної, контекстуалізованої властивості особистісної ідентичності, яка реалізується через здібності розуміти емоції, узагальнювати їхній зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних стосунках, регулювати емоції так, щоб сприяти через позитивні емоції успішній когнітивній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню, досягненню успіху.

На підставі вищерозглянутої характеристики емоційного інтелекту можна з високою мірою ймовірності припустити, що наявність у людини такої властивості особистісної ідентичності сприяє збереженню її здоров'я як фізичного, так і психічного, досягненню нею статусу суб'єктивного, психологічного та соціального благополуччя.

1.3. Стан дослідження ролі емоційного інтелекту в зумовленні успішності життєдіяльності особистості

У сучасній психології особистості можна знайти чимало спроб відповісти на риторичне запитання Г. Олпорта, одного з провідних дослідників ХХ століття у цій галузі знань, яким повинен бути психологічний життєопис людини [58]. Активність пошуків відповідей на це запитання цілком зрозуміла: вона передусім зумовлена його визначальною актуальністю для адекватного пояснення і прогнозування відмінностей у поведінці різних осіб за однокових умов життєдіяльності та окремої особи у різних умовах. З'ясування цих відмінностей дозволить дати відповіді на запитання: чому одні індивіди виявляють активну життєву позицію і досягають високого рівня життєвого успіху, у тоді ж як в інших – виникають ускладнення під час виконання тих чи інших життєвих завдань.

Простежуючи розвиток людини як суб'єкта життєдіяльності, вчені активно застосовують такі категорії, як «життєвий шлях», «життєдіяльність», «життєвий простір», «життєва ситуація», «життєві завдання», «життєтворчість», що знаходяться в одному смисловому ряду, але відбивають взаємодоповнюючі ознаки процесу здійснення життєдіяльності. Одним із засновників вивчення цих категорій є Б.Г. Ананьєв, який досліджував концепції життєвого шляху. На його думку, життєвий шлях людини складається із послідовності подій, які формують її як особистість і як суб'єкт діяльності у конкретному культурно-історичному просторі. Він розглядав поняття «життєвий шлях» у контексті успішності реалізації індивідом своїх життєвих цілей, планів, в ракурсі провідної лінії життя [3].

Ідеї «людинознавства» Б. Г. Ананьєва отримали подальший розвиток у наукових роботах інших учених: К.О. Абульханової-Славської, А.В. Брушлинського, В.М. Дружиніна, С.Д. Максименка, Т.М. Титаренко,

В.О. Татенка та ін. У межах цього напрямку психологи активно досліджують динаміку розвитку особистості як суб'єкта життєдіяльності (Б.Г. Ананьєв, К.О. Абульханова-Славська та ін.), суб'єктності особистості (С.Л. Рубінштейн, А.В. Брушлинський, В.А. Петровський, В.О. Татенко та ін.), самоактуалізації людини (А. Маслоу, Л.О. Коростильова, Д.О. Леонтьєв та ін.), пошуку та набуття індивідуального смислу життя (Б.С. Братусь та ін.).

Введення у психологічний тезаурус вищезазначених категорій дає змогу сприймати людину як цілісну систему, яка перебуває у постійному розвитку.

Поняття життєдіяльність в психології відбиває суспільну сутність діяльності. Визначення життєдіяльності як предмета вивчення психології особистості, на думку К.О. Абульханової-Славської, дозволяє подолати обмеженість абстрактного вивчення особистості, її властивостей і структур [1]. У своїх роботах, присвячених аналізу особистості, автор виходить із поняття життєдіяльності, «у якому відбивається весь спектр детермінацій і суспільний характер індивідуальної життєдіяльності» [2, с. 23]. При цьому індивідуальна життєдіяльність розглядається не як самодостатня структура, а включена в суспільну життєдіяльність, зумовлена суспільним способом матеріального і духовного виробництва, а також характерним для даного етапу суспільного розвитку способом відтворення людини, особистості [2].

Б.Г. Ананьєв розглядає спілкування, пізнання та конкретну практичну діяльність як основні форми взаємовідносин людини з реальністю, які знаходять свою системну інтеграцію у життєдіяльності людини [4].

Цього положення дотримується у своїх роботах і К. О. Абульханова-Славська. У цілісному процесі життєдіяльності, на думку автора, відбувається поєднання особистістю її різних діяльностей, вибудовується їх супідрядність, особистісне наповнення. «Життєдіяльність індивіда реально складається з пізнання, спілкування і праці» [2, с. 26].

Проблеми психології суб'єкта при вивченні життєдіяльності стали об'єктами досліджень таких вчених: Б.Ф. Ломов, А.В. Брушлинський та ін. [14, 44]. Зокрема Б.Ф. Ломов, розвиваючи проблему «суб'єкта» в психології, відзначав, що у пошуках відповіді на запитання «суб'єкт чого?» вивчається в психології, мова йде про суб'єкт *життєдіяльності*. На думку автора, життєдіяльність є тією умовою, на підставі якої людина формується і розвивається як суб'єкт [44]. «Оскільки людина є суб'єктом життєдіяльності, вона є «носієм» психіки (і свідомості). Тому і шлях наукового пізнання сутності психічних процесів повинен проводитися в напрямі вивчення життєдіяльності людини» [44, с. 144]. Автором виокремлено такі сфери або сторони життєдіяльності людини, які найбільш доцільно вивчати в межах психологічної науки: праця (предметно-практична діяльність), пізнання і спілкування.

Питання щодо характеру впливу емоційного інтелекту на мінливість поведінки людини у різних життєвих ситуаціях, яку неможливо віднести до загального інтелекту й диференційних особистісних відмінностей, привернуло увагу науковців з моменту введення терміну «емоційний інтелект» до психологічного тезаурусу.

Великий інтерес викликало твердження про зв'язок між емоційним інтелектом і здоров'ям людини, а також питання про те, чи можливо розглядати емоційний інтелект як основу для прогнозування успішності професійної кар'єри, гармонійних стосунків з оточуючими і академічних успіхів людини. Позитивне висвітлення цих аспектів уможливило висновок про те, що емоційний інтелект становить потенційний об'єкт впливу на розвиток особистості.

Простежуючи зв'язок між емоційним інтелектом та здоров'ям людини, дослідники стверджують, що він прогнозований із психологічним здоров'ям. Високий рівень міжособистісного емоційного інтелекту асоціюється зі здатністю людини регулювати свій настрій і контролювати стрес. Це

уможливило його корелювання зі щастям і позитивними емоціями. Наявність розвинених компонентів емоційного інтелекту сприяє захисту людини від депресії і тривоги. Міжособистісний емоційний інтелект з високим ступенем ймовірності також пов'язаний із розширенням сфери соціалізації людини і якістю її міжособистісних стосунків, які асоціюються з психологічним здоров'ям. Окремі емпіричні дослідження підтверджують існування таких зв'язків [62].

Дані нещодавнього мета-аналітичного дослідження [204], проведеного за участю 7 898 досліджуваних віком від 11 до 51 року, свідчать про наявність зв'язку емоційного інтелекту з ознаками фізичного, психологічного та психосоматичного здоров'я. Зокрема, результати кореляційного аналізу зв'язку емоційного інтелекту з показниками медичного статусу та фізичного функціонування, тривожністю та депресією, психосоматичними проявами виявились значущими на рівні $p \leq 0.05$ ($r = 0.22$; $r = 0.23$; $r = 0.31$, відповідно).

Порівняльне мета-аналітичне дослідження А. Martins, N. Ramalho, E. Morin (2010) підтвердило прогностичну валідність та стабільність зв'язку емоційного інтелекту зі здоров'ям особистості на вибірці у 19 815 досліджуваних [167]. Результати дослідження виявили більш тісний кореляційний зв'язок між емоційним інтелектом та здоров'ям за умови його оцінки як риси особистості ($r=0.34$), порівняно з його оцінкою як здібності ($r=0.17$). Крім того було встановлено, що показники коефіцієнту кореляції між емоційним інтелектом та психічним ($r=0.36$) і психосоматичним ($r=0.33$) здоров'ям вищі, порівняно з кореляційними зв'язками зі здоров'ям фізичним ($r=0.27$).

У дослідженні D. H. Saklofske, E. J. Austin and P. S. Minski (2003) доведено від'ємний кореляційний зв'язок між емоційним інтелектом та психологічним дистресом, самотністю та депресією [199].

На підставі існуючих досліджень можна констатувати, що високий рівень емоційного інтелекту сприяє протидії до ризикованих видів поведінки.

Наприклад, встановлено, що високий рівень емоційного інтелекту, з одного боку, пов'язаний з бажанням шукати допомогу в соціальному оточенні під час вирішення особистісних емоційних проблем, з іншого – з усвідомленням необхідності протидіяти тиску з боку навколишнього середовища [214]. Важливі аспекти вивчення цієї проблеми знайшли своє відображення у роботах С.В. Бикової. Вона дослідила психологічні характеристики осіб із різним типом схильності до ризику та визначила специфіку схильності до нього в осіб з різною емоційною диспозицією [11, 12].

Розглядаючи емоційний інтелект як ресурс для подолання стресових ситуацій, автори стверджують, що він потенційно виконує роль стабілізуючого фактора, що сприяє підтримці психосоціальної адаптації в умовах дії стресогенних факторів. Дослідження, проведене Е. J. Austin (2005) серед студентів коледжу [119], виявили кореляційний зв'язок між низьким рівнем емоційного інтелекту та вживанням наркотиків, алкоголю та девіантною поведінкою.

У дослідженні Е.Л. Носенко та Н.В. Ковриги встановлено, що емоційний інтелект асоціюється з проблемно-орієнтованою стратегією стресоподання і негативно пов'язаний з емоційно-орієнтованим подоланням стресу. Було знайдено також позитивні зв'язки емоційного інтелекту з локусом контролю [57].

Здібності, пов'язані з емоційним інтелектом, сприяють адекватній ідентифікації і експресії внутрішніх емоційних та психічних станів людини, встановленню їх зв'язків із конкретними ситуаціями і спрямовуванню своєї подальшої поведінки на переживання позитивних емоцій та внутрішнє регулювання негативних емоційних станів. Зазначені аспекти, що сприяють виявленню емоційного інтелекту, підтверджують припущення щодо існування в ньому стресозахисного потенціалу [62].

Так, схильність емоційно нерозумних індивідуумів до гальмування проявів емоції, як наголошують деякі дослідники проблеми, сприяє розвитку

психосоматичних симптомів та запальних процесів в організмі людини [115, 137]. Висловлюються припущення, згідно з якими низький рівень емоційного інтелекту розглядається як підґрунтя для розвитку клінічних розладів. На думку окремих авторів, недостатній рівень контролю імпульсивності спричиняє такі розлади: клептоманію, піроманію, імпульсивну агресивність, аутоагресію, порушення соціальної поведінки [57, 108, 152, 169, 185, 193, 197, 214].

Також існують припущення, згідно з якими низький рівень емоційної розумності сприяє порушенням у сфері соціальних зв'язків через відсутність мотивації та відповідних здібностей для встановлення близьких стосунків із оточуючими (аутизм, синдром Аспергера) [153, 192, 214]. Незважаючи на те, що цей аспект ще не знайшов достатньо широкого висвітлення в емпіричних дослідженнях, висловлюються перспективні ідеї щодо психотерапевтичної цінності розвитку емоційного інтелекту.

В окремих дослідженнях було доведено, що емоційний інтелект позитивно пов'язаний з якістю життя, що ґрунтується на показниках задоволеності життям. Встановлено зв'язок між емоційним інтелектом із розгалуженістю соціального оточення людини та задоволеністю соціальними аспектами життєдіяльності [128, 139]. Дослідження, проведене серед студентів коледжів, продемонструвало, що показники високого рівня емоційного інтелекту корелюють з емпатією та меншою кількістю конфліктів, більш тісною взаємодією з однолітками. Це свідчить на користь того, що емоційний інтелект пов'язаний з якістю соціальної взаємодії. Подібним чином дослідження підлітків з високим рівнем емоційного інтелекту засвідчує їхню здатність успішно керувати емоціями інших людей, що потенційно захищає їх від негативних емоцій, пов'язаних зі сферою міжособистісного спілкування.

Потенційний вплив емоційного інтелекту на успішність соціального функціонування виразно простежується на прикладі його диспозиційних компонентів. Зокрема, емоційно нестійкі індивідууми схильні до негативних емоційних станів (соціальної тривоги, сором'язливості), що впливає на

соціальну та когнітивну сфери особистості. Автор біологічної моделі особистості Р.Д. Сорт [136] пов'язує таку схильність з чутливістю до покарання, зумовлену функціонуванням фундаментальних мозкових систем. За даними вченого для таких індивідуумів властиві низькі показники задоволеності стосунками з оточуючими та шлюбними стосунками зокрема. Крім того, є дані, що засвідчують існування додатних кореляційних зв'язків між рівнем нейротизму та ймовірністю розлучення у подружньої пари. Емоційна нестабільність призводить до вразливості соціальним стресам, оскільки нейротизм пов'язаний з неадекватно сильними емоційними реакціями на незначні зовнішні подразники. Здебільшого це зумовлено ірраціональними переконаннями, сприйняттям стимулів навколишнього середовища як джерел ризику, що призводить до захопленості людини ідеями потенційних загроз та особистої вразливості. Згідно з деякими дослідженнями, нейротизм пов'язується з погіршенням стану здоров'я людини, що ймовірно зумовлено порушеннями у функціонуванні імунної системи в результаті дії стресогенних чинників [215].

Екстраверсія – інтроверсія визначають рівень комунікабельності. Екстраверти виявляють більшу соціальну активність порівняно з інтровертами. Вони схильні до високого рівня вербальних соціальних навичок та вмінь. Соціальна самовпевненість дозволяє таким індивідуумам побудувати широку мережу соціальних зв'язків [214]. За даними О.П. Саннікової [84], активність у спілкуванні характерна для людей з позитивними емоційними диспозиціями, у тоді ж як як низький вид комунікативної активності, що виявляється в уникненні широкого кола міжособистісних контактів, пов'язується зі схильністю до переживання негативних емоцій.

Добротичливість як диспозиційний компонент емоційного інтелекту, характеризує індивідуумів, схильних до альтруїзму та співпраці з оточуючими. Індивідууми з низькими показниками доброчливості, навпаки характеризуються прохолодністю та черствістю у стосунках. Подібно до

екстраверсії, доброзичливість пов'язана з порівняно високим рівнем задоволеності соціальними відносинами. Високий рівень доброзичливості сприяє міжособистісній кооперації та взаємній лояльності [214]. Результати дослідження D.S. Berry і J. Sherman-Hansen, отримані шляхом кодування відеозаписів з розмовами людей, засвідчують зв'язок рівня доброзичливості з такими невербальними соціальними навичками як виявлення інтересу до співрозмовника. Це значно підвищує якість соціальної взаємодії [127].

Простежуючи розвиток досліджень емоційного інтелекту в сфері освіти, можна стверджувати практичну перспективність цього напрямку. Ідеї, пов'язані з необхідністю формування емоційного інтелекту під час надання освітніх послуг, дещо випереджають інтерес до цього конструкту в інших сферах суспільної практики.

Зусилля у цій галузі спрямовані на розвиток мотивації до навчання, на оволодіння навичками контролю імпульсивної поведінки та конструктивного вирішення проблем, які виникають у навчальній діяльності; на формування соціальних навичок командної роботи, уникнення антисоціальної поведінки тощо. На сучасному етапі розвитку суспільства в умовах, коли підвищується кількісний показник порушень в емоційній та соціальній сферах життя дитини, шкільні психологи, частіше за психологів в інших сферах діяльності, відчують необхідність практичного застосування досягнень у напрямку вивчення емоційного інтелекту.

Автори сучасних досліджень проблеми розглядають емоційний інтелект як особистісний ресурс зниження інтенсивності переживання стресу індивідуумами в процесі їхньої академічної діяльності [164, 188, 189, 193, 206]. Вивчення зв'язку емоційного інтелекту та академічної успішності студентів знайшли своє висвітлення у публікаціях Дж. Паркера зі співавторами [188, 189], які продемонстрували, що академічно успішні студенти демонструють вищий рівень розвитку компонентів емоційного інтелекту від тих однолітків, які не володіють такими високими досягненнями у навчанні. Ці дослідження свідчать

про важливість поширення ідей формування емоційного інтелекту як ресурсу успішної адаптації людини до різноманітних ситуацій життєдіяльності. Висловлюються активні заклики щодо внесення окремих компонентів навчальних курсів з основ емоційного інтелекту до програм початкового шкільного навчання, що знаходять своє практичне застосування у зарубіжних навчальних закладах [215]. Це сприятиме формуванню психологічного благополуччя учнів і здійсненню ранньої корекції низького рівня розвитку емоційних здібностей.

Останні пошукові дослідження, проведені серед дітей початкових шкіл, продемонстрували необхідність приділяти більше уваги розвитку соціальних і емоційних якостей [215]. Цікаві аспекти вивчення емоційного інтелекту виникають також стосовно дітей, які визнані академічно обдарованими. Вирішується питання про необхідність спеціальних програм навчання для таких дітей, чи навпаки доцільності їх навчання у звичайних умовах разом з однолітками [205]. Висловлювалося припущення, що емоційний інтелект значно впливає на успішність дітей, і тому питання про підвищення рівня емоційного інтелекту учнів, як додаткового ресурсу забезпечення академічної успішності, є доречним.

Питання про роль емоційного інтелекту в сфері професійної діяльності активно обговорюється в літературі [11, 101, 112, 126, 206, 207, 214]. Твердження Д. Гоулмана, згідно з яким когнітивний інтелект (IQ) зумовлює лише 10 – 30 відсотків професійного успіху, змусило науковців спрямовувати свої дослідження для з'ясування некогнітивних параметрів його детермінації.

Дослідження S. Cote та С.Т.Н. Miners (2006) свідчать, що емоційні здібності, певною мірою, навіть компенсують недостатній рівень когнітивних здібностей при оцінці результативних показників професійної діяльності [138]. Цій проблемі присвячена серія монографій, у яких наголошується на важливій ролі емоційного інтелекту в сфері самоактуалізації особистості. Зараз проводиться активна робота щодо створення тренінгових програм,

спрямованих на підвищення рівня емоційного інтелекту безпосередньо в сфері професійної діяльності [8, 127]. Існують всі теоретичні підстави вважати, що індивідууми з високим рівнем емоційного інтелекту схильні відчувати більшу задоволеність самоактуалізацією порівняно з емоційно нерозумними особами, оскільки вони краще регулюють власні емоції, здатні підтримувати доброзичливі стосунки з оточуючими, що уможливорює мінімізацію впливу стресу на робочому місці. Нещодавні дослідження, проведені K. S. Law et al. (2004), продемонстрували зв'язок емоційного інтелекту з результативністю професійної діяльності [162]. Було знайдено кореляційний зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та оцінкою успішності виконання завдання керівником. З огляду на це, доцільно враховувати рівень сформованості емоційного інтелекту на етапах підбору персоналу, особливо у сфері надання послуг. Крім того, деякі теоретичні та емпіричні дослідження пов'язують високий рівень емоційного інтелекту з більшою задоволеністю працею.

Існує велика кількість публікацій [129, 151, 162, 206, 207, 214], в яких емоційний інтелект пов'язують зі здібністю будувати продуктивні стосунки з колективом та можливістю формувати сприятливий робочий клімат. Подібні теоретичні моделі потребують належної емпіричної перевірки, однак деякі дослідження свідчать на користь підтвердження цього положення: знайдено зв'язок емоційного інтелекту з альтруїзмом, поступливістю та орієнтацією на потреби клієнта, з міжособистісною чуйністю та просоціальною спрямованістю особистості, з готовністю до змін та ефективними стилями розв'язування конфліктів, із задоволеністю робочим колективом та спілкуванням зі співробітниками, відданістю кар'єрі тощо.

Перспективним є розгляд емоційного інтелекту з погляду його ролі у забезпеченні успішності лідерської діяльності. Протягом останніх десятиліть емоційні та соціальні здібності проголошуються центральними компонентами ефективного лідерства. Вивчення впливу емоційного інтелекту на лідерські якості розглядається через його зв'язок з трансформаційним стилем лідерства.

Він охоплює такі характеристики: 1) харизма та чітке бачення майбутнього; 2) інтелектуальне стимулювання – заохочення підлеглих до креативного мислення та ефективного вирішення проблемних ситуацій; 3) індивідуалізація рішень – урахування індивідуальних розбіжностей працівників, делегування повноважень, стимулювання навчального досвіду співробітників та забезпечення поважного ставлення до них. У дослідженнях А.С. Петровської [72] доведено зв'язок між емоційним інтелектом та результативними і процесуальними характеристиками управлінської діяльності. На підставі проведеного аналізу стильових уподобань керівника виявлено кореляційний зв'язок емоційного інтелекту з рівнем ефективності управлінської діяльності. Як стверджує А.С. Петровська, емоційний інтелект мінімізує ймовірність вибору попускального стилю як найменш ефективного, і при цьому забезпечуючи вибір оптимального управлінського стилю. І.О. Єгоров підтверджує зв'язок високих показників коефіцієнту емоційного інтелекту керівників організацій з ефективністю управління [23].

Отже, обране у дослідженні визначення емоційного інтелекту як інтегральної ознаки особистісної ідентичності та розкриття психологічних механізмів його впливу на успішність життєдіяльності людини відкриває нові можливості для оцінки зазначених феноменів, має широкі перспективи практичного застосування та поглиблення теоретичних уявлень про потенційні опосередковуючі особистісні чинники ефективного життєздійснення людини.

Висновки до першого розділу

1. Проведений аналіз концептуальної бази феномену емоційного інтелекту дозволив стверджувати, що оформлення поняття «емоційний інтелект» є результатом розвитку уявлень про природу когнітивних і афективних процесів, особливостей їхнього тісного взаємозв'язку. Про це свідчить: збагачення уявлень про емоції (як про одну з підсистем свідомості, як

про фактор мотивації); розширення уявлень про інтелект (ідея множинності інтелектуальних виявлень, відкриття соціального інтелекту), а також зустрічний рух у дослідженнях емоцій та інтелекту (ідея єдності афекту та інтелекту).

2. Феномен емоційного інтелекту є відносно новим і питання про його роль у забезпеченні успішності життєдіяльності залишається дискусійним. Це зумовлено неузгодженістю концепцій теоретичного визначення конструкту емоційного інтелекту та методів його вимірювання. Існуючі моделі емоційного інтелекту розглядають його як з погляду емоційних здібностей, так і з погляду на емоційний інтелект як комплекс проявів диспозиційних компонентів, емоційних компетентностей та емоційних досягнень.

3. Сформована множинність поглядів і концепцій емоційного інтелекту є закономірною оскільки прогрес психології пов'язаний з широтою охоплення, глибинним розумінням і пізнанням складних психічних властивостей, процесів та явищ. Психологічне знання не можна звести в єдину теорію, єдину концепцію, оскільки задача постнекласичного етапу розвитку психологічного знання полягає в перетворенні неузгоджених концепцій у взаємопов'язану систему знань; визначення місця емоційного інтелекту серед психічних феноменів та явищ є сьогодні важливим та актуальним.

4. Обґрунтованість припущення про потенціал емоційного інтелекту впливати на життєвий успіх особистості зумовлена як результатами існуючих у цій сфері дослідженнях, так і проголошеним у різних моделях емоційного інтелекту психологічним змістом його компонентів. До них належать: готовність суб'єкта мобілізувати себе на активну діяльність (внутрішньоособистісний емоційний інтелект), вміння підтримувати доброзичливі стосунки з оточуючими, запобігання виникненню конфліктів через регулювання емоційної експресивності (міжособистісний емоційний інтелект), здатність до саморегуляції (інформаційно-перероблюваний компонент) та система диспозицій.

РОЗДІЛ II

МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ МЕХАНІЗМІВ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА УСПІШНІСТЬ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Проаналізовано зв'язок рівнів прояву емоційного інтелекту з рівнями детермінації активності суб'єкта життєдіяльності, ознаками емоційного процесу, що її супроводжують, рівнем зумовленості активності ситуаційними факторами. Обґрунтовано типологію успішності життєдіяльності в залежності від рівня сформованості емоційного інтелекту, визначено механізми його впливу на ефективність виконання людиною провідних життєвих завдань.

Спираючись на концепцію соціально-психологічної адаптації (А.О. Реан, Н.М. Мельнікова) та підходи до аналізу життєдіяльності (К.О. Абульханова-Славська, Т.М. Титаренко, П. Вацлавік та ін.), обґрунтовано можливість застосування диференційованого поведінкового підходу до визначення критеріїв життєвого успіху, який базується на системному урахуванні внутрішніх (суб'єктивних) та зовнішніх (доступних спостереженню) нормативних показників ефективності життєздійснення.

2.1. Підходи до операціоналізації поняття «успішність життєдіяльності» у термінах ефективності виконання суб'єктом провідних життєвих завдань

Концептуалізація емоційного інтелекту як нової інтегральної динамічної ознаки особистісної ідентичності зумовлює можливість розглядати цей конструкт як потенційний опосередковуючий фактор досягнення особистістю життєвого успіху. Таке припущення здається цілком виправданим, оскільки до

складників емоційного інтелекту відносять і здатність людини усвідомлювати природу своїх емоцій та емоцій інших людей, регулювати їх, готовність суб'єкта мобілізувати себе на активну діяльність, вміння підтримувати доброзичливі стосунки з оточуючими людьми, здатність запобігати виникненню конфліктів, позитивність ставлення до світу, себе, оточуючих.

Відомі дослідження з проблеми впливу емоційного інтелекту на успішність життєтворення людини мають переважно ідеографічний характер, а номотетичні дослідження ще тільки розпочинаються, зокрема у вітчизняній психології. Відомий американський дослідник нелінійних процесів Е. Пеєрс [75] відзначає, що у сучасній науці активно формується нова інтегральна дисципліна – теорія складності, яка пов'язана з множинністю суб'єктів пізнання, які діють взаємозалежно та узгоджено на основі глибинних зв'язків. Гіпотетичні зв'язки між феноменом емоційного інтелекту та життєдіяльністю людини зумовлюють важливість визначення ролі та механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєздійснення людини. Це набуває особливої актуальності у контексті підвищення рівня стресогенності життя у сучасних нестабільних політичних та соціально-економічних умовах, зумовлених зростанням нестриманості людей у виявленні емоцій, що призводить до конфліктів, жорстокості, агресії у міжособистісних стосунках, сім'ї, професійній сфері.

За умов методологічного плюралізму, характерного для постнекласичного етапу розвитку психології, операціоналізація успішності життєдіяльності потребує комплексного підходу з урахуванням зовнішніх та внутрішніх ознак життєдіяльності людини, її динамічності та складності як системи.

Отже, ефективність життєдіяльності доцільно розглядати через успішність виконання суб'єктом життєдіяльності провідних життєвих завдань, оскільки їх постановка структурує майбутнє особистості, а їхнє вирішення – організує поведінку та спричиняє особистісні трансформації. Структурно

життєві завдання становлять важливу складову життєдіяльності, життєздійснення особистості – подібно до того, як завдання, цілі, мотиви, дії, операції та результати є компонентами діяльності [34]. Варто зауважити, що категорія «життєві завдання» стосується не усіх завдань і дій, з якими людина зустрічається у повсякденному житті. До цієї категорії дослідники проблеми правомірно відносять лише ті завдання, що мають істотне, а часом визначальне значення у життєвому просторі людини – забезпечують виконання соціальних ролей і просування соціальними «сходами», слугують підвищенню освітнього статусу людини тощо. Виконання такого класу завдань конструє життєву лінію людини, сприяє здійсненню життєвих подій, розгортає реальну картину життя. Дослідники підкреслюють, що статус завдання може змінюватися залежно від соціального або життєвого контексту, а також від місця в системі життєвих пріоритетів людини [76].

Важливість успішного виконання життєвих завдань матеріалізується через особистісне зростання. Реалізація чи нереалізація життєвих завдань безпосередньо впливає на особистість виконавця, справляє на неї багаточисельні й різноманітні впливи, а саме сприяє: 1) задоволенню життєвоважливих потреб людини; 2) формуванню навичок *організації* і *саморегуляції* поведінки; 3) *розвитку* особистості; 4) *зміцненню здоров'я* людини; 5) здійсненню *впливу на інших людей*; 6) *змінам у суспільстві* [156].

У процесі життєвого шляху різні види впливів на особистість так чи інакше спрямовані на виконання життєвих завдань. Їх вирішення може призводити як до прогресивного, так і до регресивного шляху розвитку особистості, залежно від засобів, якими керується людина, розв'язуючи це життєве завдання. При цьому постійно оновлюванні, мінливі та ускладнені життєві завдання є важливими ознаками розвитку особистості, встановлення внутрішньоособистісних зв'язків та психологічного здоров'я особистості. Розвиток особистості можна простежити, вибудовуючи ієрархічно-рівневу структуру. На кожному рівні у цій структурі знаходиться певне життєве

завдання, сенс якого полягає в інтеграції та гармонізації внутрішньої організації людини. Особливість життєдіяльності людини як реалізації її життєвого завдання залежить від того, ким і яким способом воно розв'язується. Однак це не просто опосередковане індивідом включення в «суспільну життєдіяльність», а певний спосіб взаємодії між людиною і суспільством та вплив цього процесу на спосіб життєдіяльності [53].

У зарубіжній психології поняття «завдання» вперше трапляється в наукових роботах вюрцбургської школи. Для Н. Аха завдання – це «детермінуюча тенденція» або «представлення мети» [53].

До поняття «життєве завдання» у своїх роботах зверталися і представники психодинамічного підходу до дослідження розвитку особистості. Так З. Фрейд вважав, що провідне життєве завдання людини полягає в тому, щоб «любити і працювати» [53].

За А. Адлером, кожна людина протягом життя стикається з трьома глобальними завданнями: працею, дружбою і любов'ю. Завдання визначають життєвий стиль і є взаємопов'язаними сторонами однієї проблеми – як жити конструктивно в навколишньому світі [95]. Г. Мосак та Р. Дрейкурс доповнили адлерівську теорію ще двома завданнями: *самоприйняттям* та *духовним розвитком* особистості [135]. На думку авторів, вищезазначені життєві завдання є фундаментальними для існування людини, а порушення хоча б в одному із них може слугувати індикатором психологічних розладів.

К. Г. Юнг вважає *смысл життя* рефлексивним життєвим завданням, на яке людина має знайти відповідь.

Відповідно з екзистенціалізмом В. Франкла, людське життя в цілому є завданням, яке змінюється не лише від людини до людини, згідно з особистісною своєрідністю, а й від часу до часу – згідно з неповторністю ситуації. Цінності чекають моменту, коли прийде їхній час, коли неможливо буде втратити неповторну можливість їхньої реалізації [111].

Життєві завдання нерідко розуміють як *завдання розвитку*. Так Е. Еріксон вважав основним завданням «єго» – синтез із різноманітних аспектів життя певної цілісності на основі минулого життєвого досвіду. Виконуючи це завдання, «єго» створює різні захисні механізми та способи синтезу. У процесі цього розвитку через постійну взаємодію зростаючих сил людини і середовища виникає напруга. Аналізуючи життєві завдання в різні періоди життєвого циклу, Е. Еріксон наголошував на тому, що в дошкільний період основна небезпека полягає в «розвитку відчуження від самого себе і від своїх завдань – добре відомому почутті неповноцінності» [110, с. 134]. На думку Е. Еріксона, кризу – як один із видів життєвого завдання – людина повинна подолати власним неповторним способом. Розв'язуючи різні життєві проблеми, людина повинна почати з того моменту, який прояснює або ускладнює це рішення. Загальним життєвим завданням є *перетворення нав'язаного ззовні в бажане самою людиною* і зміна пасивного на активне. Радіус життєвих завдань людини розширюється завдяки її оточенню, яке допомагає людині в культурному і психологічному становленні [110].

Отже, навіть зовні визначене життєве завдання може стати внутрішнім, особистим завданням людини.

Е. Еріксон вважав, що на кожній стадії розвитку протягом усього життєвого циклу життєве завдання – це успішний «вихід» із неминучої кризи задоволення потреб, відповідних до стадії життєвого циклу, що приводить до досягнення рівноваги із середовищем. Вроджені, «базові» сили володіють позитивним потенціалом, а не тільки, як вважав З. Фрейд, деструктивним. Таким чином, життєве завдання залежить від стадії епігенетичного розвитку. Вирішення його людиною в процесі кризи необхідне для переходу на наступну стадію розвитку [110].

Життєві завдання, на думку N. Canton, J. F. Kihlstorm, S. Zirkel [90], – це свідомі цілі, які людина приймає і ставить перед собою в певні моменти життя. Це важливі, афективно забарвлені, особистісно значущі інтереси, уподобання,

що зумовлюють зусилля особистості із самореалізації. Вони визначають надії і мрії людини, мають тісний зв'язок з її особистісною історією і майбутнім. Розуміння життєвих завдань сприяє правильному трактуванню дій і вчинків людини. Зміна життєвої ситуації може покращити усвідомлення життєвих завдань і трансформувати їх. За А. Каспі, ситуація змін відкриває можливості як для успіху, так і для провалу, як для змін, так і для стабільності [90].

У своїй роботі спираємось на визначення життєвих завдань, запропоноване у дослідженні Т. М. Титаренко. Вона обґрунтувала складність життєвих завдань як високорозвинутої психічної функції – здатності до самоорганізації, самопланування, самовизначення, структурування майбутнього і розкриття власного особистісного потенціалу [111].

Т. М. Титаренко зауважує, що життєві завдання становлять соціально-психологічне забезпечення життєвих планів і домагань з урахуванням соціального контексту, ставлення оточення, ситуаційних змінних. Автор виокремлює основні характеристики життєвих завдань, які сприяють уявленню про необхідні умови їхньої успішної реалізації:

- «сенсовість», ціннісність, відповідальність значущим особистісним смислам;
- передбачувана результативність, що складається з імовірності бажаного результату та його детермінованості;
- новизна та креативність;
- адекватність;
- вектор закритості-відкритості;
- енергетична наповненість, енергомісткість [111].

Орієнтування у спектрі варіантів майбутнього людина здійснює через життєві завдання, на підставі яких вона обирає той, для якого існують реальні умови та якому приписується ранг наповненого потенційним смислом. Найбільш результативними треба вважати завдання, що мають відносно високу ймовірність та є оптимальними, гнучко детермінованими, оскільки внутрішні й

зовнішні умови завдання передбачають велику кількість змінних, а очікуваний результат має високий ступінь невизначеності. Саме нові завдання, що спираються на минулий досвід, більш за все сприяють просуванню особистості у саморозвитку та реалізації власного потенціалу. Ставлячи перед собою адекватні життєві завдання, такі, що відповідають наявним та перспективним умовам життя людини, з одного боку, та її внутрішнім можливостям – з іншого, людина стає продуктивною і успішною, створюючи у такий спосіб реальні можливості для розгортання свого потенціалу, що забезпечує суб'єктивну задоволеність власним життям [89].

Для успішного виконання різних життєвих завдань людині потрібно самостійно конструювати смислові критерії, за якими вона буде порівнювати альтернативні варіанти його розв'язання. Тобто їй необхідно здійснити перехід від первинної відкритості життєвого завдання до його вторинної закритості, що здійснюється завдяки суб'єктній активності особистості.

Б.В. Зейгарник і Б.С. Братусь стверджують, що процес вирішення життєвого завдання складається з кількох етапів. На першому етапі здійснюється спроба відразу ж знайти правильне рішення, але після низки невдач спостерігається перехід до другого етапу, на якому відбувається *«більш глибоке усвідомлення ситуації і пошук адекватних шляхів виходу <> знайдення потрібного принципу - власне рішення»* [27, с. 91].

Енергетична наповненість життєвих завдань визначає рівень їхньої динамічності. Якщо завдання достатньо енергоємне, людина здатна спрямувати свою діяльність на його виконання протягом тривалого часу [111].

Узагальнюючи дослідження, присвячені вивченню життєвих завдань як одного з конструктів, який повинен зайняти належне місце у психологічному описі людини, можна виокремити наступні завдання, які розглядаються дослідниками цієї проблеми як основні.

1. Забезпечення власного суб'єктивного благополуччя.

2. Підтримування доброзичливих стосунків з оточуючими як однієї з найважливіших передумов забезпечення усіх видів благополуччя: суб'єктивного, психологічного, соціального.
3. Праця як засіб забезпечення добробуту і здійснення самореалізації особистості.
4. Самовдосконалення як засіб повного розкриття особистісного потенціалу [64].

Варто зазначити, що успішність реалізації життєвих завдань слід розглядати з погляду характерної для сучасного етапу розвитку психології мережевої парадигми [40, 75, 82, 96, 97], оскільки вони становлять складну взаємодетерміновану систему, кожний компонент якої впливає на інші та змінює цілісну картину життєдіяльності людини, надаючи їй ознак складної динамічної мережевої системи.

З урахуванням цього положення поняття «життєдіяльність» визначається як прояв різних форм та видів активності (діяльність, спілкування, окремі дії та вчинки) особистості як суб'єкта, а також її включеності у міжособистісну та міжгрупову взаємодію. Розглянуті провідні життєві завдання, а саме: а) забезпечення почуття суб'єктивного благополуччя в процесі життєдіяльності; б) трудова активність як одна з форм самовираження особистісного потенціалу; в) формування й виявлення любові до близьких людей, підтримування партнерства з оточуючими; г) забезпечення особистісного зростання, підкреслюють суспільний характер індивідуальної життєдіяльності та слугують підґрунтям для виокремлення об'єктивних критеріїв оцінки ефективності їх виконання [61].

Проведений аналіз поняття «провідні життєві завдання» особистості достатньо переконливо, на наш погляд, підтверджує продуктивність орієнтування на ефективність їхнього виконання як індикатор успішності життєдіяльності особистості. Оскільки завдання є вирішальною складовою в системі цілеспрямування, то вони мають базуватись на досить розвинутих

соціально-психологічних властивостях особистості, серед яких потенційно важлива роль належить емоційному інтелекту. На користь цього факту свідчить твердження С.В. Васьковської, яка зауважує, що особистість не стільки живе, скільки переживає життя, відчуваючи то страхи та тривогу, то задоволення та щастя [77]. Повнота життя вимірюється силою та якістю пережитого, можливістю реалізації життєвих смислів. Отже, можна прогнозувати важливу роль емоцій, емоційно-вольової регуляції у забезпеченні успішності життєдіяльності особистості.

2.2. Механізми зв'язку ознак емоційного інтелекту з успішністю життєдіяльності особистості

2.2.1. Роль емоційного інтелекту у забезпеченні суб'єктивного благополуччя людини

Передусім, розглядаючи проблему успішності життєдіяльності людини з погляду забезпечення власного благополуччя суб'єкта життєдіяльності, варто звернути увагу на задоволення базового необхідного рівня *матеріального забезпечення*. Механізм впливу емоційного інтелекту на успішність виконання цього завдання полягає у необхідності для його реалізації вольових здібностей, пов'язаних із емоційною сферою, а саме: вміння налаштуватись на активну діяльність. З іншого боку, високий рівень сформованості емоційного інтелекту передбачає більш низький рівень вразливості до дії організаційних стресів, що знижують продуктивність праці. Високий рівень емоційної саморегуляції поведінки забезпечує необхідні умови для успішного працевлаштування, роботи та ефективної міжособистісної взаємодії у колективі.

Успішність життєдіяльності окремої людини навряд чи можна повно оцінити, зважаючи лише на об'єктивні показники та результати діяльності особистості. Необхідно урахувати компонент так званого *гедонічного*

благополуччя – суб'єктивної оцінки людиною власної ефективності, задоволеності життям, самореалізацією тощо.

У цьому контексті Т.М. Титаренко визначає вдале життя як таке, що влаштовує, суб'єктивно задовольняє людину та визначається тим, як саме вона оцінює свої можливості, враховує свої обмеження та наскільки адекватно моделює його майбутню траєкторію відповідно до очікувань оточення та власного потенціалу [89]. Схильність людини до переживання позитивних емоцій, вміння у разі необхідності контролювати та модифікувати власні емоційні стани та емоції оточуючих, виступають ймовірними детермінантами успішності життєдіяльності особистості.

Підґрунтям для розгляду емоційного інтелекту як детермінанти відчуття суб'єктивного благополуччя і психічного здоров'я людини є припущення, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту досягають рівня балансу позитивної та негативної афективності, який зарубіжні дослідники трактують як стан «процвітання» («flourishing») [142]. Подібний стан досягається за рахунок того, що індивіди з найвищим рівнем сформованості емоційного інтелекту здатні діяти на надситуативному рівні, де зовнішні та внутрішні ознаки емоційного процесу не конгруентні до афективного забарвлення чинників, оскільки суб'єктна активність зароджується на рівні уявлень про те як необхідно поводитись у різних ситуаціях життєдіяльності та набуває ознак чесноти [58].

Доречна та адекватна експресія афективних станів, властива для індивідуумів із високим рівнем емоційного інтелекту, ймовірно, сприяє збереженню психологічного здоров'я та зменшенню кількості соматичних симптомів, пов'язаних з впливом негативних емоцій.

Важливу роль у забезпеченні власного благополуччя людини відіграє адекватний вибір психологічних стратегій подолання стресу, оскільки переживання успішності життєдіяльності безпосередньо залежить від ефективності подолання життєвих ускладнень. Адаптивні копінг-стратегії

захищають особистість від безпосередньої, руйнівної дії стресу; вони максимізують можливості подолання стресогенної ситуації, активізуючи усі ресурси людини, що є необхідними у певній ситуації. З одного боку, емоційно проникливі індивідууми, ймовірно, здатні заздалегідь запобігти чи уникнути стресогенної ситуації, тобто вони здатні ідентифікувати та уникати потенційно загрозливих ситуацій. З іншого – існує твердження, згідно з яким, успішна адаптація неможлива без активного включення особистості у вирішення несприятливих ситуацій, а пасивна позиція уникнення може підірвати впевненість у собі та перешкоджати формуванню необхідних навичок копінг-поведінки. Емоційно розумні індивідууми ймовірно здатні швидше набувати необхідних навичок адаптивного стилю поведінки, порівняно з індивідами з низькими показниками рівня сформованості емоційного інтелекту, які схильні до використання неконструктивних копінг-стратегій (наприклад, румінацію).

Інше пояснення зв'язку між емоційним інтелектом і стресоподоланням полягає у тому, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту володіють більш «конструктивними» понятійними структурами.

Люди з низькими показниками емоційного інтелекту схильні, ймовірно, до непродуктивних роздумів із приводу ситуації, що склалася. Особистості з високим рівнем емоційного інтелекту, навпаки можуть спостерігати за процесом виникнення своїх думок та їхнім впливом на власний емоційний стан. Відповідно цього, таким індивідуумам легше виокремити помилкові оцінки та скорегувати неконструктивні мисленнєві конструкти. Особи, здатні диференціювати почуття від розуму, можуть швидше абстрагуватись від негативного афекту та від марних, непродуктивних роздумів над ним, які викликані стресовою подією.

Ще одне пояснення зв'язку між емоційним інтелектом та копінг-стратегіями пов'язане зі здібністю до регуляції емоцій. Вона дозволяє індивідуумам більш успішно відновлюватись після негативних впливів,

наприклад, за рахунок занурення у приємну для людини діяльність, що відволікає її від дії негативного афекту.

Окрім того, індивідууми з високим рівнем емоційного інтелекту, ймовірно, не схильні виявляти надмірне хвилювання з приводу ситуацій які їм непадвласні, чітко усвідомлюючи можливість впливу некерованих зовнішніх обставин.

Наступною ключовою емоційною здатністю, що зумовлює ефективність життєдіяльності, є схильність емоційно розумних індивідуумів до опрацювання особистісних травм минулого. J. W. Pennebaker у своєму дослідженні [191] продемонстрував, що навіть просте опрацювання емоційного досвіду покращує фізичне самопочуття (підвищує імунітет) і психічне здоров'я (зумовлює відсутність симптомів депресії) людини, а отже сприяє підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя, забезпечує успішність життєдіяльності загалом. Процес опрацювання полягає в реконструкції (реорганізації) негативного емоційного досвіду, надаючи йому відповідного значущого місця в життєдіяльності людини.

Емоційний інтелект впливає на процес подолання стресу через соціальну підтримку, надаючи індивідууму всі важливі навички та соціальні зв'язки, необхідні для створення розгалуженої соціальної мережі. За необхідності, індивідууми з високим рівнем емоційного інтелекту успішно спираються на соціальну мережу для забезпечення емоційного «буфера» для подолання стресових ситуацій.

Особи з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту схильні до активної участі в процесі подолання стресової ситуації, здатні чітко розпізнавати власні почуття, впевнені у своїх можливостях регулювати їх. Вони своєчасно оцінюють неконтрольованість стресової ситуації і, за необхідності, відмовляються від спроб її змінити; володіють гнучкою системою поведінкових реакцій, яка забезпечує зміну стратегії подолання стресу, орієнтовану на

проблему, на стратегію, орієнтовану на емоції, для прийняття ситуації, що склалася.

Реагуючи на стресогенні події, індивіди з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту характеризуються лабільністю, що відповідає ключовому положенню транзактної моделі стресу та подолаючої поведінки, яке полягає у твердженні, що копінг-стратегії не можуть бути однозначно оцінені як конструктивні чи дезадаптивні. Питання полягає у визначенні того, для кого та за яких обставин, той чи інший стиль копінг-поведінки буде визначатись адаптивними наслідками.

Отже, узагальнюючи зазначене вище, стверджуємо психологічну реальність зв'язку емоційного інтелекту з відчуттям людиною суб'єктивного благополуччя, яке пояснюється здатністю емоційно розумних індивідів ефективно використовувати емоційну інформацію для керування повсякденним життям, мати широке коло соціальної підтримки, володіти гнучкими стратегіями подолання стресових ситуацій та можливістю підтримувати оптимістичну спрямованість своєї життєдіяльності.

2.2.2. Роль емоційного інтелекту в забезпеченні благополуччя в соціальній сфері

Емоції виконують соціальну та комунікативну функції, передаючи інформацію про людські наміри, координуючи ситуації міжособистісної взаємодії.

Для успішного орієнтування у соціальному світі людині потрібно передавати емоційно забарвлену інформацію та управляти власною емоційною динамікою. Можна стверджувати, що емоційна компетентність життєво необхідна для ефективної та успішної соціальної взаємодії.

Вивчення емоцій з точки зору соціальних функцій передбачає їхню здатність сигналізувати про соціально релевантну інформацію, яка необхідна для розуміння способів досягнення успіху в соціальній сфері, а також дає змогу забезпечити адаптивну та ефективну міжособистісну взаємодію.

Емоції сигналізують індивідууму та його оточуючим про значення важливих для нього життєвих подій. Згідно з когнітивно-мотиваційною теорією Р. Лазаруса [163], емоції забезпечують передачу ключових моментів у стосунках із співрозмовником для отримання емоційних реакцій. Наприклад, вираження почуття страху сигналізує індивіду, що він знаходиться у небезпеці і потребує захисту. Вираз обличчя (міміка) загальноприйнято асоціюється зі специфічними емоціями, налаштовуючи оточуючих на певну ситуацію взаємодії. Індивідууми з високим рівнем емоційного інтелекту, ймовірно, більш точно розпізнають значення комунікативних повідомлень та відповідають на них більш соціально схвалювальним способом, порівняно з індивідуумами з нижчими показниками емоційного інтелекту.

Емоції виконують ще одну важливу функцію – забезпечення соціальної підтримки. Перебуваючи під впливом стресової ситуації, людина відчуває потребу поділитись своїм травматичним досвідом, отримати соціальну підтримку та поради з приводу предмета своїх емоційних переживань, що знижує ризик виникнення депресивних розладів.

Показово, що емоційна компетентність, емпатія, притаманні індивідуумам, забезпечують зниження кількості конфліктних ситуацій у соціальних групах, сприяють плідній співпраці, згуртованості, викликають почуття приналежності до групи, зростання відчуття соціального благополуччя, задоволеність якістю соціальної сфери життєдіяльності. Індивідууми з високим рівнем емоційного інтелекту, тим не менш, не схильні до надмірної чутливості до несхвалення з боку оточуючих, оскільки на мотивацію їх поведінки впливають усвідомлені цінності та ідеали.

Емоційно розумні індивідууми схильні до встановлення міцних близьких особистісних стосунків. Так, результати дослідження М. А. Brackett [128] свідчать про те, що подружні пари, в яких обидва партнери мають низькі показники емоційного інтелекту, здебільшого незадоволені своїми стосунками

порівняно з парами, в яких партнери мають високий рівень розвитку емоційного інтелекту.

Зважаючи на те, що шлюбні стосунки характеризуються високим потенційним рівнем конфліктності та емоційною насиченістю, можна прогнозувати міцний зв'язок сімейного благополуччя з емоційними здібностями. Вербальні та невербальні моделі діадної комунікації та емоційної експресії мають першорядне значення для розуміння механізмів успішного соціального функціонування в шлюбі.

Можна припустити, що високий рівень емоційної розумності дає змогу партнерам відкрито повідомляти про свої потреби, бажання і прагнення, глибоко переживати і виражати як негативні, так і позитивні емоції, досягати злагожденості у важливих питаннях для розв'язання конфліктів і зміцнення емоційних зв'язків.

Загалом, індивідууми, які більш чутливі до настрою своїх партнерів, більш емпатично реагують на емоційні потреби один одного і насамкінець відчують більшу задоволеність стосунками. Пари, які уникають відкритої комунікації, навпаки схильні проявляти більш високий рівень дистресу, що, за даними існуючих досліджень [214], зумовлює високий показник розлучень.

Точність розуміння людських емоцій допомагає з'ясувати наміри, мотивацію і думки оточуючих людей. У контексті близьких особистих взаємин, розуміння своїх емоцій і емоцій партнера сприяє підтримуванию доброзичливих стосунків з ним. Викривлене розуміння своїх і чужих емоцій, навпаки призводить до неправильної інтерпретації вербальних і невербальних повідомлень, провокує напруження і навіть руйнує близькі особистісні взаємини.

Як було зазначено в попередніх розділах, емпатія є ключовим компонентом емоційного інтелекту. Людина з високим рівнем емпатії в близьких взаєминах намагається зрозуміти партнера, ідентифікуючись з його почуттями. Індивідууми з розвиненою емпатією психологічно проникливо

усвідомлюють емоції інших людей, сприймаючи ледь помітні вербальні та невербальні натяки [24, 25]. Люди, схильні співчувати стражданню партнера, ймовірно, утримуються від виявлення агресії через емоційний дискомфорт, викликаний опосередкованою реакцією на значущі для них емоційні реакції оточуючих.

Багаторівневість емпатійних реакцій активно впливає на налагодження доброзичливих стосунків із оточуючими, особливо на стадіях формування взаємин. Як відзначив J. Fitness [144]: «Мистецтво розуміння, того, коли, через що і як попросити вибачення у шлюбі, здатність виявляти поблажливість і терпимість навіть у найскладніших ситуаціях, вимагають виключних емоційних вмінь, включаючи емпатію, самоконтроль і глибоке розуміння людських потреб і почуттів» [144, с. 102].

Прикметно, що емпатія пов'язана з щирим вираженням співчуття і готовністю до прощення в конфліктних ситуаціях.

Отже, гіпотетично емоційний інтелект повинен підсилювати здібності партнерів вибачати один одного, що позитивно впливає на близькість і задоволеність стосунками з оточуючими, а також на переживання задоволеності собою.

Низький рівень емоційного інтелекту – нездатність правильно розуміти емоції партнера, навпаки «взаємопідсилює негативні афекти», спричиняє збільшення кількості та інтенсивності конфліктних ситуацій і, насамкінець, призводить до повної руйнації стосунків.

Досить важливим аспектом емоційного інтелекту в контексті обґрунтування його ймовірного зв'язку з задоволеністю соціальними відносинами є притаманні йому функції регуляції і контролю емоцій. Здатність успішно підтримувати, змінювати і модифікувати емоції як свої, так і оточуючих, вважаємо важливим чинником, що безпосередньо впливає на стабільність стосунків, відчуття щастя, оскільки як занадто високий, так і

занадто низький рівень експресії негативних емоцій деструктивно впливає на міжособистісні стосунки.

Здійснення соціальної взаємодії на найнижчому рівні сформованості емоційного інтелекту характеризується емоційним реагуванням за механізмом умовного рефлексу, високим рівнем імпульсивності, високою ситуаційною зумовленістю, що ускладнює взаємини з оточуючими, а в своїх крайніх формах може призвести до агресивної антисоціальної поведінки. Оскільки успіх взаємин є функцією подолання негативного афекту, емоційний інтелект повинен відігравати у цьому провідну роль.

Отже, особистість з розвиненим рівнем емоційного інтелекту здатна гармонійно інтегруватись в систему людських взаємин, налагоджувати доброзичливі та партнерські стосунки з оточуючими через притаманні їй психологічні ресурси ефективної соціалізації (здатність адекватно розпізнавати, виражати та контролювати емоції, розвинену емпатію, наявність розгалуженої системи соціальних зв'язків та соціальної підтримки). Припускаємо, що найбільш високий рівень емоційного інтелекту уможлиблює здійснення впливу на оточуючих, забезпечує мета-індивідуальну активність.

2.2.3. Роль емоційного інтелекту в забезпеченні успішної самореалізації та розкритті особистісного потенціалу

Не менш важливим життєвим завданням людини є професійна діяльність (праця) як засіб забезпечення добробуту і здійснення *самореалізації* особистості та *самовдосконалення* як засіб повного розкриття особистісного потенціалу. Ці два завдання, на нашу думку, доцільно розглядати паралельно, оскільки в процесі здійснення самореалізації відбувається особистісне самовдосконалення особистості, а розкриття її особистісного потенціалу становить міцне підґрунтя для ефективної професійної реалізації.

Традиційно робоче місце розглядалось як логічне, раціональне середовище, в якому провідна роль належала когнітивному інтелекту. Оскільки емоції тривалий час вважалися антитетичними до раціональності, їхня роль у

забезпеченні ефективності на робочому місці залишалась малопомітною. Проте останні дослідження у когнітивних та афективних сферах засвідчують те, що мислення «служує» емоціям, а емоції є необхідною умовою для формулювання раціональних суджень та прийняття рішень [140]. Емоційні переживання розглядаються як фактор розвитку та саморуху особистості [35]. У зв'язку з цим все більше науковців визнають емоції ядерним сегментом у професійній діяльності людини. Як бачимо, для забезпечення життєздатності людини в сучасному світі з високими темпами розвитку та трансформацій економічних систем поряд з когнітивними та технічними навичками особистості необхідний широкий спектр емоційних та соціальних здібностей. Варто зауважити, що серед 180 ідентифікованих Д. Гоулманом компетентнісних моделей, що впливають на ефективність професійної діяльності, більше ніж 2/3 здібностей мають емоційну природу [151].

Робота та емоції є взаємодетермінованими явищами. З одного боку, праця, яка зумовлює суб'єктивне благополуччя людини, її самооцінку, заробітну платню, соціальний статус, є головним джерелом позитивних та негативних емоцій. З іншого – емоції є важливими детермінантами поведінки та професійних досягнень особистості, які безпосередньо впливають на продуктивність діяльності, благополуччя особистості, соціальний клімат у колективі тощо.

Отже, емоційні здібності посідають особливе місце в професійній діяльності людини. Вони впливають на когнітивні та мотиваційні процеси в її діяльності, що відображається на її ефективності.

Механізм впливу емоційного інтелекту на успішність та продуктивність професійної діяльності можливо пояснити його зв'язком зі здатністю успішно долати вимоги та тиск оточення. Емоційно розумні індивіди більш успішні при налагодженні спілкування з робочим колективом, що забезпечує сприятливі умови для професійної діяльності та підвищує рівень задоволеності своєю працею. Емоційний інтелект забезпечує розуміння та передбачення наслідків

власної системи вчинків на робочому місці та поведінки колег, що відображає існуючу систему міжособистісної взаємодії.

Існуючі дослідження підтверджують вплив емоційного інтелекту на успішність та продуктивність командної роботи колективу, оскільки її ефективність безпосередньо пов'язана з розумінням слабких та сильних сторін її учасників. По-перше, це зумовлено тим, що індивідууми з високим рівнем міжособистісного емоційного інтелекту здатні розуміти, оцінювати та контролювати емоції оточуючих, тим самим, вони мають можливість розуміти мотивацію поведінки колег та будувати міжособистісні взаємини на основі дружніх стосунків та кооперації. По-друге, керівники з високим рівнем сформованості емоційних здібностей здатні допомогти своїм працівникам керувати своїми емоціями, запобігаючи виникненню негативних конфліктних ситуацій, які зменшують рівень задоволеності роботою. По-третє, порівняно з індивідуумами, що мають низький рівень емоційного інтелекту, емоційно розумні індивідууми можуть краще розуміти та регулювати свої емоції задля мінімізації впливу організаційного стресу, який впливає не тільки на продуктивність їхньої професійної діяльності, але й на сімейні стосунки, фізичне та психічне здоров'я людини. Зважаючи на сказане, стверджуємо, що емоційний інтелект сприяє адаптивному подоланню стресових ситуацій на робочому місці. Емоційно розумні індивідууми схильні до суб'єктної активності в напрямку вирішення конфліктних та проблемних ситуацій, що зумовлює домінування в їхній поведінці проблемно-орієнтованої копінг-стратегії, яка, як зазначають дослідники, сприяє благополуччю в колективі та на робочому місці [214].

До соціально-емоційних здібностей, необхідних для досягнення успіху на робочому місці, варто віднести також здатність налаштовуватись на активну діяльність задля досягнення мети. Людина з розвиненим рівнем емоційного інтелекту, зокрема з високим рівнем саморегуляції, спрямовує свою активність на постійний саморозвиток. У таких індивідуумів формується усвідомлення того, що вони можуть відчувати справжнє почуття задоволеності життям лише

у разі прийняття на себе повної відповідальності за нього. Вони спрямовують свою діяльність на зміну життєвого стилю, отримання освіти, оволодіння новими навичками для покращення якості свого життя, завдяки усвідомленню позитивних переваг від власних досягнень. Отже, традиційне домінування раціональності як головної парадигми досліджень у сфері успішності самореалізації стало важливим підґрунтям для ігнорування ролі емоцій на робочому місці.

Розвиток теорії емоційного інтелекту як психологічного конструкту, дозволив простежити вплив емоцій на успішність професійної діяльності людини. До наслідкових результатів впливу емоційного інтелекту на успішність функціонування у професійній сфері належать: а) задоволеність самореалізацією; б) ефективне розв'язання конфліктних ситуацій; в) якість соціальної взаємодії на робочому місці; г) гармонійні стосунки в колективі; г) ефективне лідерство; д) покращення індивідуальної та колективної продуктивності праці.

2.2.4. Механізми впливу рівня сформованості емоційного інтелекту на прояви внутрішніх та зовнішніх ознак успішності життєдіяльності людини

Спираючись на концепцію соціально-психологічної адаптації А.О. Реана [79], можна прогнозувати, що ефективність вирішення того чи іншого життєвого завдання виявляється як у зовнішніх, так і внутрішніх показниках успішності. Зовнішніми показниками можна вважати характеристики успішності «пристосування» (adjustment) людини до умов життєдіяльності. Форми прояву успішності пристосування операционалізуються у термінах досягнутого рівня матеріального благополуччя, соціального статусу людини.

Внутрішнім критерієм рівня пристосованості до умов життєдіяльності є відчуття емоційної стабільності, задоволеності життям, комфорту. Цей компонент успішності пристосування до життя виявляється в збереженні

внутрішніх енергетичних ресурсів, відсутності напруги та тривоги і виступає своєрідною «дійсністю другого порядку» у термінології провідних дослідників проблеми (П. Ватславика, Т. М. Титаренко та ін.).

Рівень узгодженості зовнішнього та внутрішнього критеріїв прояву адаптованості до умов життя є надійним критерієм успішності життєздійснення людини, констатувати яку можна лише за умови відповідності вимогам обох критеріїв.

Проте такого поєднання складно досягти, оскільки здебільшого людина орієнтується на внутрішній або на зовнішній критерій. Співвіднесення показників успішності за внутрішнім та зовнішнім критеріями породжує чотири форми життєздійснення людини:

Орієнтація на зовнішній критерій: характеризується високою успішністю життєдіяльності, формальним досягненням благополуччя, проте супроводжується вираженою незадоволеністю та емоційною напругою. Так, обсяг психологічних ресурсів, застосованих задля досягнення поставленої мети, перевищує потенційні можливості індивіда та завдає збитків його внутрішнім потребам.

Орієнтація на внутрішній критерій: характеризується невисокими показниками успішності з погляду вимог середовища, що в окремих випадках – може набувати форми девіантної поведінки, проте існування індивіда здійснюється на тлі позитивної тональності настрою.

Дезорієнтація життєздійснення особистості: констатується у випадку, коли людина відчуває незадоволеність, демонструє високу ступінь емоційної напруги й одночасно не досягає навіть середнього рівня стандартів успішності та благополуччя, прийнятних для певного соціального середовища.

Системна спрямованість життєдіяльності: передбачає високу успішність, яка супроводжується суб'єктивним відчуттям задоволеності. Системна спрямованість життєдіяльності пов'язана з терміном ефективної самореалізації, тобто, знаходження продуктивного, соціально корисного та

схваленого соціумом способу актуалізації та вираження внутрішнього потенціалу особистості, який визначає можливості самореалізації і відповідно найвищу форму адаптації до життя [79].

У контексті обраної для дослідження проблематики таке диференційоване тлумачення успішності життєдіяльності людини можна співвіднести з ієрархічною моделлю рівнів розвитку емоційного інтелекту (рис. 2.1) [59].

У результаті відсутності здібностей розуміння, контролю та регулювання власних емоційних станів при низькому рівні розвитку емоційного інтелекту можна очікувати дезорієнтацію життєдіяльності особистості. Реактивний характер дій, властивий для таких індивідуумів, унеможлиблює досягнення ознак зовнішнього благополуччя, оскільки ситуативна зумовленість активності виключає або ж значно ускладнює постановку та реалізацію довгострокових цілей. Однак за певних умов можлива орієнтація такої особистості на внутрішній компонент життєвого успіху. Низький рівень емоційної компетентності може допомогти таким індивідуумам за рахунок механізмів психологічного захисту витіснити негативні емоційні стани, тим самим сприяючи досягненню стану «псевдо» суб'єктивного благополуччя, оскільки вони не можуть створити об'єктивні умови для відчуття задоволеності життям.

Середньому рівню сформованості емоційного інтелекту (опосередкованого мисленням) відповідає орієнтація на зовнішній компонент успішності життєдіяльності. Це насамперед зумовлено здатністю індивіда до регуляції та контролю емоційних реакцій, усвідомленням необхідності підпорядкування життєдіяльності вимогам навколишнього середовища. Така активність, вочевидь, потребує від особистості здійснення певних емоційно-вольових зусиль, що відображається у підвищенні емоційної напруги. Усвідомлення власних емоцій та емоцій оточуючих може негативно позначатись на відчутті благополуччя людини, оскільки наявний рівень розвитку емоційного інтелекту зумовлює орієнтацію афективного почуття на «знак» афективного забарвлення ситуації та на його усвідомлену оцінку.



Рис. 2.1. Механізми впливу компонентів емоційного інтелекту на успішність вирішення провідних життєвих завдань

Системна орієнтація життєдіяльності, на наш погляд, здійснюється на найвищому рівні сформованості емоційного інтелекту та забезпечує успіх як у внутрішніх, так і у зовнішніх аспектах життєздійснення людини. Емоційний інтелект становить форму прояву людиною емоційної розумності, що породжується системою її особистісних настанов і надає поведінці ознак добродійності. Активність детермінується уявленнями людини про те, як необхідно поводитись у тій чи іншій ситуації життєдіяльності, емоційне реагування характеризується альтернативністю вибору, що засвідчує існування у неї системи знань про розумну особистісну поведінку та є ознакою чесноти. Такий етап розвитку емоційного інтелекту характеризується гармонійним співвіднесенням внутрішнього та зовнішнього, оскільки людина відчуває себе звільненою від безпосередніх ситуаційних вимог. Виходячи з цього, психологічну реальність існування феномену емоційного інтелекту засвідчує наявність у людини здібності відображати зовнішні впливи у різних формах. Різні види такого відображення передбачають детермінацію активності на наступних рівнях:

- на сенсорно-перцептивному;
- на рівні понятійного мислення, інтелекту;
- на найвищому рівні свідомості, в структурі якого міститься «присвоєний» суспільний досвід [59].

Отже, на найвищому рівні сформованості емоційного інтелекту вибір характеру поведіння, адекватного до ситуації, здійснюється без надмірних зусиль волі, бо він відбиває систему соціальних навичок, сформованих під впливом переконань на рівні свідомості. З одного боку, надситуативний характер дій емоційно розумної людини зумовлює звільнення від безпосередньої зовнішньої детермінації, з іншого, – перешкоджає перетворенню людини у раба власних потреб, потягів та миттєвих інтересів. На цьому рівні розвитку емоційного інтелекту неконгруентність зовнішніх та

внутрішніх ознак емоційного процесу афективному забарвленню чинників досягається за рахунок конгруентності особистості як її інтегративної властивості, яка забезпечує тотожність. Враховуючи зазначене вище, емоційний інтелект можна розглядати як одну з форм відображення у зовнішній поведінці суб'єкта його відносної незалежності від характеристики безпосередніх обставин життєдіяльності, у межах яких відбувається емоційне реагування. Таким чином, емоційний інтелект становить собою прояв високого рівня психічного відображення.

2.3. Обґрунтування вибору методичного забезпечення емпіричного дослідження механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості

Особливо важливим для реалізації мети роботи є визначення критеріїв, за якими можливо зробити висновки щодо рівня сформованості емоційного інтелекту та успішності вирішення основних життєвих завдань.

З метою визначення різних аспектів прояву емоційного інтелекту було використано опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» Д. В. Люсіна [46]. В основу опитувальника покладено розуміння емоційного інтелекту як здатності до розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними. Здатність до розуміння емоцій розглядається як можливість розпізнати емоцію, тобто встановити сам факт наявності емоційного переживання у себе чи в іншій людині; спроможність ідентифікувати емоцію, тобто встановити, яку саме емоцію переживає сам індивідуум або інша людина, і знайти для неї вербальне вираження; розуміння чинників, що її викликали, і наслідки, до яких вона може призвести.

Здатність до керування емоціями розглядається як можливість контролювати інтенсивність емоцій, насамперед, приглушати надмірно сильні емоції; вміння контролювати їхнє зовнішнє вираження; можливість, у разі

необхідності, довільно викликати ту чи іншу емоцію.

І здатність до розуміння, і здатність до управління емоціями може бути спрямована як на власні емоції, так і на емоції інших людей.

Отже, запропонований метод оцінки рівня сформованості емоційного інтелекту уможлиблює оцінку як внутрішньо особистісного, так і міжособистісного аспектів прояву емоційної розумності.

Незважаючи на зовнішню схожість структури опитувальника зі структурними елементами моделі здібностей, автор опитувальника вважає неправомірною операціоналізацію емоційного інтелекту лише як інтелектуальної здібності за аналогією із просторовим та вербальним інтелектом. Автор опитувальника заперечує правомірність розгляду емоційного інтелекту як інтелектуальної здібності (він тільки пов'язаний з когнітивними здібностями) та наголошує на необхідності урахування загальної спрямованості особистості на емоційну сферу (інтересом суб'єкта до внутрішнього світу людини, зокрема, до свого власного життя), схильності до психічного аналізу поведінки, з цінностями, що приписують емоційним переживанням). Отже, теоретичний підхід до операціоналізації конструкту емоційного інтелекту, на якому ґрунтується обраний методичний інструментарій, цілком відповідає вимогам нашого дослідження.

Оцінка диспозиційних (внутрішніх) компонентів емоційного інтелекту здійснювалась з використанням таксономічної п'ятифакторної моделі особистості (Дж. Ховард, П. Медина, Ж. Ховард) та адаптованої у дослідженні Л. Бурлачука і Д. Корольова [15]. Усі п'ять факторів цієї моделі (екстраверсія, емоційна стійкість, доброзичливість, сумлінність, відкритість новому досвіду) можна вважати, спираючись на існуючі дослідження [59], *диспозиційними онтологічними компонентами* емоційного інтелекту, які сприяють досягненню людиною високого рівня його емоційного розвитку.

Для отримання додаткової інформації щодо рівня сформованості *міжособистісного компоненту* емоційного інтелекту було застосовано

«Методику дослідження соціального інтелекту» Дж. Гілфорда і М. Саллівена в адаптації Є. С. Михайлової, створену за аналогією з об'єктивними тестами здібностей. Обраний методичний інструментарій спрямований на визначення неусвідомлених компонентів емоційного інтелекту. Необхідність застосування даного методичного інструментарію зумовлено ймовірними ускладненнями в оцінці досліджуваними рівня власної компетентності у міжособистісній взаємодії та пов'язана з цим можливістю підвищення рівня соціально бажаних відповідей. Стимульний матеріал становить набір із 4 субтестів. Три субтести базуються на невербальному стимульному матеріалі (субтест 1 – здатність розуміти наслідки поведінки; субтест 2 – здатність розуміти невербальну інформацію; субтест 4 – здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії) і один субтест - на вербальному (субтест 3 – здатність розуміти зміст вербальної експресії в залежності від характеру міжособистісної взаємодії). Кожний субтест містить від 12 до 15 завдань. Час проведення субтестів обмежений [54].

Для оцінки внутрішніх аспектів успішності розв'язання провідних життєвих задач було обрано три найбільш поширені моделі благополуччя: суб'єктивне, соціальне та психологічне, на підставі яких можна оцінити релевантність ролі емоційного інтелекту в реальних ситуаціях.

Рівень сформованості останнього оцінено за допомогою методики «Шкали психологічного благополуччя», запропонованої К. Ріфф, та адаптованої С.В. Карскановою [31]. Теоретичну основу опитувальника формує евдемоністичний підхід до визначення благополуччя людини, який дозволяє оцінити екзистенціальні переживання людини по відношенню до власного життя та ступінь реалізованості в індивідуальному бутті основних компонентів позитивного функціонування людини. Подібний підхід дозволив автору опитувальника виділити шестикомпонентну структуру психологічного благополуччя людини.

Перший трактується як «самоприйняття», тобто оцінює позитивне ставлення людини до себе і до свого минулого. У більшості публікацій з

проблеми психологічного благополуччя, прийняття суб'єктом себе як гідного поваги, розглядається як центральна ознака психологічного здоров'я людини і як характеристика особистості, що самоактуалізувалась, оптимально функціонує і досягла особистісної зрілості.

Наступний фактор – *«позитивні відносини з тими, що оточують»*, надає інформацію щодо спроможності людини підтримувати доброзичливі стосунки з оточуючими її людьми. Необхідність урахування вищезазначеного конструкту зумовлена тим, що життєвий успіх людини, як істоти суспільної, безпосередньо залежить від здатності будувати міжособистісні стосунки на основі емпатії, любові, близькості, спрямованості суб'єкта на позитивне ставлення до оточуючих, здатності знаходити компроміси у взаєминах.

Третій конструкт – *«автономність»* визначає міру самостійності особистості, її незалежності у власних думках та вчинках, зумовлює можливість бути автором свого життя та оцінювати його успішність, виходячи з власних стандартів.

Окрім цього, до ознак психологічного благополуччя належить також четвертий конструкт – *«управління середовищем»* або, так звана *«екологічна майстерність»* (environmental mastery). Спроможність суб'єкта ефективно використовувати різноманітні життєві обставини, здатність створювати необхідні умови, що задовольняють особистісні потреби та цінності людини та, одночасно, не вступають у протиріччя з навколишнім середовищем, виступають необхідними умовами ефективності функціонування людини у світі.

П'ятим конструктом психологічного благополуччя є *«цілі в житті»*. Фактор відображає світоглядні позиції людини та її життєву позицію відносно особистих цілей, прагнень та досягнень.

І насамкінець, шостий конструкт відчуття психологічного благополуччя – це *«особистісне зростання»*. Вважається, що оптимальне психологічне функціонування вимагає не тільки того, щоб індивід досягнув тих

характеристик, які розглянуто вище, а щоб і надалі розвивав власний потенціал. Потреба реалізації себе і власного потенціалу розглядається як центральна у характеристиці життєвого успіху людини. Важливим аспектом ставлення людини до себе як особистості, спроможної до самовдосконалення, є її відкритість новому досвіду, прагнення до безперервного саморозвитку. Це розглядається як провідна характеристика «повнофункціонуючої» особистості.

Оскільки існуючі визначення суб'єктивного благополуччя базуються, з одного боку, на урахуванні балансу позитивних та негативних емоцій, а, з іншого, – на оцінці рівня відчуття щастя та задоволеності життям; для дослідження, відповідно, були використані тест «PANAS» авторів Д. Уотсона, Л.Е. Кларка, А. Теллегена, модифікованої Є.М. Осінім («Шкала позитивного афекта та негативного афекта») [69], та опитувальник «Шкала задоволеності життям» Е. Дінера, Р. Емонса, Р. Ларсена та Ш. Гріфін в адаптації Д.О. Леонтєва і Є.М. Осіна [68]. При проведенні тесту «Шкала позитивного афекту та негативного афекту» (PANAS) респондентам було запропоновано оцінити інтенсивність емоційних переживань різної модальності протягом двох тижнів. На матеріалі отриманих результатів визначався баланс позитивних та негативних емоцій досліджуваних.

Розглядаючи критерії оцінки успішності життєдіяльності людини цікавим є підхід Е. Дінера до визначення основних факторів, які впливають на задоволеність життям, що лягли в основу розробки вищезазначеного опитувальника. Перший фактор стосується якості соціальної взаємодії (наявність тісних сімейних стосунків та кола близьких друзів). Наступний фактор пов'язаний з роботою (навчанням). Тобто, високий рівень задоволеності життям досягається за рахунок професійної (навчальної) діяльності, яка суб'єктивно переживається як важлива та значуща, безвідносно до її матеріального компоненту. І, насамкінець, третій фактор – особистісний (задоволеність собою, своїм релігійним, духовним життям та саморозвитком). Е. Дінер також стверджує, що рушійним фактором, який спричиняє активність,

спрямовану на підвищення рівня задоволеності життям, є наявність у людини важливої мети, яка зумовлює особистісне зростання [190].

На підставі даних, отриманих за методиками «Шкала позитивного афекту та негативного афекту» та «Шкала задоволеності життям», був здійснений підрахунок показника суб'єктивного благополуччя за формулою, запропонованою Е. Дінером [142]:

$$SWB = LS + PA - NA,$$

де SWB – суб'єктивне благополуччя; LS – задоволеність життям; PA – позитивна ефективність; NA – негативна ефективність.

Таке розуміння задоволеності життям цілковито відповідає наслідковим результатам успішності вирішення провідних життєвих задач людини, що були наведені у попередніх розділах.

Проте, як наголосив у своїх роботах К. Кіз [158, 159], життєдіяльність людини включає в себе як внутрішньо особистісний, так і соціальний компоненти, кожен із яких привносить у життя свої вимоги та виклики. А оскільки індивідуум всебічно інтегрований у соціальні структури, дослідження особливостей його соціального благополуччя становить необхідну умову повноцінної оцінки його життєвого успіху.

Високий рівень соціального благополуччя передбачає відчуття себе комфортно в оточенні інших людей, а також впевненість у своїх можливостях самоактуалізації у цьому оточенні. Впевнена у собі людина певною мірою незалежна від тиску з боку суспільства, проте психологічно стійка особистість здатна підтримувати баланс між силою особистісного впливу та чутливістю до впливу навколишнього середовища. Порушення цього балансу знижують відчуття соціального благополуччя особистості. Отже, рівень соціального благополуччя визначається оцінкою соціальних умов життєдіяльності людини та рівнем ефективності соціального функціонування індивіда. З метою дослідження соціального благополуччя, як одного з аспектів прояву життєвого успіху людини, було застосовано опитувальник «Шкала соціального

благополуччя» («Social well-being scale») автора К. Кіза, адаптовану Четверик-Бурчак А.Г. [107] (Додаток А). Опитувальник складається з 15 тверджень, кожне з яких респондентам пропонується оцінити за шкалою від 1 (абсолютно не згоден) до 7 (абсолютно згоден). Опитувальник, за аналогією з п'ятикомпонентною моделлю соціального благополуччя К. Кіза, передбачає вимірювання 5 субшкал:

1. *Соціальне прийняття*. Індивідууми із розвиненим соціальним прийняттям довіряють оточуючим, визнають їхню здатність виявляти доброту, зазначають їхню працелюбність. Іншими словами, вони характеризуються позитивним ставленням до людської природи та відчують себе комфортно в оточенні інших. Соціальне прийняття виступає як своєрідний соціальний аналог самоприйняття.

2. *Соціальна актуалізація* – оцінка потенціалу й траєкторії руху суспільства. Тобто, впевненість в еволюції суспільства, відчуття того, що суспільство володіє певним потенціалом, який реалізується через соціальні інститути та громадське суспільство. Соціально здорові індивідууми відчують те, що вони та оточуючі їх громадяни відповідальні за розвиток суспільства.

3. *Узгодженість з суспільством* – сприйняття якості, організації та структури соціального світу. Здорові особистості не тільки турбуються за світ, в якому вони живуть, але й розуміють сутність процесів, які в ньому відбуваються. Такі індивідууми не вводять себе в оману стосовно того, що вони живуть в ідеальному світі. Вони стимулюють пошук сенсу життя у реальному світі.

4. *Соціальний внесок* – оцінка своєї «соціальної цінності». Включає в себе відчуття життєвоважливим членом суспільства, впевненість у цінності своєї життєдіяльності для суспільства.

5. *Соціальна інтеграція* – оцінка якості відносин із суспільством. Соціальна інтеграція визначається відчуттям наявності спільних рис з

референтною соціальною групою, яка конструює соціальні реалії індивідуума, а також відчуттям приналежності до неї [158].

Інтегративний показник благополучності життя був оцінений за допомогою опитувальника «Безперервності психічного здоров'я – коротка форма» («Mental Health Continuum – Short Form») автора К. Кіза (адаптована Е.Л. Носенко та А.Г. Четверик–Бурчак, зі згоди автора [60]). Підхід автора до оцінки психічного здоров'я ґрунтується на уявленні, згідно з яким психічно здорові індивіди не тільки не мають психічних розладів, але й відчують задоволення від життя, демонструють ознаки позитивного функціонування, тобто вважають себе психологічно благополучними й соціально адаптованими, що є однією з ознак успішності життєдіяльності особистості.

На думку відомих дослідників, проблеми оптимального функціонування людини [131], рушійним фактором який спричиняє активність, спрямовану на підвищення рівня задоволеності життям, а отже і сприяє життєвому успіху людини, є наявність у людини важливої мети, яка зумовлює особистісне зростання. Розвиток – це зміни, що мають свій початок та рухаються до певної мети. Тому наступним показником успішності життєдіяльності людини нами обрано саме наявність мети життя та її насиченість. Для операціоналізації вищезазначених критеріїв нами було обрано методику «Смисложиттєвих орієнтацій» (СЖО) Д.О. Леонтьєва (адаптована версія опитувальника Дж. Крамбо та Л. Махолика «Мета в житті») [42]. Опитувальник становить собою 20 симетричних питань, що складаються з пари цілісних альтернативних речень. Показники тесту включають загальний показник сенсу життя, а також п'ять субшкал, що відображають три смисложиттєві орієнтації («сенси життя», «інтерес та емоційна насиченість життя», «задоволеність самореалізацією») та два аспекти локусу контролю («локус контролю-Я», «локус контролю-життя» (керуваність життя)). Отже, за тестом «СЖО» життя вважається таким, що має сенс при наявності цілей, відчуття задоволеності при їхньому досягненні та

впевненості у власних можливостях ставити перед собою цілі, обирати задачі й досягати бажаних результатів.

Згідно з теорією самоефективності А. Бандури [120], успішність вирішення життєвих завдань залежить як від відповідності поставлених завдань об'єктивним можливостям людини, так і від впевненості у власних ресурсах їх ефективною реалізації. З метою перевірки цього положення у дослідженні було використано методику «Шкала самоповаги» М. Розенберга [65]. Шкала складається з 10 запитань, кожне з яких досліджуваний повинен оцінити за чотирьохбальною шкалою.

Для оцінки зовнішніх компонентів успішності життєдіяльності було застосовано анкету «Adult adjustment test» G.E. Vaillant [211], адаптовану в лабораторії соціально-психологічної адаптації особистості кафедри соціальної психології Южно-Уральського державного університету під керівництвом Н. М. Мельнікової [52]. Анкета складається з 28 запитань, спрямованих на визначення нормативних критеріїв зовнішнього добробуту: професійного статусу, рівня прибутку, умов праці, сімейного стану, побутової облаштованості та форм проведення дозвілля.

Важливим елементом досліджень емоційного інтелекту в аспекті його зв'язку з успішністю вирішення провідних життєвих задач є його зв'язок з вибором *стратегій психологічного подолання стресу*. У разі, коли емоційний інтелект розглядати ресурсом подолання, він буде потенційно опосередковувати вплив дії стресогенних подій на життєдіяльність особистості. Необхідно зазначити, що, визначаючи домінуючий тип долаючої поведінки, ми дотримуємось обґрунтованого у попередньому підрозділі положення, згідно з яким, людина з високим рівнем емоційного інтелекту ймовірно відчуває певну незалежність від ситуації вибору стратегії стресоподолання, оскільки її стратегії базуються на тих настановах, які сформувались та закріпились у досвіді. Вважаємо, що у суб'єктів із високим рівнем сформованості емоційного інтелекту різні форми подолаючої поведінки, у тому числі і уникнення певних

ситуацій, представлені рівномірно у гармонійному поєднанні з загальним переважанням найбільш продуктивної з них – концентрації на задачі.

Для діагностики характеру вибору стратегій психологічного подолання стресу нами використана методика «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях», яка розроблена Н. Ендлером, Дж. Паркером та адаптована Т. А. Крюковою [93]. Автори цієї методики виділили чотири основні стратегії реагування людини на складні життєві ситуації:

1. *Концентрація на проблемі* (проблемно-орієнтоване подолання) розглядається як найбільш дійова стратегія психологічного подолання, за допомогою якої здійснюється оцінка ситуації, підбір потенційних можливостей та засобів її розв'язання та, найголовніше – прийняття рішення і здійснення активних кроків щодо його реалізації.

2. *Емоційно-орієнтоване подолання* (емоційне реагування) характеризує налаштованість людини на переживання негативних емоцій і почуттів: гніву, образи, болю, відчаю, самозвинувачення, через неготовність до активних дій у складній ситуації.

3. *Уникнення* – відмова від вирішення проблеми шляхом відволікання, занурення у інші сфери активності, намагання відкласти вирішення проблем «на потім», ігнорування існуючих труднощів. Ця стратегія подолання вважається пасивною і менш продуктивною, однак іноді уникнення є доцільним, якщо обставини несприятливі людині.

4. *Пошук соціальної підтримки* виявляється у зверненні до інших людей за порадою та допомогою у стресовій ситуації.

З метою перевірки зв'язку рівня сформованості емоційного інтелекту з проявами так званих «темних рис особистості» у вигляді підвищеного рівня нарцисизму та макіавеллізму, пов'язаних з відчуттям переваги над іншими, потребою постійно відчувати захоплення з боку оточуючих та схильністю до маніпуляції оточуючими, у дослідженні був задіяний наступний методичний інструментарій:

– макіавеллізм вивчався за допомогою опитувальника Мак-IV Р. Крісті та Ф. Гейза в адаптації В.В. Знакова [29]. Методика складається з 20 запитань, кожне з яких досліджувані оцінювали за семибальною шкалою;

– нарцисізм вимірювався за допомогою опитувальника «Нарцисичні риси особистості» О.А. Шамшикової та Н.М. Клепнікової [109]. Опитувальник складається з 67 запитань, які розподілені за 9 шкалами: 1) грандіозне почуття самозначущості; 2) захопленість фантазіями; 3) віра в особистісну унікальність; 4) потреба у постійній увазі та захопленні; 5) очікування особливого відношення; 6) маніпуляція у міжособистісних відносинах; 7) відсутність емпатії; 8) надмірна захопленість почуттям заздрості; 9) зарозуміла поведінка.

На підставі теоретичного аналізу рис темної тріади можна зробити висновок, що особи з високими показниками зазначених вище рис особистості відчують складності у побудові дружніх стосунків з оточуючими. Це пов'язано не лише з труднощами у спілкуванні, але й з постійною зосередженістю на власних бажаннях і потребах, заради яких вони нехтують інтересами оточуючих. Така неповага до оточуючих досить часто призводить до антисоціальної та деліквентної поведінки, що унеможлиблює оптимальне функціонування особистості у соціумі.

За допомогою обраного методичного інструментарію було проведено перевірку висунутої гіпотези в емпіричному дослідженні, описання організації якого представлено у розділі 3.

Висновки до другого розділу

1. На підставі розглянутих у цьому розділі основних характеристик життєдіяльності людини, які дають уявлення про її цілісність й унікальність, обґрунтовано підхід до операціоналізації життєдіяльності через аналіз ефективності виконання провідних життєвих завдань людини як складної мережевої системи. Тобто через такі складові: 1) забезпечення суб'єктивного

благополуччя людини; 2) підтримування доброзичливих стосунків із оточуючими; 3) забезпечення успішності самореалізації та самовдосконалення.

2. Розгляд структури «життєдіяльності» особистості в аспекті її зв'язку з внутрішньоособистісними та міжособистісними компонентами емоційного інтелекту уможливило формулювання наступних гіпотетичних припущень:

а) механізм впливу емоційного інтелекту на забезпечення суб'єктивного благополуччя полягає у здатності осіб з високим рівнем емоційного інтелекту виявляти емоційно-вольові здібності, вміння налаштуватись на активну діяльність. Емоційний інтелект забезпечує оптимальний для ефективного функціонування людини баланс позитивних та негативних емоцій та дотримання адаптивних і гнучких стратегій подолання стресогенних ситуацій (орієнтація на активне подолання життєвих ускладнень, соціальна підтримка, опрацювання особистих травм минулого). Більш низький рівень вразливості емоційно розумних індивідів до дії організаційних стресів, що знижують продуктивність праці, сприяє забезпеченню матеріального благополуччя;

б) рівень емоційного інтелекту впливає на здатність індивіда до побудови та підтримування доброзичливих стосунків з оточуючими через наявність у емоційно розумної людини особистісних ресурсів саморегуляції емоційних станів, здатності ідентифікувати та керувати емоціями оточуючих, розвиненої емпатії. Емпатія ймовірно забезпечує зниження кількості конфліктних ситуацій, позитивно впливає на вміння ефективно працювати у робочому колективі та сприяє зростанню відчуття приналежності до групи, задоволеності якістю соціальної сфери життєдіяльності загалом. Здатність до адекватного розпізнавання як своїх емоцій, так і емоцій оточуючих забезпечує можливість правильної інтерпретації вербальних та невербальних повідомлень, що сприяє побудові міцних міжособистісних стосунків. Контроль емоційної експресії, саморегуляція та вміння керувати емоціями оточуючих людей забезпечує стабільність відносин і переживання щастя. Здатність індивідів з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту вибачати один одного

позитивно впливає як на близькість і задоволеність стосунками з оточуючими, так і на переживання задоволеності собою;

в) механізм впливу емоційного інтелекту на успішність професійної самореалізації полягає у здатності емоційно розумних особистостей більш успішно долати ситуації організаційного стресу та тиску як за рахунок емоційної саморегуляції, так і завдяки формуванню гармонійних стосунків з колегами. Крім того, мотиваційна складова емоційного інтелекту сприяє налаштуванню працівника на активну діяльність задля досягнення поставленої мети, що покращує продуктивність праці, а отже, і її наслідкові результати у формі задоволеності самореалізацією, сприяє спрямуванню суб'єктної активності особистості на самовдосконалення;

г) диференційований підхід до визначення критеріїв життєвого успіху потребує урахування як внутрішніх (суб'єктивних), так і зовнішніх, (нормативних) показників ефективності життєздійснення. Співвіднесення такого підходу з ієрархічною моделлю рівнів сформованості емоційного інтелекту зумовлює виокремлення нижчезазначених форм успішності життєдіяльності.

Низький рівень розвитку емоційного інтелекту ймовірно зумовлює низькі показники за внутрішніми та зовнішніми результативними ознаками благополуччя людини через відсутність у індивіда емоційно-вольових ресурсів для досягнення як суб'єктивних ознак благополуччя, так і об'єктивних показників добробуту, властивих етапу розвитку суспільства.

Помірний рівень емоційного інтелекту може, з одного боку, сприяти підвищенню якості життя, з точки зору нормативних показників благополуччя, а з іншого, – супроводжуватись надмірним рівнем емоційної напруги. Підвищена чутливість до власних емоційних станів та емоцій оточуючих, збереження ситуативної зумовленості афекту сприяє зниженню суб'єктивного задоволення власним життям.

Системна орієнтація життєдіяльності (її відповідність внутрішнім та зовнішнім аспектам успішності) забезпечується на найвищому рівні сформованості емоційного інтелекту. З одного боку, надситуативний характер дій людини з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту зумовлює звільнення від безпосередньої зовнішньої детермінації активності, з іншого – перешкоджає перетворенню людини у раба власних потреб, потягів та миттєвих інтересів, надає їй поведінці ознак чесноти. Важливою характеристикою цього рівня мотивації є внутрішня опосередкованість емоційного реагування засвоєними суспільними нормами та цінностями. Людина переживає задоволеність собою як суб'єктом життєдіяльності.

РОЗДІЛ ІІІ

РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ МЕХАНІЗМІВ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА УСПІШНІСТЬ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Розглядаються організація і процедура проведення емпіричного дослідження, характеризується вибірка досліджуваних, описується процедура адаптації автором методичного інструментарію (опитувальник «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» та «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза); аналізуються результати емпіричного дослідження психологічних механізмів впливу емоційного інтелекту як інтегральної ознаки особистісної ідентичності на успішність життєдіяльності людини, визначеної у термінах ефективності виконання провідних життєвих завдань.

На підставі теоретичного аналізу визначено програму емпіричної частини роботи і систему дослідницьких процедур спрямованих на діагностику механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості.

3.1. Завдання, організація, основні етапи емпіричного дослідження

Відповідно до обґрунтованого у другому розділі підходу до дослідження механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості, що ґрунтується на урахуванні проявів внутрішньоособистісного та міжособистісного компонентів емоційного інтелекту та їхнім закономірним зв'язком з внутрішніми та зовнішніми ознаками ефективності виконання провідних життєвих завдань людини, здійснено реалізацію дослідження для трьох нееквівалентних груп. Дослідження передбачало забезпечення можливості порівняти успішність життєздійснення осіб з різними рівнями

сформованості емоційного інтелекту. Додатковим критерієм для формування нееквівалентних груп слугували показники онтологічних (сутнісних) ознак, у якості яких було обрано п'ять глобальних факторів особистості, а саме: емоційну стійкість, сумлінність, доброзичливість, екстраверсію, відкритість новому досвіду, яким належить роль диспозиційних компонентів емоційного інтелекту. Крім того, здійснено спробу обґрунтування доцільності застосування імпліцитної оцінки емоційного інтелекту із застосуванням критеріального виміру безперервності психічного здоров'я людини.

Як було теоретично обґрунтовано у попередніх розділах роботи, *найвищим рівнем* прояву емоційного інтелекту є розвинутий рівень внутрішнього світу людини. Він ґрунтується на наявності у суб'єкта відповідних настанов стосовно можливих, особисто для нього альтернатив поведінки у конкретних ситуаціях життєдіяльності. За таких умов людина здатна регулювати власну поведінку на надситуативному рівні, враховуючи власні ідеали та сенс життя [59].

Згідно з припущенням нашого дослідження, в основу якого покладено уявлення А.О. Реана [79] про зовнішні та внутрішні критерії адаптації людини, а також спираючись на відомості про виокремлення провідних життєвих завдань людини у процесі життєтворення [61], вважаємо, що для індивідумів з *найвищим рівнем* розвитку емоційної розумності властиві ознаки успішності життєдіяльності як за показниками зовнішнього (об'єктивного) благополуччя, так і за внутрішнім критерієм відчуття суб'єктивної задоволеності ефективністю життєздійснення.

Середньому рівню сформованості емоційного інтелекту відповідає здійснення зовнішньої активності (діяльності, спілкування) через довільний контроль, на підставі уявлень (мислення), із застосуванням певних вольових зусиль, що відбиватимуться у свідомості на рівні емоційних переживань [59]. Це специфічне усвідомлення суб'єктом власного емоційного інтелекту, на нашу думку, може супроводжуватись зниженням відчуття задоволеності життям,

оскільки внутрішні ресурси не узгоджуються з вимогами та тиском з боку оточуючого середовища.

Найнижчому рівню сформованості емоційного інтелекту відповідає здійснення емоційного реагування за механізмом умовного рефлексу (реактивна дія) на низькому рівні його усвідомлення [59]. За таких умов ефективність життєдіяльності, ймовірно, знижується та перешкоджає досягненню життєвого успіху, що полягає у гармонійному співвіднесенні зовнішніх та внутрішніх показників пристосованості до життя.

До першої групи увійшло 56 досліджуваних представників високого рівня сформованості емоційного інтелекту. Другу групу склали 54 особи з середнім рівнем розвитку емоційної розумності. Третя група охоплює 25 осіб з низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту.

Під час емпіричного дослідження виконувались такі дослідницькі завдання:

1) Перевірка обґрунтованості запропонованого у дослідженні теоретичного підходу до визначення емоційного інтелекту як системної інтегральної властивості особистісної ідентичності та з'ясування психологічних механізмів впливу рівня сформованості його компонентів на успішність життєдіяльності людини;

2) Підбір методичного інструментарію для забезпечення комплексної діагностики форм прояву емоційного інтелекту та ознак його впливу на успішність життєдіяльності людини.

Виконанню цієї задачі сприяла поява в арсеналі дослідження позитивного функціонування людини опитувальників «Безперервності психічного здоров'я – коротка форма» та «Шкали соціального благополуччя» К. Кіза. Підхід автора до оцінки безперервності психічного здоров'я правомірний, на нашу думку, оскільки визначає психічне здоров'я людини в термінах динаміки переживання нею відповідних психічних станів, що відображають рівень психологічного, соціального благополуччя, задоволеності/незадоволеності людини життям.

Оскільки психічні стани, як наголошують С.Д. Максименко [50; 51] та інші дослідники емоційних станів людини [63], становлять собою не тільки ланцюг, що об'єднує психічні процеси й стабільні психологічні властивості особистості, а й форму віддзеркалення ставлення суб'єкта до власних психічних проявів, застосування даного опитувальника адекватно відбиває ознаки стабільності/мінливості станів. Адаптація опитувальників до завдань дослідження здійснювалась на його початковому етапі;

3) Статистична оцінка вірогідність впливу рівнів сформованості емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності як форми відображення у свідомості людини її афективних реакцій;

4) Диференціація ієрархії вірогідності впливу компонентів емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості.

5) Визначення перспектив подальших емпіричних досліджень даного спрямування.

Експериментальні гіпотези дослідження ґрунтувались на твердженнях:

1. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту сприяє забезпеченню власного суб'єктивного благополуччя людини.

2. Якщо індивіду притаманний високий рівень розвитку емоційного інтелекту, він здатний налагоджувати та підтримувати доброзичливі стосунки із оточуючими.

3. Рівень сформованості емоційної розумності потенційно впливає на ефективність самореалізації та самовдосконалення людини.

4. Успішність життєдіяльності людини як за зовнішніми, так і за внутрішніми критеріями досягається на найвищому рівні розвитку емоційного інтелекту як інтегральної властивості особистісної ідентичності, яка набуває ознак чесноти.

Доведення існування статистично значущих розбіжностей між групами досліджуваних, які відносяться до кластерів із різними рівнями сформованості емоційного інтелекту в показниках успішності вирішення провідних життєвих

завдань та визначення ієрархії компонентів емоційного інтелекту як потенційних факторів-предикторів життєвого успіху, можна було б розглядати як підтвердження гіпотези про наявність механізмів впливу емоційного інтелекту на ефективність життєздійснення людини.

Обґрунтування формування вибірки. Загальна кількість досліджуваних склала 298 осіб, з яких:

– 135 осіб (75 жінок, 60 чоловіків): 60 осіб віком від 24 до 35 років представників, які займаються оперативно-службовою діяльністю; 52 студенти денного та заочного відділення Національного гірничого університету (27 студентів гуманітарних спеціальностей віком від 18 до 32 років, 25 студентів представників технічних наук віком від 18 до 35 років); 23 студента гуманітарних спеціальностей денного відділення Дніпропетровського національного університету ім. Олесья Гончара віком від 17 до 22 років.

– 163 особи (78 жінок, 85 чоловіків) віком від 18 до 35 років склали додаткову вибірку: 87 представників різних професій, 76 студентів технічних та гуманітарних спеціальностей денного відділення Національного гірничого університету. Представники зазначеної вибірки брали участь у процедурі адаптації опитувальників «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» та «Шкала соціального благополуччя» автора К. Кіза.

Досліджувані виявили прагнення до співпраці та саморозкриття. Необхідно зазначити наявність високого рівня вмотивованості з метою самоаналізу та прагнення отримати зворотній зв'язок щодо інформації про їхню особистість.

Організація та проведення дослідження. Дослідження проводилось протягом 2011-2015 років і складалось з пілотажного та основного етапів. Метою проведення пілотажного дослідження було здійснення адаптації на україномовній вибірці діагностичного інструментарію, розробленого американським дослідником К. Кізом («MHC-SF», «Social well-being scale») та перевірка його інформативності й доцільності застосування у запланованому

емпіричному дослідженні. Після проведення діагностики отримані результати обговорювались з експертами – викладачами та науковцями факультету психології Дніпропетровського національного університету імені Олеся Гончара.

На першому етапі основного дослідження респонденти пройшли психологічне тестування за методиками, що дають уявлення про наявний рівень розвитку емоційного інтелекту, з урахуванням його диспозиційних ознак.

Для цього було застосовано три психодіагностичних інструменти: опитувальник «ЕмІн» Д. В. Люсіна, «Методику дослідження соціального інтелекту» Дж. Гілфорда і М. Саллівена в адаптації Є.С. Михайлової, опитувальник «Локатор Великої П'ятірки», створену Дж. Ховардом, П. Медина та Ж. Ховард (адаптація Л. Ф. Бурлачука і Д. К. Корольова) для розподілення досліджуваних на 3 групи за ступенем розвитку компонентів емоційного інтелекту, як це зазначалось у другому розділі. У подальшому в якості підґрунтя для розподілення груп досліджуваних за формами прояву емоційного інтелекту як інтегральної ознаки особистісної ідентичності були включені показники, отримані за допомогою опитувальника «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза в адаптації Е.Л. Носенко та А.Г. Четверик-Бурчак.

Одночасно з цим, було діагностовано внутрішні (суб'єктивні) ознаки та наслідкові результати успішності виконання провідних життєвих завдань людини а саме: рівень сформованості смисложиттєвих орієнтацій (методика «СЖО» в адаптації Д.О. Леонтьєва), рівень психологічного («Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф в адаптації С.В. Карсканової), суб'єктивного («Шкала задоволеністю життям» Е. Дінера в адаптації Д.О. Леонтьєва та Є.М. Осіна, «Шкала позитивного афекту та негативного афекту» Є.М. Осіна, розробленої на основі англomовної методики «PANAS») та соціального благополуччя («Шкала психологічного благополуччя» К. Кіза в адаптації А.Г. Четверик-Бурчак), ступінь безперервності відчуття психічного

здоров'я (опитувальник «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза в адаптації Е. Л. Носенко та А. Г. Четверик-Бурчак), рівень самоповаги людини («Шкала самоповаги» М. Розенберга), вибір стратегії стресоподолання (методика «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях», Н. Ендлера, Дж. Паркера в адаптації Т.А. Крюкової), успішність життєдіяльності за зовнішніми показниками адаптації (анкета «Adult adjustment test» Дж. Вейланта) адаптовану під керівництвом Н.М. Мельникової).

Для підтвердження адекватності підходу до формування вибірки досліджуваних та виокремлення трьох груп із різними рівнями розвитку емоційного інтелекту було проведено порівняння відповідних кількісних даних (із застосування t – критерію Ст'юдента), отриманих за допомогою обґрунтованого у другому розділі методичного інструментарію.

На *завершальному етапі* дослідження здійснено математико-статистичний аналіз отриманих емпіричних даних, їхню структуризацію узагальнення та систематизацію; реалізована психологічна інтерпретація отриманих результатів; зроблено висновки щодо інформативності обраного підходу до дослідження механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності людини та намічено перспективи подальших досліджень подібного спрямування.

Отримані дані оброблені за допомогою факторного (метод головних компонент, обертання за моделлю варімакс), кластерного (алгоритм К-середніх) та множинного лінійного регресійного аналізу.

У підрозділах 3.2. та 3.3. викладено результати апробації зазначеного методичного інструментарію на україномовній вибірці та наведені основні результати емпіричного дослідження: встановлення розбіжностей за внутрішніми та зовнішніми ознаками успішності виконання провідних життєвих завдань (забезпечення власного благополуччя, налагодження доброзичливих стосунків з оточуючими, праця як засіб забезпечення самореалізації та самовдосконалення як спосіб розкриття особистісного

потенціалу) у осіб, які відрізнялись за рівнем розвитку емоційного інтелекту та його диспозиційних особистісних характеристик.

3.2. Процедура адаптації і психометричної перевірки опитувальників «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» та «Шкала соціального благополуччя» автора К. Кіза

Як зазначалось у підрозділі 3.1., метою проведення пілотажного емпіричного дослідження було здійснення первинної адаптації та апробації методичного інструментарію, обраного для перевірки емпіричних гіпотез.

Вибір для адаптації опитувальника «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» автора К. Кіза (додаток А) зумовлена відсутністю чітких критеріїв діагностики психологічного здоров'я людини і його диференціації від психічного здоров'я [56; 98]. Традиційно в науковій літературі психічне здоров'я асоціюється з відсутністю ознак психопатології, а психологічне здоров'я трактується не тільки як відсутність психопатології, а й наявність ознак позитивного функціонування людини.

Опитувальник «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза передбачає операціоналізацію феномену «mental health» у термінах частоти переживання ознак психологічного, соціального та суб'єктивного благополуччя [159], як результуючих показників успішності життєдіяльності людини. Таке розуміння психічного здоров'я ґрунтується на уявленні, згідно з яким психічно здорові індивіди не тільки не мають психічних розладів, але й відчують задоволення від життя, демонструють ознаки позитивного функціонування, тобто вважають себе психологічно благополучними й соціально адаптованими. Незважаючи на те, що англomовне термінологічне словосполучення «mental health» не наведене в Оксфордському словнику з психології [155], воно широкоживане в літературі з проблем психології здоров'я. Зміст співвіднесеного з ним словосполучення «mental status

examination» (діагностика ментального статусу) трактується в згаданому Оксфордському словнику з психології як оцінка стану, спрямованого на визначення можливих психічних відхилень, які відбиваються на певних аспектах поведінки людини, її зовнішньому вигляді, інтелектуальних здібностях, особливостях гігієни, соціалізації та моторної активності, настрої людини (вираз обличчя, емоційне реагування); у мові й мисленні; нейропсихічних ознаках і симптомах; особливостях концентрації уваги, характеристиках пам'яті, орієнтації в часі та просторі. У цьому світлі словосполучення «mental health continuum», на нашу думку, доцільно перекладати саме як «безперервність прояву ознак психічного здоров'я», задля збереження змісту терміну, представленого в оригінальній версії опитувальника.

Проте, необхідно зазначити, що зміст досліджуваного даним методичним інструментарієм феномену більшою мірою відповідає терміну «психологічного здоров'я», введеного до наукового лексикону психологом І.В. Дубровіною [22]. Вона визначила відмінності між психічним та психологічним здоров'ям людини. Зміст терміну психічне здоров'я трактується автором як особливості перебігу *окремих* психічних процесів і механізмів, на відміну від психологічного здоров'я, яке характеризує особистість у її *цілісності* та полягає у знаходженні оптимального, з суб'єктивного погляду, місця у житті. Особистість з високим рівнем психологічного здоров'я є самодостатньою, у своїй поведінці орієнтується як на соціальні норми, так і на самоорієнтири, які усвідомлені внутрішньо. Психологічне здоров'я розглядається як динамічна сукупність психічних ознак, які забезпечують внутрішній гармонійний розвиток особистості; гармонію людини і суспільства; можливість оптимального функціонування людини у процесі життєдіяльності [22].

Відсутність у вітчизняній психодіагностиці спеціальних засобів оцінювання психічного та психологічного здоров'я визначає наукову

значущість адаптації та валідизації для україномовної вибірки опитувальника К. Кіза, в основу розробки якого покладено підхід до вимірювання безперервності *психічного* здоров'я людини.

Адаптацію та валідизацію опитувальника було проведено на вибірці 163 досліджуваних віком від 18 до 35 років. Незважаючи на те, що методика розрахована на людей віком від 18 до 74 років, залучення більш молодих досліджуваних, на наш погляд, суттєво оцінку валідності тесту не знизило.

Проте, наш варіант адаптації методики можна вважати придатним для застосування в наукових дослідженнях дорослих *осіб юнацького та зрілого віку*. Процес адаптації опитувальника почався з моменту його перекладу українською мовою, здійсненого за участю п'ятох експертів (експертами були психологи, які вільно володіють англійською мовою, у тому числі два з них є членами Фулбрайтівського товариства і проходили стажування у США). У процесі перекладу особливу увагу приділено збереженню і психологічного змісту тверджень, і звичної для українських потенційних користувачів культурної конотації. З метою перевірки адекватності перекладу змісту пунктів опитувальника було зроблено зворотний переклад.

Адаптація, перевірка надійності і валідності опитувальників «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» та «Шкала соціального благополуччя» автора К. Кіза здійснена за допомогою таких прийомів: *ретестова надійність, надійність паралельних форм, конструктна валідність, внутрішня узгодженість та дискримінативність*.

Дані, отримані при перевірці надійності паралельних форм на українській вибірці, наведено у табл. 3.1.

Надійність *паралельних форм* визначено із застосуванням таких методик, як «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріф в адаптації С.В. Карсканової, опитувальник «Шкала суб'єктивного благополуччя» Г. Перуе-Баду (G. Perrudet-Badoux) в адаптації М.В. Соколової [20], «Методика дослідження соціального інтелекту» Дж. Гілфорда і М. Саллівена в адаптації

Є.С. Михайлової, «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості»
Л.І. Вассермана (модифікація В.В. Бойко) [93].

Таблиця 3.1

**Величини коефіцієнтів кореляції r-Пірсона між показниками
безперервності психічного здоров'я і показниками паралельних тестів**

Методики оцінки паралельних форм		Коефіцієнт кореляції (r)	Рівень значущості (p)
Шкала психологічного благополуччя	Самоприйняття	0,635525	0,01
	Позитивні відносини з оточуючими	0,655969	0,01
	Цілі в житті	0,657888	0,01
	Особистісне зростання	0,605621	0,01
	Управління середовищем	0,637084	0,01
	Автономія	0,628256	0,01
	Загальний рівень психологічного благополуччя	0,701771	0,01
Методика дослідження соціального інтелекту	Субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки)	0,743663	0,01
	Субтест 2 (здатність розуміти невербальну інформацію)	0,761111	0,01
	Субтест 3 (здатність розуміти зміст мовної експресії залежно від характеру міжособистісної взаємодії)	0,755794	0,01
	Субтест 4 (здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії)	0,69357	0,01
	Загальний показник рівня соціального інтелекту	0,824509	0,01
Шкала суб'єктивного благополуччя		0,676495	0,01
Показник рівня соціальної фрустрації		-0,80615	0,01

Як бачимо, всі одержані показники статистично значущі, а рівень соціальної фрустрації *від'ємно* корелює із узагальненим показником безперервності психічного здоров'я людини, що цілком відповідає змісту досліджуваного феномену.

Дискримінативність (розрізняюча властивість тесту) адаптованої версії опитувальника «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза вимірювалась коефіцієнтом дельта Фергюсона, який склав 0,98. Отриманий показник можна вважати наближеним до одиниці, що свідчить про те, що дискримінативність тесту існує.

З метою перевірки *конструктної* валідності опитувальника застосовано п'ятифакторну таксономічну модель особистості, яку для української етнічної реальності адаптували Л.Ф. Бурлачук і Д.К. Корольов, – «Локатор великої п'ятірки».

Такий вибір зумовлений, насамперед тим, що він уможлиблює отримання досить детальної інформації щодо так званих глобальних особистісних рис досліджуваних, які відповідають складовим компонентам методики К. Кіза, оскільки існуючі дослідження в галузі позитивної психології підтверджують тісний зв'язок між рівнем психічного здоров'я й «глобальними» рисами особистості (екстраверсія, емоційна стабільність, сумлінність, доброзичливість та відкритість новому досвіду).

Дані конструктної валідності україномовної версії опитувальника наведено у табл. 3.2.

Отже дані, отримані емпіричним шляхом, уможливають прогнозування *від'ємного* зв'язку психічного здоров'я з такими рисами особистості, як нейротизм та інтроверсія, і *додатного* зв'язку – з доброзичливістю, відкритістю новому досвіду та сумлінністю, що підтверджує існуючі відомості з проблеми [160].

**Коефіцієнт кореляції r-Пірсона, отриманий в процесі адаптації
опитувальника «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма»
(конструктна валідність)**

Показник п'ятифакторної моделі		Коефіцієнт кореляції (r)	Рівень значущості (p)
«Локагор великої п'ятірки»	Інтроверсія	-0,69326	0,01
	Сумлінність	0,847345	0,01
	Доброзичливість	0,833866	0,01
	Нейротизм	-0,67689	0,01
	Відкритість новому досвіду	0,834978	0,01

Під час перевірки *ретестової надійності* та *внутрішньої узгодженості* пунктів опитувальника отримано такі результати:

- при повторному тестуванні (через 2 тижні) отриманий коефіцієнт кореляції становив 0,815925 (при $p < 0,01$);
- метод розщеплення навпіл дозволив визначити коефіцієнт кореляції 0,613274 на рівні $p < 0,01$;
- коефіцієнт внутрішньої узгодженості (альфа Кронбаха) дорівнює 0.853.

Україномовну форму опитувальника апробовано та застосовано в дослідженнях ієрархії особистісних чинників безперервності психічного здоров'я [116] та дослідженнях зв'язку безперервності психічного здоров'я із особистісним зростанням молоді [117].

Наступним методичним інструментарієм, котрий підлягав адаптації та апробації, виступив опитувальник «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза [158]. Доцільність застосування даного інструментарію зумовлена внутрішньою структурою життєдіяльності людини, яка охоплює як внутрішньоособистісні,

так і соціальні компоненти, кожен з яких привносить в життя особистості свої вимоги і свої виклики. Оскільки індивідууми всебічно інтегровані у соціальні структури, дослідження особливостей їхнього соціального благополуччя становить необхідну умову для повного та всебічного оцінювання життєдіяльності людини.

«Шкала соціального благополуччя» автора К. Кіза відображає соціальний вимір дослідження феномену психічного здоров'я особистості. У своїй концепції К. Кіз констатує, що впевнена у собі людина певною мірою незалежна від навколишнього середовища, проте психологічно стійка особистість здатна підтримувати баланс між силою особистісного впливу й чутливістю до впливу навколишнього середовища. Порушення цього балансу знижує відчуття соціального благополуччя особистості. Соціальне благополуччя визначається оцінкою соціальних умов та соціальним функціонуванням індивідууму.

К. Кіз визначає рівень соціального благополуччя крізь призму відчуття комфорту в оточенні інших людей, впевненості у власних можливостях самоактуалізації у суспільстві, сприйняття соціального оточення людини як упорядкованого і відчуття приналежності до нього [62].

З огляду на запропоновану автором модель, у дослідженні соціального благополуччя виокремлено п'ять напрямів (субшкал): соціальне прийняття, соціальна актуалізація, узгодженість з суспільством, соціальний внесок та соціальна інтеграція [158].

«Шкала соціального благополуччя» автора К. Кіза пройшла апробацію та валідизацію на англomовній вибірці ($n = 3032$). Критерій Кронбах альфа для шкали становив 0.77 [198]. Показники внутрішньої узгодженості для субшкал складають: соціальне прийняття (0.41), соціальна актуалізація (0.64), узгодженість із суспільством (0.64), соціальний внесок (0.66) й соціальна інтеграція (0.73).

Процес адаптації тесту для україномовної вибірки (додаток Б) розпочався з його перекладу українською мовою, що був здійснений за участю п'яти експертів за аналогією з процедурою перекладу опитувальника «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма».

Наступним кроком процесу валідизації та адаптації тесту було залучення до обстеження вибірки, що нараховувала 163 досліджуваних (85 жінок та 78 чоловіків) у віці від 18 до 35 років.

При здійсненні валідизації опитувальника перевірено *ретестову надійність, надійність паралельних форм, конструктну валідність, внутрішню узгодженість та дискримінативність*.

Дискримінативність методики було перевірено за допомогою коефіцієнта δ Фергюсона. Коефіцієнт δ Фергюсона для опитувальника «Шкала соціального благополуччя» дорівнює 0.977, що свідчить про існування дискримінативності адаптованого варіанту. Окремо був здійснений підрахунок дискримінативності для кожної з субшкал опитувальника.

Отримані коефіцієнти дельта Фергюсона (соціальне прийняття – 0.947; соціальна актуалізація – 0.939; узгодженість з суспільством – 0.937; соціальний внесок – 0.945 та соціальна інтеграція – 0.939) вказують на задовільний розподіл його показників.

З метою визначення надійності паралельних форм нами обрано наступні методики: «Методика дослідження соціального інтелекту» Дж. Гілфорда і М. Саллівена в адаптації Є.С. Михайлової, «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості» Л.І. Вассермана (модифікація В.В. Бойко), опитувальник «Безперервності психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза в адаптації Е.Л. Носенко та А.Г. Четверик-Бурчак. Результати перевірки представлені на табл. 3.3 та табл.3.4.

Таблиця 3.3

Величини коефіцієнтів кореляції між узагальненими показниками соціального благополуччя і показниками шкал соціального інтелекту, безперервності психічного здоров'я і рівня соціальної фрустрації

Методики оцінки <i>паралельних форм</i>		Значення коефіцієнту кореляції r-Пірсона	Рівень значущості (p)
Методика дослідження соціального інтелекту	Субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки)	0,648293	0,001
	Субтест 2 (здатність до розуміння невербальної інформації)	0,668733	0,001
	Субтест 3 (здатність розуміти зміст слів залежно від характеру міжособистісної взаємодії)	0,651483	0,001
	Субтест 4 (здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії)	0,67196	0,001
	Загальний рівень соціального інтелекту	0,738431	0,001
	Опитувальник «Безперервності психічного здоров'я – коротка форма»	0,676495	0,001
Рівень соціальної фрустрації		-0,70442	0,01

Згідно з процедурою адаптації іншомовних опитувальників здійснено перевірку надійності паралельних форм для кожної із субшкал опитувальника «Шкала соціального благополуччя» (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Величини коефіцієнтів кореляції r-Пірсона між показниками субшкал соціального благополуччя і показниками соціального інтелекту, безперервності психічного здоров'я і рівня соціальної фрустрації.

Методики оцінки паралельних форм		Соціальне прийняття	Соціальна актуалізація	Узгодженість з суспільством	Соціальний внесок	Соціальна інтеграція
Методика дослідження соціального інтелекту	Субтест 1*	0.484*	0.579*	0.565*	0.499*	0.510*
	Субтест 2*	0.460*	0.469*	0.456*	0.410*	0.454*
	Субтест 3*	0.466*	0.522*	0.515*	0.438*	0.501*
	Субтест 4*	0.476*	0.537*	0.525*	0.484*	0.550*
	Загальний рівень соціального інтелекту	0.528*	0.591*	0.578*	0.643*	0.565*
Опитувальник «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма»		0.583*	0.620*	0.557*	0.540*	0.591*
Рівень соціальної фрустрації		-0.434*	-0.537*	-0.408*	-0.388*	-0.446*

Примітки: * субтест 1 - здатність розуміти наслідки поведінки; субтест 2 - здатність до розуміння невербальної інформації; субтест 3 - здатність розуміти зміст слів залежно від характеру міжособистісної взаємодії; субтест 4 - здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії; 2) позначка * свідчить про коефіцієнт кореляції на рівні $p < 0,001$.

Як бачимо, всі отримані показники значущі. Треба зауважити, що рівень соціальної фрустрації від'ємно корелює з рівнем соціального благополуччя особистості, що цілком відповідає змісту досліджуваних феноменів.

Дані, отримані при перевірці конструктної валідності опитувальника, наведені в табл. 3.5.

Таблиця 3.5

Показники коефіцієнту кореляції r-Пірсона, отримані в процесі адаптації опитувальника «Шкала соціального благополуччя» (конструктна валідність)

Методика оцінки конструктної	Соціальне прийняття	Соціальна актуалізація	Узгодженість з суспільством	Соціальний внесок	Соціальна інтеграція	Загальний рівень соціального
Інтроверсія	-0.525*	-0.474*	-0.436*	-0.471*	-0.482*	-0,652*
Доброзичливість	0.565*	0.523*	0.495*	0.501*	0.506*	0,658*
Нейротизм	-0.435*	-0.449*	-0.414*	-0.447*	-0.395*	0,695*
Сумлінність	0.478*	0.496*	0.472*	0.454*	0.499*	-0,585*
Відкритість новому досвіду	0.422*	0.410*	0.383*	0.376*	0.488*	0,634*

Примітка: позначка * свідчить про коефіцієнт кореляції на рівні $p < 0,001$.

Отже, отримані емпіричним шляхом дані уможливають прогнозування від'ємного кореляційного зв'язку соціального благополуччя з такими рисами

особистості як нейротизм та інтроверсія. Значущі кореляційні зв'язки також були встановлені з показниками доброзичливості, відкритості новому досвіду та сумлінності.

При перевірці ретестової надійності та внутрішньої узгодженості отримано такі результати:

- під час проведення повторного тестування отриманий коефіцієнт кореляції узагальненого показника соціального благополуччя дорівнює 0,753 (при $p=0,001$); при перевірці ретестової надійності окремих субшкал соціального благополуччя отримано наступні результати: соціальне прийняття (0.589), соціальна актуалізація (0.628), узгодженість з суспільством (0.702), соціальний внесок (0.672), соціальна інтеграція (0.560).
- внутрішня узгодженість перевірялась за допомогою показника Кронбах Альфа, який за «Шкалою соціального благополуччя» становив 0,842. Коефіцієнт внутрішньої узгодженості був також підрахований для наступних субшкал: соціальне прийняття (0,791), соціальна актуалізація (0,926), узгодженість з суспільством (0,631), соціальний внесок (0,904), соціальна інтеграція (0,689).

За результатами пілотажного дослідження можна констатувати відповідність адаптованих варіантів опитувальників вимогам, встановленим у психометриці, за процедурами апробації та адаптації встановлено надійні показники кореляцій та внутрішньої узгодженості.

Прикметно, що з метою визначення нормативних показників для різних вікових груп, а також досліджуваних різної статі, опитувальники потребують подальшої детальної стандартизації.

3.3. Результати емпіричного дослідження механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності людини

На першому етапі математико-статистичної обробки емпіричних даних, отриманих на основному етапі дослідження, їх структуризації, узагальнення та систематизації, був проведений факторний аналіз із метою уточнення висунених гіпотез; виявлення латентних змінних факторів, відповідальних за наявність кореляцій між досліджуваними феноменами.

Проведений факторний аналіз сприяв визначенню ступеня придатності батареї тестів для виявлення змінних, які характеризують оптимальність функціонування людини в процесі життєздійснення.

Процедура факторного аналізу складалась з трьох послідовних етапів:

1. Стандартизація заданих значень змінних (z-перетворення) та побудова матриці інтеркореляцій (обчислювалися попарні кореляції Пірсона для всіх показників).

2. Факторизація матриці кореляцій. На цьому етапі було отримано п'ять груп факторів, які характеризують внутрішню структуру досліджуваного простору ознак. Побудова факторів із матриці інтеркореляцій здійснювалося за допомогою методу головної компоненти із наступним обертанням (ротацією) факторів за моделлю варімакс до положення, в якому вони могли бути змістовно проінтерпретовані.

3. Змістовна інтерпретація результатів.

Отже, факторний аналіз за обраними змінними дозволив виокремити п'ять головних компонент, які сумарно пояснюють 63,93 % дисперсії: «сформованості емоційної регуляції», «домінування смисложиттєвих орієнтацій, стійких особистісних характеристик та досягнення оптимальності функціонування», «домінування соціального благополуччя», «збалансованості передумов психологічного благополуччя» та «різноманітності застосування стратегій стресоподолання».

Факторні навантаження першої компоненти («високого рівня сформованості емоційної регуляції») представлені в табл. 3.6.

Таблиця 3.6

**Факторні навантаження складових компоненти
«високий рівень сформованості емоційної регуляції»
після обертання за методом варімакс**

Фактор	Пояснювальна дисперсія (%)	Факторне навантаження	Назва змінної
1	22,743	,880	Розуміння власних емоцій
		,803	Розуміння емоцій оточуючих
		,859	Керування власними емоціями
		,865	Керування емоціями оточуючих
		,764	Контроль експресії
		,908	Розуміння емоцій
		,920	Керування емоціями
		,914	Внутрішньоособистісний емоційний інтелект
		,875	Міжособистісний емоційний інтелект
		,935	Загальний рівень емоційного інтелекту
		,404	Субтест 3 (здатність розуміти зміст мовної експресії залежно від характеру міжособистісної взаємодії)
		,447	Субтест 4 (здатність розуміти логіку розвитку складних ситуацій взаємодії)

Головна компонента «високий рівень сформованості емоційної регуляції» має вагу 22,74% та наповнена такими позитивно корелюючими змінними, як: розуміння та керування власними емоціями та емоціями оточуючих, контроль експресії, інтегральні показники міжособистісного, внутрішньоособистісного компонентів емоційного інтелекту та загального рівня емоційного інтелекту.

Окрім того, до складу першого фактору також увійшли два показники соціального інтелекту (здатність розуміти зміст мовної експресії залежно від характеру міжособистісної взаємодії та здатність розуміти логіку розвитку складних ситуацій взаємодії).

Факторні навантаження наступної компоненти – «домінування смисложиттєвих орієнтацій, стійких особистісних характеристик та досягнення оптимальності функціонування» представлені в табл. 3.7.

Таблиця 3.7

Факторні навантаження складових компоненти «домінування смисложиттєвих орієнтацій, стійких особистісних характеристик та досягнення оптимальності функціонування», після обертання за методом варімакс

Фактор	Пояснювальна дисперсія (%)	Факторне навантаження	Назва змінної
2	13,522	,865	Емоційна насиченість життя
		,792	Локус контролю – Я
		,786	Задоволеність самореалізацією
		,736	Мета життя
		,528	Керованість життя
		,866	Загальний показник усвідомленості життя
		,607	Суб'єктивне благополуччя
		,513	«Безперервність психічного здоров'я – коротка форма»
		-,510	Нейротизм
		,424	Доброзичливість
		,447	Сумлінність
		,459	Самоповага
		,422	Задоволеність життям

Даний фактор має вагу 13,5% та навантажений високими позитивними кореляціями за показниками смисложиттєвих орієнтацій (емоційна насиченість життя, локус контролю-Я, задоволеність самореалізацією, мета життя, керованість життя, загальний показник усвідомленості життя), за ознаками суб'єктивного благополуччя, безперервності психічного здоров'я, за трьома глобальними особистісними рисами (нейротизм, доброзичливість, сумлінність), самоповагою й задоволеністю життям.

Третій фактор «домінування соціального благополуччя» (табл. 3.8) пояснює 11,92% дисперсії й охоплює позитивні кореляційні зв'язки між усіма змінними соціального благополуччя (соціальне прийняття, узгодженість із суспільством, соціальна інтеграція, соціальна актуалізація, соціальний внесок й інтегральний показник соціального благополуччя людини) за опитувальником «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза.

Таблиця 3.8

Факторні навантаження складових компоненти «домінування соціального благополуччя» після обертання за методом варімакс

Фактор	Пояснювальна дисперсія (%)	Факторне навантаження	Назва змінної
3	11,292	,835	Соціальне прийняття
		,818	Узгодженість із суспільством
		,785	Соціальна інтеграція
		,785	Соціальна актуалізація
		,777	Соціальний внесок
		,850	Загальний показник соціального благополуччя

Факторні навантаження четвертої компоненти («збалансованості передумов психологічного благополуччя») пояснюють 10,97% дисперсії й представлені позитивними кореляціями між шкалами психологічного благополуччя за методикою К. Ріф: прийняття себе, особистісне зростання, екологічна майстерність, мета у житті, автономія, позитивні стосунки з оточуючими та інтегральний показник психологічного благополуччя (див. табл. 3.9).

Таблиця 3.9

Факторні навантаження складових компоненти «збалансованості передумов психологічного благополуччя» після обертання за методом варімакс

Фактор	Пояснювальна дисперсія (%)	Факторне навантаження	Назва змінної
4	10,969	,730	Прийняття себе
		,726	Особистісне зростання
		,683	Екологічна майстерність
		,667	Мета у житті
		,644	Автономія
		,479	Позитивні стосунки з оточуючими
		,824	Загальний рівень психологічного благополуччя

I, насамкінець, п'ятий фактор («різноманітності застосування стратегій стресоподолання») має вагу 5,4 % та охоплює кореляційні зв'язки між змінними, які характеризують проблемно-орієнтоване подолання стресу, копінг-стратегії відволікання й соціального відволікання (табл. 3.10.).

**Факторні навантаження складових компоненти «різноманітності
застосування стратегій стресоподолання»
після обертання за методом варімакс**

Фактор	Пояснювальна дисперсія (%)	Факторне навантаження	Назва змінної
5	5,406	,960	Проблемно-орієнтована копінг-стратегія
		,873	Копінг-стратегія відволікання
		,757	Копінг-стратегія соціального відволікання

Наступний етап обробки отриманих емпіричних даних полягає у розподіленні груп досліджуваних за обраними нормалізованими показниками рівня сформованості внутрішньоособистісного та міжособистісного компонентів емоційного інтелекту та його диспозиційних ознак із застосуванням кластерного аналізу – алгоритм К-середніх.

За результатами кластеризації було сформовано 3 групи (кластери). У першу групу увійшло 56 досліджуваних представників високого рівня сформованості емоційного інтелекту. Другу групу склали 54 людини із середнім рівнем розвитку емоційної розумності. До третьої групи увійшли 25 осіб з низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту.

Як свідчать отримані дані вимірювань рівнів сформованості ознак емоційного інтелекту за допомогою підбраного методичного інструментарію, виокремленні групи досліджуваних відрізняються за усіма показниками обраних ознак. Міжкластерні розбіжності у показниках цих ознак наочно представлені на рис. 3.1.

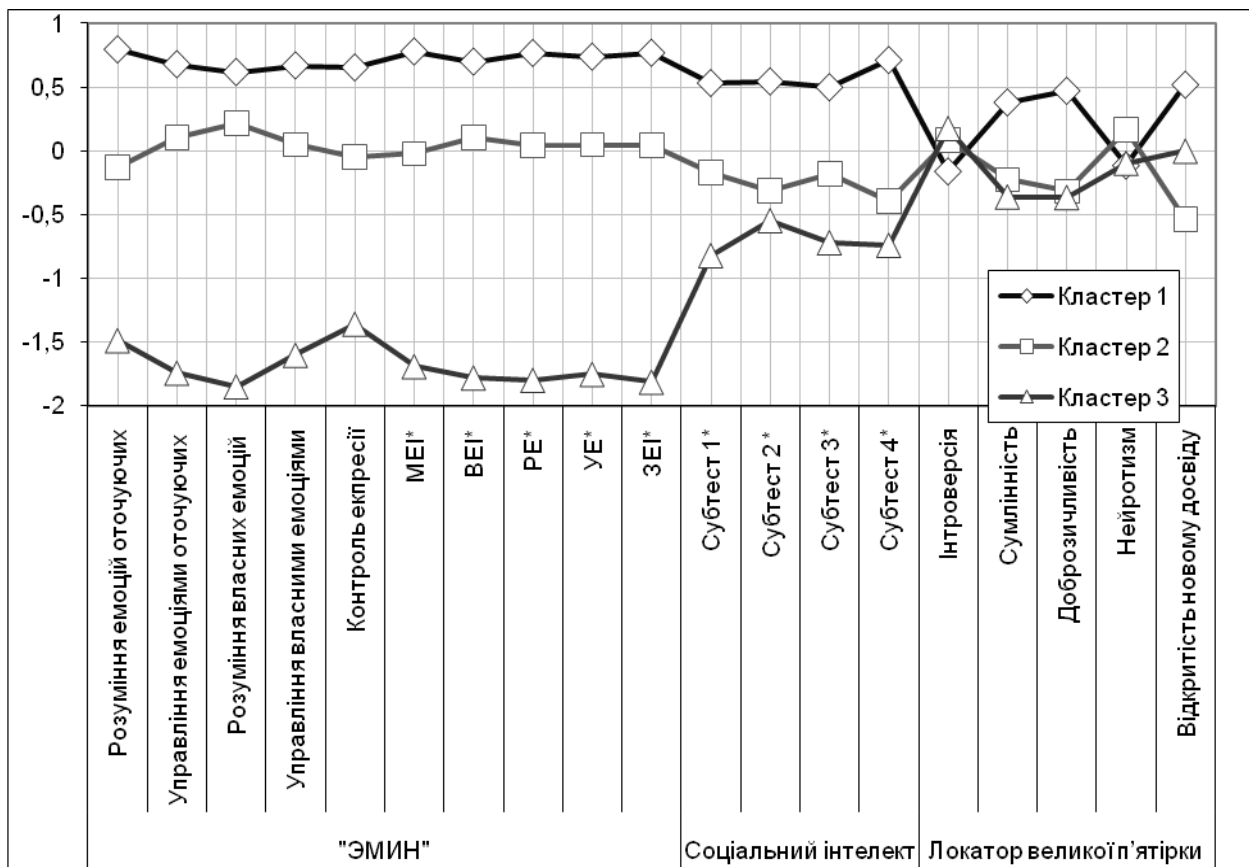


Рис. 3.1. Розбіжності між показниками емоційного інтелекту досліджуваних обраної вибірки

Примітки: позначення показників: MEI – міжособистісний емоційний інтелект; VEI – внутрішньоособистісний емоційний інтелект; PE – розуміння емоцій; UE- управління емоціями; ZEI – загальний емоційний інтелект; субтест 1 - здатність розуміти наслідки поведінки; субтест 2 - здатність до розуміння невербальної інформації; субтест 3 - здатність розуміти зміст слів залежно від характеру міжособистісної взаємодії; субтест 4 - здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії.

Кількісні показники міжкластерних розбіжностей за обраними показниками рівня сформованості внутрішньоособистісного та міжособистісного компонентів емоційного інтелекту наведено в табл. 3.11.

Порівняльні характеристики показників рівня сформованості міжособистісного та внутрішньоособистісного компонентів емоційного інтелекту досліджуваних та розбіжності між ними

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 3	
Опитувальник «ЕмІн»	Розуміння емоцій оточуючих	35,68	22,36	18,09*
	Управління емоціями оточуючих	29,52	16,88	18,99*
	Розуміння власних емоцій	28,96	15,28	23,39*
	Управління власними емоціями	20,62	12,24	16,43*
	Контроль експресії	18,73	11,16	12,26*
	Внутрішньоособистісний емоційний інтелект	68,32	38,68	22,79*
	Міжособистісний емоційний інтелект	65,19	39,24	21,91*
	Управління емоціями	68,87	40,28	22,87*
	Розуміння емоцій	64,64	37,64	29,67*
	Загальний показник емоційного інтелекту	133,52	77,92	28,70*
Методика дослідження соціального інтелекту	Субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки)	10,50	7,04	7,09*
	Субтест 2 (здатність до розуміння невербальної інформації)	8,43	6,04	5,10*
	Субтест 3 (здатність розуміти зміст слів залежно від характеру міжособистісної взаємодії)	8,96	6,08	5,81*
	Субтест 4 (здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії)	7,50	4,12	7,06*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Як свідчать дані табл. 3.11, полярні кластери відрізняються за усіма показниками емоційного інтелекту (отриманими за допомогою опитувальника «ЕмІн» Д.В. Люсіна та «Методикою оцінки соціального інтелекту» Дж. Гілфорда та М. Салівена) при їх попарному порівнянні за t-критерієм Ст'юдента на статистично значущому рівні.

Схожі дані, отримані при порівнянні груп досліджуваних з середнім та низьким рівнями сформованості емоційного інтелекту (табл. 3.12).

Отримані результати свідчать про наявність значущих розбіжностей між зазначеними групами за більшістю ознак сформованості емоційного та соціального інтелекту, за винятком здатності до розуміння змісту невербальної інформації, розбіжності за якою виявились не значущими.

Таблиця 3.12

Порівняльні характеристики показників рівня сформованості міжособистісного та внутрішньоособистісного компонентів емоційного інтелекту груп досліджуваних та розбіжності між ними

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 2	Кластер 3	
Опитувальник «ЕмІн»	Розуміння емоцій оточуючих	30,26	22,36	8,63*
	Управління емоціями оточуючих	26,52	16,88	12,42*
	Розуміння власних емоцій	26,74	15,28	16,92*
	Управління власними емоціями	18,33	12,24	10,02*
	Контроль експресії	16,09	11,16	7,06*

	Назва тестів та їх шкали	Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 2	Кластер 3	
	Внутрішньоособистісний емоційний інтелект	61,16	38,68	15,12*
	Міжособистісний емоційний інтелект	56,78	39,24	12,34*
	Управління емоціями	60,94	40,28	14,05*
	Розуміння емоцій	57,00	37,64	17,06*
	Загальний показник емоційного інтелекту	117,94	77,92	17,99*
Методика дослідження соціального інтелекту	Субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки)	8,70	7,04	2,81*
	Субтест 2 (здатність до розуміння невербальної інформації)	6,55	6,04	1,07
	Субтест 3 (здатність розуміти зміст слів залежно від характеру міжособистісної взаємодії)	7,35	6,08	2,34*
	Субтест 4 (здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії)	4,92	4,12	2,05*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Дані математико-статистичного аналізу проведеної кластеризації за онтологічними (диспозиційними) ознаками емоційного інтелекту представлено в табл. 3.13.

Як свідчать дані, представлені у табл. 3.13, полярні кластери відрізняються за більшістю онтологічних (диспозиційних) показників рівня сформованості емоційного інтелекту до яких, як ми обґрунтували у попередньому розділі, були віднесені риси особистості, які входять у “Велику п’ятірку” факторів. Прикметно, що винятками стали рівні інтроверсії та нейротизму, розбіжності між якими виявились не значущими.

Таблиця 3.13

Порівняльні характеристики полярних кластерів за показниками диспозиційних ознак рівня сформованості емоційного інтелекту досліджуваних та розбіжності між ними

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента	p*
		Кластер 1	Кластер 3		
«Локатор Великої П'ятірки»	Інтроверсія	22,03	23,68	-1,33	не значущі
	Сумлінність	34,75	31,12	3,33	0.001
	Доброзичливість	30,96	27,08	3,79	0.001
	Нейротизм	19,34	19,44	-0,07	не значущі
	Відкритість новому досвіду	29,68	23,35	2,63	0.01

Схожі дані отримані при зіставленні першого й другого кластерів за диспозиційними ознаками емоційного інтелекту (інтроверсія (-1.37), сумлінність (3.70), доброзичливість (4.56), нейротизм (-1.45), відкритість новому досвіду (6.28)).

Необхідно відзначити, що розбіжності за зазначеними ознаками між другим та третім кластером характеризуються відсутністю статистично значущих величин за показником t-критерію Ст'юдента для більшості факторів великої п'ятірки, за винятком відкритості новому досвіду, розбіжності за яким виявились від'ємними (-2.32).

Після розподілення груп досліджуваних на 3 кластери (з високим, середнім та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту) та перевірки розбіжностей між ними за ознаками емоційного інтелекту було здійснено кількісне співвіднесення результатів кластеризації з нормативними показниками, отриманими після процедури валідації опитувальника «ЕмІн» Д.В. Люсіна.

Отримані дані свідчать про те, що представники першого кластеру (56 досліджуваних, які складають 41,5% від загальної вибірки) нараховують у своєму складі 20 осіб з дуже високим значенням інтегративного показника емоційного інтелекту та 36 представників з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту.

Другий кластер (54 досліджуваних, 40% від загальної кількості вибірки) складається, згідно з нормами опитувальника, з 5 досліджуваних з високим рівнем розвитку емоційної розумності, з 46 представників середнього рівня сформованості емоційного інтелекту та 3 – з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту.

Третій кластер (25 досліджуваних, 18,5% від загальної кількості вибірки) налічує 19 осіб з низьким та 5 досліджуваних з дуже низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту. До складу кластеру увійшов один представник з середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту.

Отже, співвіднесення результатів кластеризації з нормами оцінки емоційного інтелекту та отримані статистично значущі розбіжності при порівнянні кластерів за незалежними змінними, дають підстави для розгляду

механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності людини, показники якої обрані у якості еквівалентів залежних змінних.

Порівнюючи полярні кластери було виявлено статистично значущі розбіжності за показниками смисложиттєвих орієнтацій (див. табл. 3.14), обраних у якості результуючих показників успішності розв'язання провідних життєвих завдань.

Таблиця 3.14

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за показниками смисложиттєвих орієнтацій

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію
		Кластер 1	Кластер 3	
Тест смисложиттєвих орієнтацій	Цілі в житті	34,64	27,08	6,11*
	Емоційна насиченість життя	32,93	29,12	3,48*
	Задоволеність самореалізацією	27,93	23,68	4,35*
	Локус контролю Я	22,94	18,76	3,76*
	Керованість життя	32,66	21,76	8,70*
	Загальний рівень осмисленості життя	111,02	93,72	5,43*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Схожі результати отримані при порівняння груп досліджуваних з високим та середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту за показниками смисложиттєвих орієнтацій: цілі в житті (t-критерій = 2,87, при $p < 0,01$);

емоційна насиченість життя (t-критерій = 3,79, при $p < 0,001$); задоволеність самореалізацією (t-критерій = 4,37, при $p < 0,001$); локус контролю «Я» (t-критерій = 3,19, при $p < 0,001$); керованість життя (t-критерій = 3,54, при $p < 0,001$); загальний рівень осмисленості життя (t-критерій = 3,67, при $p < 0,001$).

Значущі розбіжності між полярними групами досліджуваних встановлено також за шкалами психологічного благополуччя, показником суб'єктивного благополуччя, а також за ознаками соціального благополуччя людини (табл. 3.15, 3.16).

Таблиця 3.15

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за показниками психологічного благополуччя

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 3	
Шкали психологічного благополуччя	Самоприйняття	63,36	55,08	3,93*
	Позитивні стосунки з оточуючими	63,77	57,36	2,75**
	Мета в житті	66,71	54,44	6,42*
	Особистісне зростання	62,98	57,96	2,42**
	Екологічна майстерність	61,93	53,04	5,19*
	Автономія	60,37	51,28	4,67*
	Загальний рівень психологічного благополуччя	379,12	329,16	5,43*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$, позначка ** про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,01$.

Наведені результати доводять, що представники полярних кластерів значуще відрізняються між собою за всіма шкалами психологічного благополуччя.

Дані, представлені в табл. 3.16 свідчать, що представників кластера з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту можна охарактеризувати більш соціально та суб'єктивно благополучними порівняно з досліджуваними з його низький рівнем.

Таблиця 3.16

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за ознаками соціального та суб'єктивного благополуччя

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 3	
Тест соціального благополуччя	Соціальне прийняття	13,23	8,44	7,21*
	Соціальна актуалізація	13,46	7,92	8,42*
	Узгодженість із суспільством	13,36	8,44	7,36*
	Соціальний внесок	13,23	8,04	8,23*
	Соціальна інтеграція	12,55	7,36	8,23*
	Загальний рівень	65,84	40,08	8,58*
Суб'єктивне благополуччя		38,39	31,56	2,35**

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$, позначка ** про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,01$

Необхідно відзначити результати порівняння груп досліджуваних з середнім та низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту, які не виявили статистично значущих відмінностей за такими показниками психологічного благополуччя, як: самоприйняття (0.12), позитивні стосунки з оточуючими (0.80), особистісне зростання (0.54) та загальний рівень психологічного благополуччя (1.65). Разом з тим, зазначені групи досліджуваних на статистично значущому рівні ($p < 0,01$) відрізняються за наступними ознаками: автономія (2.85), екологічна майстерність (2.82), мета в житті (2.76).

Результати порівняння груп досліджуваних з високим та середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту за ознаками психологічного благополуччя наведено в табл. 3.17.

Таблиця 3.17

**Розбіжності між групами досліджуваних з високим
та середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту
за показниками психологічного благополуччя**

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію
		Кластер 1	Кластер 2	
Шкали психологічного благополуччя	Самоприйняття	63,36	55,33	5,26*
	Позитивні стосунки з оточуючими	63,77	59,07	2,58**
	Мета в житті	66,71	60,22	4,88*
	Особистісне зростання	62,98	56,92	4,70*
	Екологічна майстерність	61,93	56,29	4,27*
	Автономія	60,37	56,11	2,74**
	Загальний рівень психологічного благополуччя	379,12	343,96	5,36*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$, позначка ** про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,01$.

Результати співставлення кластерів з високим та середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту за показниками соціального та суб'єктивного благополуччя також підтвердили наявність статистично значущих розбіжностей (табл. 3.18).

Таблиця 3.18

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту за ознаками соціального та суб'єктивного благополуччя

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 2	
Тест соціального благополуччя	Соціальне прийняття	13,23	11,79	2,98**
	Соціальна актуалізація	13,46	11,77	3,42*
	Узгодженість із суспільством	13,36	11,79	3,50*
	Соціальний внесок	13,23	11,72	3,47*
	Соціальна інтеграція	12,55	11,38	2,39**
	Загальний рівень	65,84	58,48	3,55*
Суб'єктивне благополуччя		38,38	29,03	3,86*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$, позначка ** про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,01$.

Порівняння другого та третього кластерів за t-критерієм Ст'юдента виявило значущі відмінності (на рівні $p < 0,001$) за усіма показниками соціального благополуччя (соціальне прийняття – 4.38; соціальна актуалізація – 4.92; узгодженість із суспільством – 4.52; соціальна інтеграція – 5.44; соціальне благополуччя – 5.26). Значення t-критерію Ст'юдента при зіставленні груп досліджуваних з середнім та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за показником суб'єктивного благополуччя також є статистично значущим (на рівні $p < 0,01$) та складає -2.63. Це свідчить про те, що досліджувані з більш низькими показниками емоційного інтелекту суб'єктивно відчують себе більш благополучними, аніж індивідууми з середнім рівнем сформованості ознак емоційного інтелекту.

Результати порівняння полярних кластерів за переважаючим типом копінг-поведінки у стресогенних ситуаціях наведені в табл. 3.19.

Таблиця 3.19

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за вибором стратегій подолання стресових ситуацій

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента	p
		Кластер 1	Кластер 3		
Тест копінг-поведінка у стресових ситуаціях	Орієнтація на вирішення проблеми	61,09	51,24	4,79	0.001
	Орієнтація на емоції	41,02	46,68	-2,12	0.05
	Уникнення	48,73	47,84	0,36	-
	Відволікання	20,73	22,12	-0,94	-
	Соціальне відволікання	18,05	15,88	2,46	0.01

Як свідчать отримані дані, досліджувані, які увійшли до кластера з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту, значно частіше, порівняно з представниками третього кластеру, використовують копінг-стратегії, спрямовані на розв'язання проблемної ситуації та стратегію соціального відволікання. Поряд з цим, як переконливо демонструють отримані статистичні дані, орієнтація на емоції при розв'язанні проблемних питань є більш притаманною представникам кластера з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту, аніж емоційно розумним індивідам.

Подібні результати отримані при порівняння груп досліджуваних з високим та середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту: статистично значущими виявились розбіжності за шкалами орієнтації на вирішення проблеми (3.74, $p < 0,01$) та соціального відволікання (2.45, $p < 0,01$). Статистично значущі розбіжності між другим та третім кластером встановлено лише за шкалою орієнтації на вирішення проблеми (2.11, $p < 0,05$).

Результати зіставлення полярних кластерів за ознаками суб'єктивної задоволеності власним життям, за показником безперервності відчуття психічного здоров'я та самоповаги наведено в табл. 3.20.

Таблиця 3.20

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за показниками задоволеності життям та безперервності психічного здоров'я

Назва тестів та їх шкали	Усереднені значення показників		Значення показника t-критерію Стьюдента
	Кластер 1	Кластер 3	
Тест задоволеності життям	23,69	20,52	2,63**
Безперервність психічного здоров'я – коротка форма	50,09	41,84	3,37*
Шкала самоповаги	33,37	29,36	4,94*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$, позначка ** про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,01$.

Групи досліджуваних з високим та середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту також на статистично значущому рівні ($p < 0,001$) відрізняються за показниками задоволеності життям ($t=3.72$), безперервності психічного здоров'я ($t=4.20$) та самоповаги ($t=3.53$). За результатами співставлення другого та третього кластерів за зазначеними показниками статично значущих відмінностей не виявлено.

Як було обґрунтовано у другому розділі, успішність життєдіяльності людини необхідно визначати як за ознаками внутрішнього благополуччя, так і за показниками зовнішньої результативності життя, характерної для етапу розвитку суспільства. Результати, отримані при порівнянні полярних груп досліджуваних за зовнішніми показниками успішності життєдіяльності, наглядно представлені в табл. 3.21.

Таблиця 3.21

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за зовнішніми показниками життєвого успіху

Назва тестів та їх шкали	Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
	Кластер 1	Кластер 3	
Статус та достаток	6,78	3,28	9,15*
Рівень життя	6,48	3,60	8,69*
Умови праці	7,00	3,68	8,55*
Сімейна облаштованість	4,71	3,54	3,26*
Загальний показник пристосованості до життя	24,98	13,96	10,09*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Як наведено у таблиці 3.21, представники кластера з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту статистично значуще відрізняються від досліджуваних з низьким рівнем розвитку емоційної розумності не тільки за внутрішніми, суб'єктивними ознаками життєвого успіху, але й за узагальненим показником пристосованості до життя та його складниками (статус та достаток, рівень життя, умови праці, сімейна облаштованість).

Порівняння першого та другого кластерів за ознаками зовнішнього компонента життєвого успіху також продемонструвало значущі розбіжності (табл. 3.22).

Таблиця 3.22

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту за зовнішніми показниками життєвого успіху

Назва тесту та його шкали		Усереднені значення показників		Значення показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 2	
Пристосованість до життя	Статус, достатки	6,78	4,76	6,40*
	Рівень життя	6,48	4,87	5,89*
	Умови праці	7,00	5,07	6,89*
	Сімейна облаштованість	4,71	4,13	2,52**
	Загальний показник пристосованості до життя	24,99	18,83	7,77*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$, позначка ** про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,01$.

Результати співвіднесення груп досліджуваних з середнім та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту представлені в таблиці 3.23.

Слід також зазначити відсутність значущих розбіжностей між полярними кластерами за показниками макіавеллізму ($t=-0,50$) та більшістю ознак нарцисичної особистості, за виключенням значущих розбіжностей за шкалами «наявності грандіозного почуття самозначущості» та «тенденції до маніпуляції в міжособистісних стосунках» ($t=6,87$ та $6,24$, відповідно, при $p<0,001$).

Таблиця 3.23

Розбіжності між групами досліджуваних з середнім та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за зовнішніми показниками життєвого успіху

Назва тесту та його шкали		Усереднені значення показників		Значення показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 2	Кластер 3	
Пристосованість до життя	Статус, достатки	4,76	3,28	3,84*
	Рівень життя	4,87	3,60	3,43*
	Умови праці	5,07	3,68	3,80*
	Сімейна облаштованість	4,13	3,54	1,60
	Загальний показник пристосованості до життя	18,83	13,96	4,49*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p<0,001$.

Обмеженість підходу до розгляду емоційного інтелекту саме як інтелекту, наявність лише помірних кореляційних зв'язків між емоційним та традиційним інтелектом [148], відсутність об'єктивних критеріїв його виміру, суб'єктивність та культурна забарвленість існуючого інструментального виміру методом

максимальних оцінок, спонукало нас до пошуку інструменту імпліцитної діагностики емоційного інтелекту як ознаки особистісної ідентичності. Для імпліцитної діагностики критеріального виміру рівня розвитку емоційного інтелекту було обрано методику «Безперервності психічного здоров'я – коротка форма», структура та зміст якої, на нашу думку, відповідає поставленій меті.

Результати кластеризації груп досліджуваних за показниками внутрішньоособистісного, міжособистісного компонентів емоційного інтелекту, його диспозиційних ознак та його критеріальною оцінкою із застосуванням опитувальника «Безперервності психічного здоров'я – коротка форма» наведено в табл. 3.24, 3.25.

Таблиця 3.24

Порівняльні характеристики полярних кластерів за показниками диспозиційних ознак рівня сформованості емоційного інтелекту досліджуваних та розбіжності між ними

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента	P
		Кластер 1	Кластер 3		
«Локатор Великої П'ятірки»	Інтроверсія	23,12	23,89	-0,58	не значущі
	Сумлінність	35,22	30,25	4,16	0.001
	Доброзичливість	31,19	26,43	4,02	0.001
	Нейротизм	18,80	21,25	-1,45	не значущі
	Відкритість новому досвіду	29,39	25,75	2,79	0.01

Таблиця 3.25

Порівняльні характеристики показників рівня сформованості міжособистісного та внутрішньоособистісного компонентів емоційного інтелекту досліджуваних та розбіжності між ними

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 3	
Опитувальник «ЕмІн»	Розуміння емоцій оточуючих	36,39	22,71	18,17*
	Управління емоціями оточуючих	29,58	17,64	15,02*
	Розуміння власних емоцій	29,22	16,18	17,79*
	Управління власними емоціями	20,83	12,36	15,47*
	Контроль експресії	19,36	11,57	12,34*
	Внутрішньоособистісний емоційний інтелект	69,41	40,11	20,12*
	Міжособистісний емоційний інтелект	65,97	40,36	18,97*
	Управління емоціями	69,78	41,57	19,80*
	Розуміння емоцій	65,61	38,89	25,43*
	Загальний показник емоційного інтелекту	135,39	80,46	24,45*
Методика дослідження соціального інтелекту	Субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки)	10,68	7,25	7,02*
	Субтест 2 (здатність до розуміння невербальної інформації)	8,80	6,14	6,19*
	Субтест 3 (здатність розуміти зміст слів залежно від характеру міжособистісної взаємодії)	9,51	6,18	7,71*
	Субтест 4 (здатність розуміти логіку складних ситуацій взаємодії)	8,14	4,28	8,96*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Розбіжності між полярними кластерами за показником безперервності психічного здоров'я також виявились статистично значущими (5,63 ($p < 0,001$)).

Як свідчать отримані дані статистичного аналізу, полярні кластери на статистично значущому рівні розрізняються за показниками емоційного інтелекту, його диспозиційних ознак та критеріальної оцінки безперервності психічного здоров'я.

Кількісні показники міжкластерних розбіжностей за показниками позитивного функціонування індивіда представлені в таблицях 3.26 – 3.29.

Таблиця 3.26

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за смисложиттєвими орієнтаціями

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 3	
Тест смисло життєвих орієнтацій	Цілі в житті	34,92	25,68	6,34*
	Емоційна насиченість життя	33,71	27,32	4,51*
	Задоволеність самореалізацією	28,29	22,67	5,11*
	Локус контролю Я	23,80	17,96	5,00*
	Керованість життя	34,22	21,57	10,26*
	Загальний рівень осмисленості життя	113,68	89,68	6,56*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем емоційного інтелекту за ознаками психологічного благополуччя

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 3	
Тест психологічного благополуччя	Самоприйняття	66,14	56,25	5,13*
	Позитивні стосунки з оточуючими	61,05	52,07	4,35*
	Мета в житті	68,48	54,07	7,40*
	Особистісне зростання	65,07	57,39	3,69*
	Екологічна майстерність	63,32	52,11	6,47*
	Автономія	61,05	52,07	4,35*
	Загальний рівень	389,39	325,50	7,02*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Як бачимо із наведених даних, представники полярних кластерів значуще ($p < 0,01$) відрізняються між собою за всіма шкалами смисложиттєвих орієнтацій та психологічного благополуччя.

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за ознаками соціального та суб'єктивного благополуччя

Назва тестів та їх шкали		Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента
		Кластер 1	Кластер 3	
Тест соціального благополуччя	Соціальне прийняття	13,56	8,43	7,51*
	Соціальна актуалізація	13,78	7,86	8,80*
	Узгодженість із суспільством	13,80	8,46	8,01*
	Соціальний внесок	13,44	8,07	8,56*
	Соціальна інтеграція	12,92	7,32	8,60*
	Загальний рівень	67,51	40,03	8,96*
Суб'єктивне благополуччя		41,88	28,46	4,28*
Тест задоволеності життям		24,88	20,07	3,99*
Шкала самоповаги		34,00	28,57	6,29*

Примітка: позначка * свідчить про наявність статистично значущих відмінностей на рівні $p < 0,001$.

Зіставлення полярних кластерів за результуючими показниками успішності виконання провідних життєвих завдань у вигляді задоволеності життям та самоповаги наочно представлено в таблиці 3.29.

Таблиця 3.29

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за показниками задоволеності життям та самоповаги

Назва тестів та їх шкали	Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію	P
	Кластер 1	Кластер 3		
Тест задоволеності життям	24,88	20,07	3,99	0.001
Шкала самоповаги	34,00	28,57	6,29	0.001

Крім того, результати порівняння кластерів за переважаючим типом копінг-поведінки у стресогенних ситуаціях продемонстрували підвищення рівня орієнтації на розв'язання проблеми та соціальне відволікання у представників першого кластеру порівняно з досліджуваними з низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту (табл. 3.30).

Таблиця 3.30

Розбіжності між групами досліджуваних з високим та низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту за вибором стратегій подолання стресових ситуацій

Назва тестів та їх шкали	Усереднені величини показників		Величина показника t-критерію Ст'юдента	p	
	Кластер 1	Кластер 3			
Тест копінг-поведінка у стресових ситуаціях	Орієнтація на розв'язання проблеми	62,12	50,14	5,30	0.001
	Орієнтація на емоції	41,12	46,32	-1,77	-
	Уникнення	49,29	47,57	0,63	-
	Відволікання	20,92	22,50	-0,97	-
	Соціальне відволікання	18,19	15,43	2,90	0.01

Як бачимо, використання критеріальної оцінки рівня розвитку емоційного інтелекту підвищує міжкластерні розбіжності за показниками t-критерію Ст'юдента за усіма ознаками, обраними індикаторами успішності життєдіяльності людини.

Для деталізації аналізу та виявлення домінуючих компонентів емоційного інтелекту, що потенційно впливають на успішність життєдіяльності особистості, було побудовано три кореляційно-регресійної моделі. Статистична обробка здійснювалась за допомогою лінійного множинного регресійного аналізу із застосуванням статистичного пакета IBM SPSS Statistics 20. Добір факторів здійснювався шляхом виключення з моделі найбільш взаємозалежних факторів з урахуванням значущості коефіцієнтів регресії, оцінених за допомогою t-критерію.

На першому етапі перевірялась вірогідність впливу різних аспектів прояву емоційного інтелекту на ефективність пристосованості до життя. Незалежними змінними (предикторами) для регресійного аналізу виступили показники рівня сформованості емоційного інтелекту (розуміння власних емоцій та емоцій оточуючих, керування власними та чужими емоціями, контроль експресії), його диспозиційні ознаки (інтроверсія, нейротизм, доброзичливість, сумлінність, відкритість новому досвіду) та рівень розвитку соціального інтелекту, як складової міжособистісного компоненту емоційного інтелекту (субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки); субтест 2 (спроможність розуміти невербальну інформацію); субтест 3 (здатність розуміти зміст слів в залежності від характеру міжособистісної взаємодії); субтест 4 (здібність розуміти логіку розвитку складних ситуацій взаємодії)).

Результати регресійного аналізу уможливили виокремлення *трьох факторів*, що продемонстрували статистично надійну вірогідність впливу форм прояву емоційного інтелекту на успішність пристосованості до життя, за якими було побудовано трьохфакторну кореляційно-регресійну модель виду:

Загальний показник пристосованості до життя = 1,75 + 0,47*Розуміння власних емоцій + 0,2* субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки) + 0,18*Відкритість новому досвіду.

Результати регресійної статистики наведено в табл. 3.31.

Таблиця 3.31

**Регресійна статистика для трохфакторної моделі
вірогідності впливу показників емоційного інтелекту
на успішність пристосованості до життя**

Показники	Розраховане значення
Множинний R	0,622
R-квадрат	0,387
Скорегований R-квадрат	0,373
Стандартна похибка	4,769

Загальна характеристика побудованої кореляційно-регресійної моделі представлена в таблиці 3.32.

Таблиця 3.32

**Характеристика кореляційно-регресійних зв'язків між факторами
емоційного інтелекту та успішності пристосованості до життя
(у трохфакторній моделі)**

Показники	Коефіцієнти регресії (β)	t-критерій Ст'юдента	Рівень значущості вірогідності прогнозу, p
Розуміння власних емоцій	0,476	6,285	0,001
Відкритість новому досвіду	0,180	2,608	0,01
Субтест 1 (здатність розуміти наслідки поведінки)	0,197	2,586	0,01

Величина коефіцієнту множинної кореляції для трохфакторної моделі успішності пристосованості до життя дорівнює 0,622. Три фактори (розуміння

власних емоцій, здатність розуміти наслідки поведінки, відкритість новому досвіду) прогнозують вірогідність успішної пристосованості до життя.

Стандартні коефіцієнти регресії відображають відносний рівень вірогідності впливу кожного з факторів-предикторів: для змінної «розуміння власних емоцій» $\beta = 0,476$, для змінної «здатність розуміти наслідки поведінки» $\beta = 0,197$, для змінної «відкритість новому досвіду» $\beta = 0,180$. Усі коефіцієнти статистично значущі.

Значення R-квадрата (коефіцієнта детермінації) дорівнює 0,387. Це свідчить про те, що частка дисперсії залежної змінної (загальний показник пристосованості до життя) пояснена регресією, складає 38,7%. Розрахована регресійна модель є значущою за критерієм F-Фішера ($F=27,583$, $p < 0,01$).

Оскільки, як було обґрунтовано у попередньому розділі роботи, оцінка успішності життєдіяльності потребує диференційованого підходу з урахуванням як зовнішніх, так і внутрішніх ознак життєвого успіху. На наступному етапі обробки емпіричних даних за допомогою лінійного множинного регресійного аналізу перевірялась вірогідність впливу тих же самих незалежних змінних (предикторів) на безперервність психічного здоров'я людини.

Виявлені стандартизовані коефіцієнти регресії дозволили встановити компоненти емоційного інтелекту, що демонструють статистично надійну вірогідність його впливу на безперервність психічного здоров'я. За отриманими даними побудовано чотирьохфакторну кореляційно-регресійну модель виду:

Безперервність психічного здоров'я = 1,4 + (-0,30)*Нейротизм + 0,24 * Розуміння емоцій оточуючих + 0,21 * Сумлінність + 0,18 * Доброзичливість.

Результати регресійної статистики наведено в таблиці 3.33.

Таблиця 3.33

**Регресійна статистика для чотирьохфакторної моделі
вірогідності впливу показників емоційного інтелекту
на безперервність психічного здоров'я**

Показники	Розраховане значення
Множинний R	0,622
R-квадрат	0,387
Скорегований R-квадрат	0,368
Стандартна похибка	9,512

Загальна характеристика побудованої кореляційно-регресійної моделі представлена в табл. 3.34.

Таблиця 3.34

**Характеристика кореляційно-регресійних зв'язків між факторами
емоційного інтелекту та безперервності психічного здоров'я
(у чотирьохфакторній моделі)**

Показники	Коефіцієнти регресії (β)	t-критерій Ст'юдента	Рівень значущості вірогідності прогнозу, p
Сумлінність	0,207	2,623	0,01
Нейротизм	-0,303	-4,255	0,001
Розуміння емоцій оточуючих	0,241	3,281	0,01
Доброзичливість	0,184	2,319	0,05

Величина коефіцієнту множинної кореляції для чотирьохфакторної моделі безперервності психічного здоров'я дорівнює 0,622. Чотири фактори

(нейротизм, розуміння емоцій оточуючих, сумлінність, доброзичливість) прогнозують вірогідність безперервності відчуття психічного здоров'я.

Стандарті коефіцієнти регресії відображають відносний рівень вірогідності впливу кожного з факторів-предикторів: для змінної «нейротизм» $\beta = -0,303$, для змінної «розуміння емоцій оточуючих» $\beta = 0,241$, для змінної «сумлінність» $\beta = 0,207$, для змінної «доброзичливість» $\beta = 0,184$. Усі чотири коефіцієнти статистично значущі. Розрахунки свідчать про те, що фактор «нейротизм» від'ємно корелює з безперервністю психічного здоров'я, а для трьох факторів, які залишилися, зареєстровано додатні кореляційні зв'язки (розуміння емоцій оточуючих, сумлінність, доброзичливість).

Значення R-квадрата (коефіцієнта детермінації) дорівнює 0,387. Це свідчить про те, що частка дисперсії залежної змінної (загальний показник пристосованості до життя), пояснена регресією складає 38,7%. Розрахована регресійна модель є значущою за критерієм F-Фішера ($F=20,489$, $p < 0,01$).

Результати, отримані на наступному етапі регресійного аналізу надали змогу виокремити п'ять ознак рівня сформованості емоційного інтелекту, що зі статистично достовірною вірогідністю можуть впливати на сформованість у людини смисложиттєвих орієнтацій (табл. 3.35).

Таблиця 3.35

Регресійна статистика для п'ятифакторної моделі вірогідності впливу показників емоційного інтелекту на осмисленість життя

Показники	Розраховане значення
Множинний R	0,714
R-квадрат	0,510
Скорегований R-квадрат	0,491
Стандартна похибка	12,333

Розраховане рівняння множинної регресії має наступний вигляд:

Загальний показник осмисленості життя = 48,93 + 0,28* Керування власними емоціями + 0,27* Доброзичливість + 0,26* Сумлінність + (-0,24)* Нейротизм + (-0,18)* Інтроверсія.

Загальна характеристика побудованої кореляційно-регресійної моделі представлена в табл. 3.36.

Таблиця 3.36

Характеристика кореляційно-регресійних зв'язків між факторами емоційного інтелекту та осмисленості життя (у п'ятифакторній моделі)

Показники	Коефіцієнти регресії (β)	t-критерій Ст'юдента	Рівень значущості вірогідності прогнозу, p
Керування власними емоціями	0,279	4,168	0,001
Доброзичливість	0,274	3,701	0,001
Сумлінність	0,256	3,611	0,001
Нейротизм	-0,241	-3,779	0,001
Інтроверсія	-0,182	-2,848	0,005

Величина коефіцієнту множинної кореляції для п'ятифакторної моделі вірогідності впливу різних аспектів прояву емоційного інтелекту на осмисленість життя дорівнює 0,714, що свідчить про наявність у моделі високої прогностичної спроможності. Розрахунки свідчать про те, що дві диспозиційні ознаки емоційного інтелекту від'ємно корелюють з осмисленістю життя (нейротизм та інтроверсія), а для трьох компонентів емоційного інтелекту зареєстровано додатні кореляційні зв'язки (керування власними емоціями, сумлінність та доброзичливість).

Стандартні коефіцієнти регресії відображають відносний рівень вірогідності впливу кожного з факторів-предикторів. Цей рівень становить для змінної «керування власними емоціями» $\beta = 0,279$, для змінної «доброзичливість» $\beta = 0,274$, для змінної «сумлінність» $\beta = 0,256$, для змінної «нейротизм» $\beta = -0,241$, для змінної «інтроверсія» $\beta = -0,182$.

Значення коефіцієнта детермінації дорівнює 0,510. Це свідчить про те, що частка дисперсії залежної змінної (показник усвідомленості життя), пояснена регресією складає 51%. Розрахована регресійна модель є значущою за критерієм F-Фішера ($F=26,837$, $p < 0,01$).

Підбиваючи підсумки проведеного емпіричного дослідження, можна константувати, що його результати дозволили певною мірою підтвердити основні емпіричні гіпотези, висунуті на початку емпіричного дослідження та довести правомірність розгляду емоційного інтелекту як інтегративної властивості особистісної ідентичності в якості вірогідної детермінанти виконання провідних життєвих завдань людини. Крім того, необхідно відзначити, що використання імпліцитного, критеріального виміру емоційного інтелекту підвищує інкриментальну валідність інструментарію, спрямованого на оцінку емоційного інтелекту.

3.4. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження

На підставі обґрунтованих в другому розділі припущень, згідно з якими емоційний інтелект треба розглядати як інтегральну властивість особистісної ідентичності, а не лише специфічну, пов'язану з емоційною сферою здібність, та їх емпіричної перевірки, можна виділити механізми впливу емоційного інтелекту на успішність виконання людиною провідних життєвих завдань.

В емпіричних гіпотезах, сформульованих на початку третього розділу, було позначено, що внутрішньоособистісний та міжособистісний компоненти емоційного інтелекту (при їх високому рівні сформованості) можуть виступати

в якості потенційних детермінант успішності виконання провідних життєвих завдань.

Після проведеної діагностики, нормалізації отриманих даних та їх статистичного аналізу, можна констатувати, що гіпотези підтвердились. Зіставлення результуючих показників успішності забезпечення власного благополуччя; підтримування доброзичливих стосунків з оточуючими; ефективності самореалізації та спрямованості на самовдосконалення, описаних на рівні теоретичного обґрунтування у якості параметрів оцінки успішного життєздійснення, з рівнями сформованості емоційного інтелекту відповідає запропонованому опису їхнього змістовного навантаження.

Насамперед, на це вказують високі показники успішності життєдіяльності при високому рівні розвитку компонентів емоційного інтелекту порівняно з нижчими ознаками життєвого успіху властивим представникам другого й третього кластерів. Високий рівень емоційного інтелекту підвищує рівень суб'єктивного благополуччя через схильність підтримувати баланс між негативними та позитивними емоціями на користь останніх. Розвинена мережа соціальної підтримки сприяє успішному подоланню стресогенних ситуацій та збереженню психологічного здоров'я індивіда. Успішне подолання організаційного стресу, розвинений рівень емоційної саморегуляції, властиві для індивідів з високим рівнем емоційного інтелекту, сприяє ефективному працевлаштуванню, підвищенню продуктивності праці, а отже, впливає на рівень матеріального благополуччя людини. Схильність активно налаштовуватись на діяльність сприяє досягненню успіху, забезпечуючи, з одного боку, можливість досягнення матеріального благополуччя, з іншого, – позитивно впливає на відчуття суб'єктивного благополуччя через отримання задоволення від власної ефективності. Емоційна компетентність забезпечує зниження кількості конфліктних ситуацій у міжособистісних стосунках завдяки вмінню точно ідентифікувати емоції партнера та схильності контролювати імпульсивність прояву власних сильних негативних афектів. Вміння відкрито

виявляти як позитивні, так і негативні емоції дозволяє партнерам у міжособистісній взаємодії відкрито повідомляти про свої потреби, бажання і прагнення та сприяє зміцненню емоційних зв'язків. Вміння налаштуватись на активну діяльність (аспект прояву внутрішньособистісного емоційного інтелекту) забезпечує, з одного боку, можливість формулювання сенсу життя (за рахунок розвиненої суб'єктної активності), з іншого, – сприяє його реалізації. Вміння підтримувати позитивні стосунки в робочому колективі сприяє відчуттю задоволеності працею. Самореалізація, як здійснення наявних бажань, вмінь та навичок досягається завдяки розвитку емоційних здібностей та за допомогою формування емоційних компетентностей, які виступають в якості необхідного для життєвого успіху особистісного ресурсу.

Отримані результати характеру розбіжностей у вираженості ознак, теоретично обґрунтованих як імовірні показники успішності виконання провідних життєвих завдань, дозволяють стверджувати, що розподілені за рівнем розвитку емоційного інтелекту групи досліджуваних можуть бути охарактеризовані як представники чотирьох форм виявлення успішності життєдіяльності людини:

1) *Орієнтація життєдіяльності на зовнішній критерій*, для якої характерною є висока успішність у досягненні формального благополуччя, при одночасній суб'єктивній незадоволеності життям, що супроводжується емоційною напругою.

2) *Орієнтація життєдіяльності на внутрішній критерій*, за якої життєздійснення відбувається на тлі позитивної афективної тональності настрою, при певному ігноруванні об'єктивних вимог до успішності життєдіяльності, властивому певному рівню розвитку суспільства.

3) *Дезорієнтація життєздійснення особистісті* полягає у відчутті незадоволеності, високому ступені емоційної напруги. При цьому не досягає навіть середній рівень стандартів успішності та благополуччя, прийнятних у соціумі.

4) *Системна спрямованість життєдіяльності*, яка передбачає високу продуктивність з точки зору відповідності прийнятому в суспільстві рівню матеріальної забезпеченості, яка супроводжується суб'єктивним відчуттям задоволеності життям та власною самореалізацією [52].

Для більш змістовного та детального аналізу механізмів впливу рівня сформованості емоційного інтелекту на життєвий успіх зазначені форми успішності життєдіяльності були співвіднесені з ознаками груп досліджуваних, розподілених на кластери, з урахуванням ієрархічної моделі емоційного інтелекту [59].

1) Для представників третього кластера (з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту N=25) властивою є дезорієнтація життєдіяльності через відсутність у них ресурсів для розуміння, контролю та регулювання емоційних станів. Реактивний характер дій, властивий таким індивідуумам, унеможлиблює досягнення ознак зовнішнього благополуччя, оскільки ситуативна зумовленість активності виключає, або ж значно ускладнює постановку й реалізацію довгострокових цілей, знижує прагнення до самореалізації та самовдосконалення.

Однак, варто зауважити, що дані, отримані при співвіднесенні рівнів психологічного та суб'єктивного благополуччя представників третього й другого кластерів, засвідчують існування тенденції до більшої задоволеності життям саме представниками з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту, порівняно з досліджуваними з середнім рівнем сформованості емоційного інтелекту. Це можна пояснити низьким рівнем усвідомленості причин і наслідків власних дій, примітивною орієнтацією під час розв'язання проблемних ситуацій на їхнє уникнення, що може допомогти таким індивідуумам за рахунок механізмів психологічного захисту витіснити негативні емоційні стани, тим самим сприяючи досягненню стану «псевдо» суб'єктивного благополуччя, оскільки об'єктивних умов відчуття задоволеності життям індивід досягти не в змозі. Такі індивідууми відчувають ускладнення при реалізації важливої

життєвої задачі – підтримки доброзичливих стосунків з оточуючими, що пояснюється імпульсивністю їх поведінки, відсутністю самоконтролю у міжособистісній взаємодії, низькою емпатією, несформованими навичками адекватного сприйняття та розуміння емоцій оточуючих.

2) Середньому (мисленнєвому) рівню сформованості емоційного інтелекту (другий кластер N=54) відповідає орієнтація на зовнішній компонент успішності життєдіяльності. Це, насамперед, зумовлено тим, що індивід діє на рівні уявлень, усвідомлює необхідність підпорядкування життєдіяльності вимогам навколишнього середовища за рахунок здатності до регуляції та контролю емоційних реакцій. Така активність потребує від особистості здійснення певних емоційно-вольових зусиль, що відображається в підвищенні емоційної напруги та негативних переживань. Усвідомлення власних емоцій та емоцій оточуючих при цьому негативно позначається на відчутті благополуччя людини, оскільки визначений рівень розвитку емоційного інтелекту зумовлює орієнтацію афективного почуття на «знак» афективного забарвлення ситуації та на його усвідомлену оцінку. Однак, аналіз емпіричних даних свідчить про те, що такі індивіди здатні успішніше підтримувати позитивні стосунки з оточуючими, доброзичливо ставляться до них, відчують себе комфортно в оточенні інших людей, успішно інтегровані у референтні соціальні групи, порівняно з представниками з низьким рівнем сформованості емоційного інтелекту.

3) Системна орієнтація життєдіяльності здійснюється на найвищому рівні сформованості емоційного інтелекту (третій кластер N=56) й забезпечує успіх як у внутрішніх, так і у зовнішніх аспектах життєздійснення людини. Людина з високим рівнем емоційного інтелекту відчуває задоволеність собою як суб'єктом життєдіяльності, оскільки він становить форму виявлення людиною емоційної розумності, що породжується системою її особистісних настанов і надає поведінці ознак чесноти.

Активність зароджується на рівні уявлень людини про те, як треба поводитись у цілому класі подібних ситуацій життєдіяльності, що засвідчує наявність системи знань про розумну особистісну поведінку. Такий етап розвитку емоційного інтелекту характеризується гармонійним співвіднесенням внутрішнього й зовнішнього, оскільки людина відчуває себе звільненою від безпосередніх ситуаційних вимог [59]. Так, формою вираження високого рівня сформованості емоційного інтелекту виступає феномен самодетермінації особистості, тобто здійснення діяльності у відносній свободі від заданих умов цієї діяльності – як зовнішніх, так і внутрішніх, під якими розуміємо біологічні передумови, потреби, характер й інші стійкі психологічні структури [38].

Вибір характеру емоційного реагування, адекватного до ситуації, здійснюється без надмірних зусиль волі, бо він відбиває систему соціальних навичок, які сформувались під впливом переконань на рівні свідомості. Надситуативний характер дій людини з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту зумовлює звільнення від безпосередньої зовнішньої детермінації, з одного боку, з іншого, – перешкоджає перетворенню людини в раба власних потреб, потягів та миттєвих інтересів [59].

Як наголошує Д.О. Леонтьєв, у цьому трансцендентному відношенні до потоку життя, передусім, і виявляється особистісна зрілість, як форма прояву особистісного потенціалу, а, отже, досягається і успішність життєдіяльності особистості через прагнення до постійного самовдосконалення. Емоційно розумні індивіди на рівні переживань сприймають життєдіяльність як цікавий, емоційно насичений процес, який піддається свідомому цілеспрямованому контролю з боку суб'єкта життєдіяльності [39].

За результатами множинного лінійного кореляційно-регресійного аналізу була встановлена ієрархія вірогідності впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості в різних аспектах її прояву, зокрема: рівні пристосованості до життя, безперервності психічного здоров'я та усвідомленості життя. Це дозволило встановити три змістовні компоненти

впливу емоційного інтелекту на успішність пристосованості людини до життя, а саме: розуміння власних емоцій (компонент внутрішньоособистісного емоційного інтелекту), здатність розуміти наслідки поведінки (форма прояву соціального інтелекту), відкритість новому досвіду.

Найбільш вірогідним предиктором успішності життєдіяльності, операціоналізованої у формі безперервності психічного здоров'я, є показник емоційної стійкості (як форма прояву диспозиційного компоненту емоційного інтелекту). Наступними в ієрархії впливу емоційного інтелекту на переживання безперервності психічного здоров'я людини є такі форми його прояву, як розуміння емоцій оточуючих, сумлінність та доброзичливість.

Ієрархізація факторів-предикторів осмисленості життя серед форм прояву емоційного інтелекту продемонструвала статистичну вірогідність впливу таких його компонентів, як: керування власними емоціями (ознака сформованості внутрішньоособистісного емоційного інтелекту), доброзичливість, сумлінність, нейротизм та інтроверсія (диспозиційні компоненти емоційного інтелекту).

Досить цікавими є результати співвіднесення полярних кластерів за ознаками нарцисизму, які свідчать про притаманність особам з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту надмірного відчуття самозначущості та тенденції до маніпуляції оточуючими. Це свідчить про те, що наявний особистісний потенціал таких індивідів сприяє досягненню високого рівня самоприйняття.

Прикметно, що між виокремленими кластерами не було виявлено статистично значущих розбіжностей за показниками нейротизму та екстраверсії, котрі мають генетичні, біологічні витоки, це свідчить про те, що наслідкові результати поведінки емоційно розумних індивідів, виявлені на підставі аналізу даних емпіричного дослідження, пояснюються скоріше сформованими протягом життя емоційними навичками, аніж генетично успадкованими якостями.

Висновки до третього розділу

Важливим аспектом вивчення особистісних факторів успішності життєдіяльності людини є урахування рівня розвитку емоційного інтелекту. Ураховуючи цей постулат, у третьому розділі здійснено емпіричну перевірку механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості, результати якого дозволили сформулювати наступні висновки:

1. Доведена інформативність нових методичних засобів «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма», «Шкала соціального благополуччя» автора К.Кіза, які вперше застосовані на українській виборці з метою простеження впливу рівня розвитку емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості. Адаптація, перевірка надійності і валідності зазначених опитувальників дають підстави констатувати відповідність адаптованих варіантів опитувальників вимогам, встановленим у психометриці, за процедурами апробації та адаптації.

2. Оцінка емоційного інтелекту як інтегральної властивості особистісної ідентичності враховуючи критеріальний вимір, підвищує інкриментальну валідність методики дослідження рівнів його сформованості.

3. Особи з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту позитивно ставляться до себе й до життя, характеризуються високим рівнем гедоністичного та соціального благополуччя, мають чітко сформовані смисложиттєві орієнтації. Домінуючою копінг-стратегією для таких індивідуумів є орієнтація на розв'язання проблемної ситуації, вони підтримують високий рівень безперервності психічного здоров'я.

4. За отриманими емпіричними даними, ті з досліджуваних, у яких виявились високі показники емоційного інтелекту, характеризуються високим рівнем зовнішніх результативних ознак благополуччя людини: статус і достаток, рівень життя, умови праці, сімейна облаштованість.

5. Ієрархічна рівнева структура емоційного інтелекту як інтегральної властивості особистісної ідентичності, яка за умови високого рівня розвитку набуває ознак чесноти, уможливила розкриття механізмів впливу даного конструкту на успішність життєдіяльності, через відповідність життя людини зовнішнім та внутрішнім критеріям благополуччя, тобто завдяки системній орієнтації життєдіяльності особистості.

6. Методом множинного лінійного кореляційно-регресійного аналізу встановлено ієрархію вірогідності впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості у різних аспектах її прояву.

Виявлені стандартизовані коефіцієнти регресії дозволили встановити три змістовні компоненти вірогідності впливу емоційного інтелекту на успішність пристосованості людини до життя, а саме: розуміння власних емоцій (компонент внутрішньоособистісного емоційного інтелекту), здатність розуміти наслідки поведінки (форма прояву соціального інтелекту), відкритість новому досвіду. Найбільш вірогідним предиктором успішності життєдіяльності, операціоналізованої у формі безперервності психічного здоров'я, є показник нейротизму (як форма прояву диспозиційного компоненту емоційного інтелекту). Наступними в ієрархії механізмів впливу емоційного інтелекту на переживання безперервності психічного здоров'я є: розуміння емоцій оточуючих, сумлінність та доброзичливість. Ієрархізація факторів-предикторів осмисленості життя серед форм прояву емоційного інтелекту продемонструвала вірогідність впливу таких його компонентів: керування власними емоціями (ознака сформованості внутрішньоособистісного емоційного інтелекту), доброзичливість, сумлінність, нейротизм та інтроверсія (диспозиційні компоненти емоційного інтелекту).

Подальшу розробку даної проблематики ми вбачаємо в дослідженнях присвячених з'ясуванню особливостей впливу емоційного інтелекту на життєвий успіх з урахуванням специфіки професійної діяльності, у вивченні особливостей його впливу на ефективність життєздійснення на різних етапах

онтогенезу особистості, в дослідженні динаміки змін у житті, пов'язаних з процесом формування емоційного інтелекту, а також у простеженні стабільності зв'язку емоційного інтелекту з ефективністю життєдіяльності в контексті дії кризових, стресогенних факторів.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

У монографії на теоретичному та емпіричному рівнях представлено психологічні механізми впливу емоційного інтелекту, концептуалізованого в термінах інтегральної властивості особистісної ідентичності на успішність життєдіяльності людини.

1. Проаналізовано підходи до тлумачення змісту феномену емоційного інтелекту, розглянуто його не тільки як набір окремих здібностей, компетентностей, емоційних досягнень і системи диспозицій, а й обґрунтовано доцільність його визначення як динамічної підструктури, що формується на перетині особистості та здібностей. Згідно із цим обґрунтуванням, емоційний інтелект представлено як інтегральну властивість особистісної ідентичності, що складається з чотирьох змістовних компонентів: диспозиційного, міжособистісного, внутрішньо-особистісного та інформаційно-перероблювального.

2. Забезпечено комплексну психодіагностику рівнів сформованості емоційного інтелекту, підібрано адекватні до мети дослідження методи оцінювання успішності життєдіяльності особистості. Це розширило засоби оцінювання успішності життєдіяльності людини, до яких включено безперервність психічного здоров'я, ознаки суб'єктивного, психологічного та соціального благополуччя, сформованість смисложиттєвих орієнтацій, рівень самоповаги, результативні показники пристосованості до життя (статус і достаток, рівень життя, умови праці, сімейна облаштованість).

3. Конкретизовано механізми впливу емоційного інтелекту на ефективність розв'язання провідних життєвих завдань: забезпечення власного благополуччя людини; успішності підтримування доброзичливих стосунків із оточуючими; ефективності самореалізації та особистісної спрямованості на самовдосконалення. Конкретним виразом яких є: налаштованість людини на активну діяльність, детермінація активності на рівні настанов, цінностей та

ідеалів та її над ситуативний характер, емоційна саморегуляція, контроль емоційної експресії, підтримування балансу позитивних та негативних емоцій, зниження кількості конфліктних ситуацій у міжособистісному спілкуванні, розширення кола соціальної підтримки, розуміння та керування власними емоціями та емоціями оточуючих.

4. Встановлено, що запропонований підхід до визначення емоційного інтелекту як системної інтегральної ознаки особистісної ідентичності уможливив опосередкування успішного виконання людиною провідного життєвого завдання – забезпечення власного благополуччя (матеріального достатку, професійного статусу, сімейної облаштованості) рівнем сформованості внутрішньоособистісного компоненту емоційного інтелекту.

Виявлено, що за умов високого рівня розвитку внутрішньоособистісного компоненту емоційного інтелекту, який згідно з існуючими моделями множинності форм його прояву трактується як налаштованість людини на активність для досягнення поставлених цілей, забезпечується реалізація особистістю активної життєвої позиції, людина отримує додатковий ресурс задоволеності собою як суб'єктом життєдіяльності, що стимулює її прагнення до самовдосконалення, потенційно підвищує рівень самоповаги.

Емпірично доведено, що потенціал налаштовуватись на активність у досягненні цілей пов'язаний із формуванням у людини сенсу життя, сприйняттям його як емоційно насиченого процесу, який підлягає довільному контролю з боку суб'єкта життєдіяльності, що позитивно впливає на виконання ще одного життєвого завдання – забезпечення самореалізації.

5. Міжособистісний компонент емоційного інтелекту потенційно впливає на успішність підтримання доброзичливих стосунків із оточуючими, що відображається у показниках психологічного та соціального благополуччя (позитивні стосунки з оточуючими, соціальне прийняття, соціальна актуалізація, узгодженість із суспільством, соціальний внесок). Це забезпечується сформованістю навичок самоконтролю у міжособистісному

спілкуванні, здатністю запобігати конфліктним ситуаціям, розумінням наслідків поведінки та змісту невербальної інформації, високим рівнем емпатії, які властиві особам з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту.

6. Інформаційно-перероблювальний компонент емоційного інтелекту, виокремлений у межах ієрархічної моделі, забезпечує здійснення емоційного реагування в ситуаціях міжособистісної взаємодії не на сенсорно-перцептивному (імпульсивному рівні), а принаймні на рівні, опосередкованому мисленням, або на рівні настанов. Це відображається у підвищенні показників безперервності психічного здоров'я (як наслідкового результату досягнення життєвого успіху), рівні самоповаги та типові вибору стратегій подолання стресу (при високому рівні сформованості емоційного інтелекту перевага надається копінг-стратегії, орієнтованій на вирішення проблеми).

7. Диспозиційні компоненти емоційного інтелекту відіграють важливу роль у забезпеченні успішності життєдіяльності людини як за ознаками внутрішнього благополуччя (задоволеність життям, домінування позитивного афекту над негативним, самоприйняття, особистісне зростання, автономія, осмисленість життя, задоволеність самореалізацією, самоповага, соціальне благополуччя, ефективне стресоподолання), так і за показниками зовнішньої результативності життя (соціальний статус і матеріальний достаток, рівень життя, умови праці, сімейна облаштованість).

8. За результатами множинного лінійного кореляційно-регресійного аналізу обґрунтовано ієрархію вірогідності впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості у різних аспектах її прояву (приспосованість до життя, осмисленість життя та переживання безперервності психічного здоров'я). Встановлено, що домінуючим є внутрішньоособистісний компонент емоційного інтелекту (здатність розуміти та керувати власними емоціями), наступними в ієрархії виступають інформаційно-перероблювальний компонент (здатність розуміти наслідки поведінки), розуміння емоцій оточуючих (форма прояву міжособистісного компоненту) та система

диспозицій (емоційна стійкість, сумлінність, доброзичливість, екстраверсія та відкритість новому досвіду).

Перспективи подальшого вивчення обраної проблематики вбачаємо в дослідженні емоційного інтелекту як однієї з умов професійної компетентності у простеженні стабільності зв'язку емоційного інтелекту з ефективністю життєдіяльності в контексті дії кризових та стресогенних чинників.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К. А. Жизненные перспективы личности / Ксения Александровна Абульханова-Славская. – М.: Наука, 1987. С. – 137–145. – (Психология личности и образ жизни ; отв. ред. Е .В. Шорохова).
2. Абульханова-Славская К. А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности / Ксения Александровна Абульханова-Славская. – М.: Наука, 1981. – С. 19–44. – (Психология формирования и развития личности; под. ред. Л. И. Анциферовой).
3. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: в 2 т. / Борис Герасимович Ананьев. – М.: Педагогика, 1980. – Т. 1. – 232 с.
4. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: в 2 т. / Борис Герасимович Ананьев. – М.: Педагогика, 1980. – Т. 2. – 288 с.
5. Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта / Ирина Николаевна Андреева. – СПб.: БХВ, 2012. – 288 с.
6. Андреева И. Н. Об истории развития понятия «Эмоциональный интеллект» / Ирина Николаевна Андреева // Вопросы психологии. – 2008. – № 5. – С 83–95.
7. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена / Ирина Николаевна Андреева // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78–86.
8. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / Ирина Николаевна Андреева. – Новополюк: ПГУ, 2011. – 388 с.
9. Аршава І. Ф. Аспекти імпліцитної діагностики емоційної стійкості людини : моногр. / І. Ф. Аршава, Е. Л. Носенко. – Д. : Вид-во ДНУ, 2008. – 468 с.
10. Аршава І. Ф. Емоційна стійкість людини і її діагностика / Ірина Федорівна Аршава. – Д. : Вид-во ДНУ, 2006. – 336 с.

11. Бикова С.В. Психологічна характеристика осіб з різним типом схильності до ризику / Світлана Валентинівна Бикова // Наукова і освіта. – 2010. – №9. – С.25–29.
12. Бикова С.В. Специфіка схильності до ризику у осіб з різною емоційною диспозицією / Світлана Валентинівна Бикова // Сборник научных трудов SWorld. – 2013. – Т.23, Вып.3. – 100 с.
13. Борисова А. А. Проницательность как проблема психологии общения / Антонина Алексеевна Борисова // Вопросы психологии. – 1990. – № 4. – С.117—122.
14. Брушлинский А. В. Психология субъекта в изменяющемся обществе / Андрей Владимирович Брушлинский // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18, № 2. – С. 18–32.
15. Бурлачук Л. Ф. Адаптация опросника для диагностики пяти факторов личности / Л. Ф. Бурлачук, Д. К. Королев // Вопросы психологии. – 2001. – №1. – С. 126–134.
16. Васильев И. А. Эмоции и мышление / И. А. Васильев, В. Т. Поплужный, О. К. Тихомиров. – М.: Издательство Московского университета, 1980. – 192 с.
17. Выготский Л. С. Мышление и речь / Лев Семенович Выготский. – М.: Лабиринт, 1999. — 352 с.
18. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6-ти т. / Лев Семенович Выготский. – М: Педагогика, 1984. – Т. 2: Проблемы общей психологии; под ред. В. В. Давыдова. – 504 с.
19. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта; [пер. с англ.] / Д. Гоулман, Р. Бояцис, Э. Макки. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2005. – 301 с.
20. Диагностика здоровья. Психологический практикум ; под ред. Г. С. Никифорова. – СПб.: Речь, 2007. – 950 с.
21. Дружинин В. Н. Варианты жизни: очерки экзистенциальной психологии / Владимир Николаевич Дружинин. – М.: Питер, 2010. — 156 с.

22. Дубровина И. В. Теоретические основы и прикладные аспекты развития школьной психологической службы : автореф. дис. на соискание уч. степени докт. психол. наук : спец. 19.00.07 / Ирина Владимировна Дубровина. – Тбилиси, 1988. – 20 с.
23. Егоров И. А. Влияние уровня эмоционального интеллекта руководителей организации на выполнение управленческих функций: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Егоров Игорь Александрович. – М., 2006. — 120 с.
24. Журавльова Л. П. Психологічні основи розвитку емпатії людини: дис. ... доктора психол. наук: 19.00.07 / Журавльова Лариса Петрівна. – О., 2009. – 391 с.
25. Журавльова Л. П. Психологія емпатії: монографія / Лариса Петрівна Журавльова. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. – 328 с.
26. Зазыкин В. Г. Основы психологической проницательности / Владимир Георгиевич Зазыкин. – М.: Тривола, 1997. – 88 с.
27. Зейгарник Б. В. Очерки по психологи развития личности / Б. В. Зейгарник, Б. С. Братусь. – М.: МГУ, 1980. – 169 с.
28. Знаков В. В. Макиавеллизм, манипулятивное поведение и взаимопонимание в межличностном общении / Виктор Владимирович Знаков // Вопр. психологии. – 2002. – № 6. – С. 45–54.
29. Знаков В. В. Макиавеллизм: психологическое свойство личности и методика его исследования / Виктор Владимирович Знаков // Психологический журнал. – 2000. –Т. 21, № 5. – С. 16–22.
30. Изард К. Психология эмоций [пер. с англ.] / Керрол Изард. – СПб.: Питер, 2000. – 464 с.
31. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації / Світлана Вікторівна Карсканова // Практична психологія та соціальна робота: Науково-практичний освітньо-методичний журнал. – 2011. – № 1. – С. 1-10.

32. Кириленко Т. С. Емоційні переживання в процесі самореалізації особистості / Т. С. Кириленко, І. П. Давискиба // Наука і освіта : наук.-практ. журн. Півд. наук. Центру АПН України. – 2010. – № 9. – С. 71–74.
33. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере / Людмила Алексеевна Коростылева. – СПб.: Речь, 2005. – 222 с.
34. Крайчинська В. А. Формування життєвих завдань та самонастановлення особистості / Валентина Анатоліївна Крайчинська // Соціальна психологія. – 2009. – № 2 (34). – С. 114–123.
35. Лафренье П. Эмоциональное развитие детей и подростков; [пер. с англ] / Питер Лафренье. – СПб.: Прайм – Еврознак, 2004. – 256 с.
36. Леонтьев А. Н. Деятельность и сознание / Алексей Николаевич Леонтьев // Вопросы философии. – 1968. – № 2. – С. 137—140.
37. Леонтьев Д. А. Личностная зрелость как опосредствование личностного роста / Дмитрий Алексеевич Леонтьев // Культурно-историческая психология развития ; под ред. И. А. Петуховой. – М.: Смысл, 2001. – С. 154–161.
38. Леонтьев Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Дмитрий Алексеевич Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. Вып. 1 ; под ред. Б. С. Братуся, Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – С. 56–65.
39. Леонтьев Д. А. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции / Дмитрий Алексеевич Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова ; под ред. Б. С. Братуся, Е. Е. Соколовой. – М.: Смысл, 2006. – С. 85–105.
40. Леонтьев Д. А. Личность как преодоление индивидуальности: основы неклассической психологии личности / Дмитрий Алексеевич Леонтьев // Психологическая теория деятельности: вчера, сегодня, завтра ; под ред. А. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2006. – С. 134–147.

41. Леонтьев Д. А. Неклассический вектор в современной психологии / Дмитрий Алексеевич Леонтьев // Постнеклассическая психология. Социальный конструкционизм и нарративный подход. – 2005. – № 1 (2). – С. 51–71.
42. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций: 2-е изд. / Дмитрий Алесеевич Леонтьев. – М.: Смысл, 2000. –18 с.
43. Личностный потенциал. Структура и диагностика / Под. ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – 679 с.
44. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Борис Федорович Ломов. – М.: Наука, 1984. – 444 с.
45. Льошенко О. А. Психологічні чинники емоційної компетентності осіб з різним рівнем самоактуалізації : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.01 / Олександра Андріївна Льошенко. – Київ, 2013 . – 19 с.
46. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Дмитрий Владимирович Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3–22.
47. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Дмитрий Владимирович Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования ; под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – М.: Институт психологии РАН, 2004. – С. 29–36.
48. Люсин Д. В. Способность к пониманию эмоций: Психометрический и когнитивный аспекты / Дмитрий Владимирович Люсин // Социальное познание в эпоху быстрых политических и экономических перемен ; под ред. Г. А. Емельянова. – М.: Смысл, 2000. – С. 38–48.
49. Максименко С. Д. Генетическая психология: (методологическая рефлексия проблем развития в психологии) / Сергей Дмитриевич Максименко. – М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 2000. – 320 с.
50. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості / Сергій Дмитрович Максименко. – К.: ТОВ КММ, 2006. – 240 с.

51. Максименко С. Д. Психологія особистості: підруч. для студ. вищ. навч. закл. / Максименко С. Д., Максименко К. С., Папуча М. В. ; за ред. С. Д. Максименка. – К.: КММ, 2007. – 296 с.
52. Мельникова Н. Н. Диагностика социально-психологической адаптации личности: учебное пособие / Наталья Николаевна Мельникова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2004. – 57 с.
53. Мельникова Ю. А. Решение жизненных задач в процессе профессионального самоопределения: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Мельникова Юлия Анатольевна. – Барнаул, 2010, 203 с.
54. Михайлова Е. С. Методика исследования социального интеллекта (Адаптация теста Дж. Гилфорда и М. Салливена): руководство по использованию/ Екатерина Львовна Михайлова. – СПб.: АДИС, 1996. – 53 с.
55. Мунье Э. Персонализм: Структура личностного универсума / Эмманюель Мунье. – М.: Мысль, 1992. – 405 с.
56. Никифоров Г. С. Психология здоровья / Герман Сергеевич Никифоров. – СПб.: Речь, 2002. – 256 с.
57. Носенко Е. Л. Емоційна розумність як детермінанта успішності життєдіяльності людини і шляхи її операціоналізації / Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига // Вісник Дніпропетровського університету. Педагогіка і психологія. – 2000. – Вип. 6. – С. 3–9.
58. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу – рефлексивної свідомості / Елеонора Львівна Носенко // Вісник ДНУ. Педагогіка і психологія. – 2012. – Т. 20, №9/1. – С. 116–123.
59. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія / Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига. – К.: Вища школа, 2003. – 126 с.
60. Носенко Е. Л. Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма: опис, адаптація, застосування» / Е. Л. Носенко, А. Г. Четверик-Бурчак //

Вісник Дніпропетровського університету. – Сер. «Педагогіка і психологія». – 2014. – Т. 22, Вип. 20, № 9/1. – С. 89–97.

61. Носенко Е. Л. Особистісні фактори успішності вирішення людиною основних життєвих задач (у світлі сучасних теорій особистості) / Елеонора Львівна Носенко // Матеріали II Всеукр. психологічного конгресу, присвяченого 110 річниці від дня народження Г. С. Костюка (19-20 квіт. 2010 р.). – Т. 1. – К.: ДП «Інформ.-аналіт. агентство», 2010. – С. 273-278.

62. Носенко Е. Л. Сучасні напрями зарубіжної психології: психологія особистості / Е. Л. Носенко, І. Ф. Аршава. – Дніпропетровськ: ДНУ, 2010. – 261 с.

63. Носенко Е. Л. Форми відображеної оцінки емоційної стійкості та емоційної розумності людини: монографія / Носенко Е. Л., Аршава І. Ф., Кутовий К. П. – Д.: Інновація, 2011. – 178 с.

64. Носенко Е. Л. Шляхи наближення предмету психологічного дослідження до його об'єкта (на прикладі вивчення активності особистості) / Е. Л. Носенко, І. Ф. Аршава // Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. ; за ред. С. Д. Максименка. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. – 2009. – Т.7. – С. 149–154.

65. Общая психодиагностика / [под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина]. – СПб.: «Речь», 2000. – 440 с.

66. Ольшанникова А. Е. Эмоции и воспитание / Ариадна Ефимовна Ольшанникова. – М.: Знание, 1983. – 80 с.

67. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха / Гиту Орме. – М.: «КСП+», 2003. – 269 с.

68. Осин Е. Н. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия [Електронний ресурс] / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. – М.: Институт социологии РАН, 2008. – Режим доступу: <http://publications.hse.ru/chapters/78753840>.

69. Осин Е. Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS / Евгений Николаевич Осин // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 91–110.
70. Пацявичюс И. В. Соотношение индивидуально-типических характеристик эмоциональности с особенностями саморегуляции деятельности: автореф. дис. на соискание уч. степени канд. психол. наук / Ионас Викторович Пацявичюс. – М., 1981. – 26 с.
71. Переверзева И. А. Психофизиологический анализ индивидуальных различий по эмоциональности (на примере функции контроля за эмоциональной экспрессией): автореф. дис. на соискание уч. степени канд. психол. наук: 19.00.02 / Ирина Анатольевна Переверзева. – М., 1986. – 19 с.
72. Петровская А. С. Эмоциональный интеллект как детерминанта результативных параметров и процессуальных характеристик управленческой деятельности: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.03 / Петровская Анастасия Сергеевна. – Ярославль, 2007. – 225 с.
73. Петровский А. В. Основы теоретической психологии / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М.: ИНФРА-М. – 1998. – 528 с.
74. Плужников И. В. Эмоциональный интеллект при аффективных расстройствах: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04 / Плужников Илья Валерьевич. – М., 2010. – 190 с.
75. Прогресс в психологии: критерии и признаки ; под ред. А. Л. Журавлева, Т. Д. Марцинковской, А. В. Юревича. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 336 с.
76. Психология жизненного успеха. Опыт социально-психологического анализа преодоления критических ситуаций / [под ред. Л. В. Сохань, Е. И. Головаха, Р. А. Ануфриева и др]. – К.: Ин-т социологии НАН Украины, 1995. – 149 с.

77. Психологія особистості: словник-довідник / [за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко]. – Київ: Рута, 2001. – 320 с.
78. Радугин А. А. Философия: курс лекцій / Алексей Алексеевич Радугин. – М.: Центр, 2000. – 272 с.
79. Реан А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. – 479 с.
80. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: в 2 т. / Сергей Леонидович Рубинштейн. – М.: Педагогика. – Т. 2. – 1989. – 328 с.
81. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии / Сергей Леонидович Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
82. Савчин М. В. Методологеми психології: монографія / Мирослав Васильович Савчин. – К.: Академвидав, 2013. – 224 с.
83. Санникова О. П. О структуре психологической проницательности / Ольга Павловна Санникова // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. – 2014. – Vol. II(8), №16. – С. 178–181.
84. Санникова О. П. Соотношение устойчивых индивидуально-типических особенностей эмоциональности и общительности / Ольга Павловна Санникова // Вопросы психологии. – 1982. – № 2. – С. 109–115.
85. Санникова О. П. Эмоциональность в структуре личности / Ольга Павловна Санникова. – Одесса: Хорс, 1995. – 334 с.
86. Татенко В. О. Соціальна психологія впливу: монографія / В. О. Татенко // АПН України, Інститут соціальної та політичної психології. – К. : Міленіум, 2008. – 216 с.
87. Татенко Н.О. Сильова специфіка постановки життєвих завдань особистістю з ефективним життєздійсненням / Н.О. Татенко // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – К.: Міленіум. – 2009. – №22(25). – С. 73–78.

88. Теория и методология психологии: Постнеклассическая перспектива / [отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич]. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – 528 с.
89. Титаренко Т. М. Життєві домагання особистості у сучасному потенціалістському дискусі / Тетяна Михайлівна Титаренко // Наукові записки Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України ; за ред. С. Д. Максименка. – К.: Міленіум. – 2006. – Вип. 25. – С. 416–430.
90. Титаренко Т. М. Життєві завдання особистості як соціально-психологічний чинник моделювання майбутнього / Тетяна Михайлівна Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – К.: Міленіум. – 2007. – №16(19). – С. 304–311.
91. Тихомиров О. К. Психология мышления / Олег Константинович Тихомиров. – М.: Академия, 2002. – 288 с.
92. Тихомиров О. К. Структура мыслительной деятельности человека / Олег Константинович Тихомиров. – М.: Издательство Московского университета, 1968. – 170 с.
93. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. – 534 с.
94. Философия: учебник / [под ред. В. Д. Губина, Т. Ю. Сидориной]. – М.: Гардарики, 2004. – 828 с.
95. Фрейджер Р. Личность. Теории, упражнения, эксперименты [пер. с англ.] / Р. Фрейджер, Д. Фрейдимен. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2004. – 608 с.
96. Фурман А. В. Ідея професійного методологування: монографія / Анатолій Васильович Фурман. – Ялта – Тернопіль : Економічна думка, 2008. – 205 с.
97. Фурман А. В. Методологічне обґрунтування багаторівневості парадигмальних досліджень у соціальній психології / Анатолій Васильович Фурман // Психологія і суспільство. – 2012. - № 4 (50). – С. 99.

98. Хухлаева О. В. Психологическое здоровье дошкольников и школьников / Ольга Владимировна Хухлаева. – М.: «Академия», 2003. – С. 184.
99. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2003. – 608 с.
100. Чебикін О. Я. Становлення емоційної зрілості особистості: [монографія] / О. Я. Чебикін, І. Г. Павлова. – О.: СВД Черкасов, 2009. – 232 с.
101. Черножук Ю. Г. Соціальний інтелект майбутніх менеджерів із різним типом невербального спілкування / Ю. Г. Черножук, О. О. Черногор // Міжнародна наук.-практ. конф. молодих учених та студентів «Індивідуально-психологічні якості особистості майбутніх психологів та їх динаміка у період професійної підготовки (20 трав. 2010 р.). – О.: СМІЛ, 2010. – С. 62–65.
102. Четверик-Бурчак А. Г. Емоційний інтелект як чинник успішності вирішення головних життєвих завдань / Аліна Григорівна Четверик-Бурчак // Психолінгвістика. – 2013. – Вип. 14. – С.163–184.
103. Четверик-Бурчак А. Г. Емоційний інтелект як інтегративна властивість особистості / Аліна Григорівна Четверик-Бурчак // Матеріали VIII міжнародної науково-практичної конференції «Психолінгвістика у сучасному світі – 2013» (18-19 жовтня 2013 р. м. Переяслав-Хмельницький, Україна) . – 2013. – С. 73.
104. Четверик-Бурчак А. Г. Ієрархія особистісних чинників успішності життєдіяльності людини / Аліна Григорівна Четверик-Бурчак // Вісник Дніпропетровського університету. – 2013. – Т. 21, №9/1. – Сер. Педагогіка і Психологія. – С. 149–156.
105. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на психологічне здоров'я особистості / Аліна Григорівна Четверик-Бурчак // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Створення психологічних передумов для збереження здоров'я молоді в процесі навчання» (20 Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції 25 жовтня 2011 р.). – Дніпропетровськ: Видавництво «Інновація». – 2011. – С. 60–62.

106. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми зв'язку рівнів сформованості емоційного інтелекту з успішністю життєдіяльності особистості / Аліна Григорівна Четверик-Бурчак // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. – 2011. – Т. 10. – №19. – С. 592–602.
107. Четверик-Бурчак А. Г. Опис та адаптація опитувальника «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза / Аліна Григорівна Четверик-Бурчак // Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. – 2014. – № 54. – Сер. Психологія. – С. 28–33.
108. Четверик-Бурчак А.Г. Роль особистісних настанов у формуванні емоційного інтелекту як чесноти / А. Г. Четверик-Бурчак, Е. Л. Носенко // Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. – 2011. – №47. – Сер. Психологія. – С. 161–167.
109. Шамшикова О. А. Опросник «Нарциссические черты личности» / О. А. Шамшикова, Н. М. Клепикова // Психологический журнал. – 2010. – Т. 31, №2. – С. 114–128.
110. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Эрик Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.
111. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості: монографія / [Т. М. Титаренко, О. Г. Злобіна, Л. А. Лепіхова] ; за наук. ред. Т.М. Титаренко. – Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. – 512 с.
112. Adilogullari I. Analysis of the relationship between the emotional intelligence and professional burnout levels of teachers / Adilogullari I., Ulucan H., Senel E. // Educational Research and Reviews. – 2014. – Vol. 9(1). – P. 1–8.
113. Alloy L. B. Depressive realism: Four theoretical perspectives / L. B. Alloy, L. Y. Abramson ; in L. B. Alloy (Eds.) // Cognitive processes in depression. – New York: Guilford Press. – 1988. – P. 223–265.
114. Alloy L. B. Judgement of contingency in depressed and non-depressed students: Sadder but wiser? / L. B. Alloy, L. Y. Abramson // Journal of Experimental Psychology: General. – 1979. – Vol. 108. – P. 441–485.

115. Andrei F. Trait emotional intelligence and somatic complaints with reference to positive and negative mood / F. Andrei, K. V. Petrides // *Psihologija*. – 2013. – № 46. – P. 5–15.
116. Arshava I. The hierarchy of personality resources of mental health / Arshava I., Nosenko E., Chetveryk-Burchak A. // 26th Conference of the European Health Psychology Society (Prague, Czech Republic). – 2012. – P. 294.
117. Arshava I. The Role of Simultaneous Pursuing of Academic and Athletic Activities over Youth in Personality Development / Arshava I., Nosenko D., Nosenko G. // *Psychology*. – 2013. – № 4. – P. 309–317.
118. Austin E. J. Emotional intelligence / Austin E. J., Parker J. D. A., Petrides K. V., Saklofske D. H. ; in G. J. Boyle, G. Matthews, D. H. Saklofske (Eds.) ; *The SAGE handbook of personality theory and assessment*. – Vol 1: Personality theories and models. – CA: Sage Publication. – 2008. – P. 576–596.
119. Austin E. J. Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence / Austin E. J., Saklofske D. H., Egan V. // *Personality and Individual Differences*. – 2005. – Vol. 38. – P. 547–558.
120. Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change / Albert Bandura // *Psychology Review*. – 1977. – Vol. 84. – P. 191–215.
121. Barchard K. A. Does emotional intelligence assist in the prediction of academic success? / Kimberly A. Barchard // *Educational and Psychological Measurement*. – 2003. – Vol. 63. – P. 58–840.
122. Bar-On R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory / R. Bar-On // R. Bar-On, J. D. A. Parker (eds.) ; *Handbook of emotional intelligence*. – San Francisco: Jossey-Bass. – 2000. – P. 363–388.
123. Bar-On R. Emotional intelligence: an integral part of positive psychology / Reuven Bar-On // *South African Journal of Psychology*. – 2010. – Vol. 40(1). – P. 54–62.

124. Bar-On R. EQ-i: The Emotional Quotient Inventory Manual. A Test of Emotional Intelligence / Reuven Bar-On. – New York: Multi-Health System, 1995. – 112 p.
125. Bar-On R. The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Rationale, description, and summary of psychometric properties / Reuven Bar-On ; in G. Geher (Eds.) // *Measuring emotional intelligence: Common ground and controversy*. – New York: Nova Science Publishers. – 2004. – P. 42–111.
126. Bechtoldt M. N. The primacy of perceiving: Emotion recognition buffers negative effects of emotional labor / Bechtoldt M. N., Rohrman S., De Pater I. E., Beersma B. // *Journal of Applied Psychology*. – 2011. – № 96. – P. 94–1087.
127. Berry D. S. Personality, nonverbal behavior, and interaction quality in female dyads / D. S. Berry, J. Sherman-Hansen // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2000. – Vol. 26. – P. 92–278.
128. Brackett M. A. Emotional intelligence and its relation to everyday behavior / Brackett M. A., Mayer J. D., Warner R. M. // *Personality and Individual Differences*. – 2004. – Vol. 36. – P. 1387–1402.
129. Bradberry T. Emotional intelligence 2.0 / T. Bradberry, J. Greaves. – San Diego: TalentSmart, 2009. – 255 p.
130. Buck R. The communication of emotion / Ross Buck. – N.Y.: Gilford Press, 1984. – 67 p.
131. Caprara G. V. Positive orientation: Turning potentials into optimal functioning / Gian Vittorio Caprara // *The European Health Psychologist*. – 2009. – Vol. 11. – P. 46-48.
132. Carmeli A. The relationship among emotional intelligence, task performance, and organizational citizenship behaviors / A. Carmeli, E. Josman // *Human Performance*. – 2006. – №19. – P. 19–403.
133. Chetveryk-Burchak A. On assessing emotional intelligence as a precursor of positive personality functioning and mental health / A. Chetveryk-Burchak,

- E. Nosenko // *Advances in Social Sciences Research Journal* . – 2014. – Vol.1, № 4. – P. 33–42.
134. Conte J. M. A review and critique of emotional intelligence measures / Jeff M. Conte // *Journal of Organizational Behavior*. – 2005. – № 26. – P. 433–440.
135. Corey G. *Theory and practice of counseling and psychotherapy* / Gerald Corey. – Belmont: Brooks Cole, 2012. – 552 p.
136. Corr P. J. Reinforcement sensitivity theory and personality / Philip J. Corr // *Neuroscience and Behavioral Reviews*. – 2004. – Vol. 28. – P. 32–317.
137. Costa S. Trait emotional intelligence and inflammatory diseases / Costa S., Petrides K. V., Tillmann T. // *Psychology, Health & Medicine*. – 2014. – № 19. – P. 180–189.
138. Côté S. Emotional intelligence, cognitive intelligence, and job performance / S. Côté, C. T. H. Miners // *Administrative Science Quarterly*. – 2006. – Vol. 51. – P. 1–28.
139. Côté S. The ability to regulate emotion is associated with greater well-being, income, and socioeconomic status / Côté S., Gyurak A., Levenson R. W. // *Emotion*. – 2010. – №10. – P. 33–923.
140. Damasio A. R. *Descartes' error: Emotion, Reason, and the Human Brain* / Antonio R. Damasio. – New York: Avon Books, 1994. – 313 p.
141. Das P. P. P. Role of Emotional Intelligence on Aggression: A Comparison between Adolescent Boys and Girls / P. P. P. Das, S. Tripathy // *Psychology and Behavioral Sciences*. – 2015. – Vol. 4, №1. – P. 29–35.
142. Diener E. Subjective well-being / Edward Diener // *Psychological Bulletin*. – 1984. – Vol. 95(3). – P. 542–575.
143. Ekman P. *Darwin and facial expression: Century of research in review* / Paul Ekman. – CA: Malor Book, 2006. – 273 p.
144. Fitness J. Emotional intelligence in intimate relationships / J. Fitness ; in J. Ciarrochi, J. P. Forgas, J. D. Mayer (Eds.) // *Emotional Intelligence in Everyday Life*. – Philadelphia: Psychology Press. – 2001. – P. 98–112.

145. Gardner H. *Frames of mind: The theory of multiple intelligence* / Howard Gardner. – New York: Basic Books, 2011. – 528 p.
146. Gardner H. *Intelligence reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century* / Howard Gardner. – New York: Basic Books, 2000. – 304 p.
147. Gardner H. *Multiple intelligences: the theory in practice* / Howard Gardner. – New York: Basic Books, 1993. – 304 p.
148. Goleman D. *Emotional intelligence* / Daniel Goleman. – New York: Bantam Books, 1995. – 352 p.
149. Goleman D. *Social Intelligence: The New Science of Human Relationships* / Daniel Goleman. – New York: Bantam Books, 2006. – 416 p.
150. Goleman D. *Why it can matter more than IQ* / Daniel Goleman. – New York: Bantam Books, 2006. – 384 p.
151. Goleman D. *Working with emotional intelligence* / Daniel Goleman. – New York: Bantam Books, 2000. – 400 p.
152. Gugliandolo M. C. *Trait emotional intelligence and behavioral problems among adolescents: A cross-informant design* / Gugliandolo M. C., Costa S., Cuzzocrea F., Larcán R., Petrides K. V. // *Personality and Individual Differences*. – 2015. – № 74. – P. 16–21.
153. Gökçen E. *Sub-threshold autism traits: The role of trait emotional intelligence and cognitive flexibility* / Gökçen E., Petrides K. V., Hudry K., Frederickson N., Smillie L. D. // *British Journal of Psychology*. - 2014. – № 105. – P. 187–199.
154. Isen A. M. *Affect, accessibility of material in memory, and behavior: A cognitive loop?* / Isen A. M., Shalke T., Clark M., Karp L. // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1978. – Vol. 36. – P. 1–12.
155. Colman, A. M. *A Dictionary of Psychology* / Andrew M. Colman. – New York: Oxford University Press, 2009. – 896 p.
156. Janakov B. *Basic Life Tasks* / Blagoja Janakov // *International Journal of Psychology* / *Abstract of the XXIX International Congress of Psychology (20–23 July 2008, Berlin, Germany)*. – 2008. – Vol. 43. – 636 p.

157. Jordan P. J. Emotional intelligence and conflict resolution: Implications for human resources development / P. J. Jordan, A. Troth // *Advances in Developing Human Resources*. – 2002. – № 4. – P. 62–79.
158. Keyes C. L. M. Social Well-Being / Corey Lee M. Keyes // *Social Psychology Quarterly*. – 1998. – Vol. 61. – № 2. – P. 121–140.
159. Keyes C. L. M. The mental health continuum: From languishing to flourishing in life/ Corey Lee M. Keyes // *Journal of Health and Social Behavior*. – 2002. – Vol. 43. – P. 207–222.
160. Lamers S. M. A. Positive mental health: Measurement, relevance and implications / Sanne M. A. Lamers. – Enscheda: University of Twente, 2012. – 192 p.
161. Lane R. D. Levels of emotional awareness: Neurological, psychological, and social perspectives / Richard D. Lane ; in R. Bar-On, J. D. A. Parker eds. // *The handbook of Emotional intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at home, School, and in the Workplace*. – San Francisco: Jossey-Bass. – 2000. – P. 91–171.
162. Law K. S. The construct and criterion validity of emotional intelligence and its potential utility for management studies / Law K. S., Wong C. S., Song L. J. // *Journal of Applied Psychology*. – 2004. – Vol. 89(3). – P. 483–496.
163. Lazarus R. S. *Emotion and adaptation* / Richard S. Lazarus. – New York: Oxford University Press, 1991. – 334 p.
164. Libbrecht N. Emotional Intelligence Predicts Success in Medical School / Libbrecht N., Lievens F., Carette B., Côté S. // *Emotion*. – 2014. – Vol. 14, №. 1. – P. 64–73.
165. Lopes P. N. Emotional regulation abilities and the quality of social interaction / Lopes P. N., Salovey P., Cote S., Beers M. // *Emotion*. – 2005. – №. 5. – P. 18–113.
166. Marlowe H. A. Social intelligence: Evidence for multidimensionality and construct independence / Herbert A. Marlowe // *Journal of Educational Psychology*. – 1986. – Vol. 78. – P. 52–58.

167. Martins A. A comprehensive meta-analysis of the relationship between Emotional intelligence and health / Martins A., Ramalho N., Morin E. // *Personality and individual Differences*. – 2010. – Vol. 49. – P. 554–564.
168. Maslow A. *Toward a psychology of being* / Maslow Abraham – New York: Wiley, 1999. – 240 p.
169. Masum R. Examining the Relationship between Emotional Intelligence and Aggression among Undergraduate Students of Karachi / R. Masum, I. Khan // *Educational Research International* . – 2014. – Vol. 3(3). – P. 36–41.
170. Mayer J. D. A field guide to emotional intelligence / J. D. Mayer ; in J. P. Ciarrochi, J. P. Forgas J. P., J. D. Mayer J. D. (Eds) // *Emotional intelligence in everyday life*. Philadelphia. – P.A.: Psychology Press. – 2001. – P. 3– 24.
171. Mayer J. D. Emotional intelligence as a standard intelligence / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D., Sitarenios G. // *Emotion*. – 2001. – № 1. – P. 232–242.
172. Mayer J. D. Emotional intelligence as zeitgeist, as personality and as a standard intelligence / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. ; in R. Bar-On, J. D. A. Parker (Eds.) // *Handbook of emotional intelligence*. – New York: Jossey-Bass. – 2000. – P. 92—117.
173. Mayer J. D. Emotional Intelligence. New ability or eclectic traits? / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. // *American Psychologist*. – 2008. – September. – P. 503 – 517.
174. Mayer J. D. Emotional intelligence: Theory, Findings, and Implications / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. // *Psychological Inquiry*. – 2004. – Vol. 15. – № 3. – P. 197–215.
175. Mayer J. D. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. // *Intelligence*. – 1999. – Vol. 27. – P. 267–298.
176. Mayer J. D. Emotion, intelligence, emotional intelligence / John D. Mayer ; in J. P. Forgas (Ed.) // *The handbook of affect and social cognition*. – NJ: Lawrence Erlbaum. – 2000. – P. 410—431.

177. Mayer J. D. How mood influences cognition / John D. Mayer ; in N. E. Sharkey (Eds.) // *Advances in cognitive science*. – Chichester: Ellis Horwood. – 1986. – P. 290—314.
178. Mayer J. D. Modeling and measuring emotional intelligence with the MSCEIT V 2.0 / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D., Sitarenios G. // *Emotion*. – 2003. – №3. – P. 97–105.
179. Mayer J. D. Models of emotional intelligence / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. ; in R. J. Sternberg (Eds.) // *Handbook of human intelligence (2nd ed.)*. – New York: Cambridge University Press. – 2000. – P. 396–422.
180. Mayer J. D. The intelligence of emotional intelligence / J. D. Mayer, P. Salovey // *Intelligence*. – 1993. – Vol. 17. – № 4. – P. 433–442.
181. Mayer J. D. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence / Mayer J. D., Paolo M. Di, Salovey P. // *Journal of Personality Assessment*. – 1990. – Vol. 54. – № 3, 4. – P. 772 – 781.
182. Mayer J. D. Personality moderates the effects of affect on cognition / Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. ; in: J. Fogas, K. Fielder (Eds.) // *Affect, cognition and social behavior*. – Toronto: Hogrete. – 1988. – P. 87–99.
183. Mayer J. D. The key ingredients of emotional intelligence interventions: similarities and differences / J. D. Mayer, J. Ciarrochi ; in J. D. Mayer, J. Ciarrochi (Eds.) // *Applying emotional intelligence: Practional guide*. – New York: Psychology Press. – 2007. – P. 144–156.
184. Mayer J. D. What is emotional intelligence? / J. D. Mayer, P. Salovey ; in P. Salovey, D. Sluyter (Eds.) // *Emotional development and EI: Educational implications*. – New York: Basic Books. – 1997. – P. 3–34.
185. Moayedi F. Emotional Intelligence in Suicide Committers // Moayedi F., HajiAlizadeh K., Khakrah M., Theshnizi S. H. // *Life Science Journal* . – 2014. – № 11(2s). – P. 65–68.

186. Nosenko E. The hierarchy of personality resources of mental health / Nosenko E., Arshava I., Chetveryk-Burchak A. // 26th Conference of the European Health Psychology Society (August 21-25, 2012. Prague, Czech Republic). – 2012. – P. 294.
187. Nosenko E. Trait-oriented approach to operationalizing Emotional Intelligence / E. Nosenko, K. Kovriga // Abstracts of the 7th European Congress of Psychology (1-6 July). – London, Great Britain. – 2001. – p. 211.
188. Parker J. D. A. Academic achievement in high school: Does emotional intelligence matter? / Parker J. D. A., Creque Sr. R. E., Barnhart D. L., Harris J. I., Majeski S. A., Wood L. M., Bond B. J., Hogan M. J. // Personality and Individual Differences. – 2004. – Vol. 37. – P. 30–1321.
189. Parker J. D. A. Emotional intelligence and academic success: Examining the transition from high school to university / Parker J. D. A., Summerfeldt L. J., Hogan M. J., Majeski S. A. // Personality and Individual Differences. – 2004. – Vol. 36. – P. 72–163.
190. Pavot W. The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of the life satisfaction / W. Pavot, E. Diener // Journal of Positive Psychology. – 2008. – Vol. 3. – P. 137–152.
191. Pennenbaker J. W. Writing about emotional experiences as a therapeutic process / James W. Pennenbaker // Psychological Science. – 1997. – Vol. 8. – P. 66–162.
192. Petrides K. V. A comparison of the trait emotional intelligence profiles of individuals with and without Asperger syndrome / Petrides K. V., Hudry K., Michalaria G., Swami V., Sevdalis N. // Autism. – 2011. – № 15. – P. 671–682.
193. Petrides K. V. The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school / Petrides K. V., Frederickson N., Furnham A. // Personality and Individual Differences. – 2004. – № 36. – P. 277–293.
194. Petrides K. V. Trait emotional intelligence and the Dark Triad traits of personality / Petrides K. V., Vernon P. A., Aitken Schermer J., Veselka L. // Twin Research and Human Genetics. – 2011. – № 14. – P. 35–41.

195. Petrides K. Trait emotional intelligence theory / K. Petrides // *Industrial and Organizational Psychology: Perspectives on Science and Practice*. – 2010. – Vol. 3(2). – P. 136–139.
196. Petrides K. V. Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with references to established trait taxonomies / K. V. Petrides, A. Furnham // *European Journal of Personality*. – 2001. – Vol. 15. – P. 48–425.
197. Poulou M. S. The role of Trait Emotional Intelligence and social and emotional skills in students' emotional and behavioural strengths and difficulties: A study of Greek adolescents' perceptions / Maria S. Poulou // *The international journal of of Emotional education*. – 2010. – Vol. 2, №2. – P. 30–47.
198. Pulkkinen L. *Socioemotional Development and Health from Adolescence to Adulthood* / Pulkkinen L., Kaprio J., Rose R. J. – New York: Cambridge University Press, 2006. – 421 p.
199. Saklofske D. H. Factor structure and validity of a trait emotional intelligence measure / Saklofske D. H., Austin E. J., Minski P. S. // *Personality and Individual Differences*. – 2003. – Vol. 34. – P. 21–707.
200. Salovey P. *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* / P. Salovey, D. J. Sluyter. – New York: Basic Books, 1997. – 288 p.
201. Salovey P. *Emotional intelligence* / P. Salovey, J.D. Mayer // *Imagination, Cognition, and Personality*. – 1990. – № 9. – P. 185–211.
202. Salovey P. The positive psychology of emotional intelligence / Salovey P., Mayer J. D., Caruso D. ; in C. Snyder, S. Lopez (Eds.) // *The handbook of positive psychology*. – New York: Oxford University Press. – 2002. – P. 159 –171.
203. Scherer K. R. Componential emotion theory can inform models of emotion competence / Klaus R. Scherer ; in G. Matthews, M. Zeidner, R. D. Roberts, eds. // *The Science of Emotional Intelligence: Knowns and Unknowns*. – New York: Oxford University Press. – 2007. – P. 26–101.
204. Schutte N. S. A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health / Schutte N. S., Malouff J. M., Thorsteinsson E. B.,

- Bhullar N., Rooke S. E. // *Personality and Individual Differences*. – 2007. – Vol. 42. – P. 33 – 921.
205. Schwean V. L. Emotional intelligence and gifted children / Schwean V. L., Saklofske D. H., Widdifield-Konkin L., Parker J. D. A., Kloosterman P. // *E-Journal of Applied Psychology*. – 2006. – Vol. 2(2). URL: <http://ojs.lib.swin.edu.au/index.php/ejap/article/view/70/99>
206. Shipley N. L. The effects of emotional intelligence, age, work experience, and academic performance / Shipley N. L., Jackson M. J., Segrest S. L. // *Research in Higher Education Journal*. – 2010. – Vol. 9. – P. 1–18.
207. Siegling A. B. Trait emotional intelligence and leadership in a European multinational company / Siegling A. B., Nielsen C., Petrides K. V. // *Personality and Individual Differences*. – 2014. – № 65. – P. 65–68.
208. Sifneos P. E. Problems of psychotherapy of patients with alexithymic characteristics and physical disease / Peter Emmanuel Sifneos // *Psychother. Psychosom.* – 1975. – Vol. 26. – P. 65–70.
209. Sternberg R. The Triarchic Theory of Successful Intelligence / R. Sternberg ; in D. Flanagan, P. Harrison (Eds.) // *Contemporary Intellectual Assessment: Theory, Tests, and Issues*. – New York: Guilford Press. – 2005. – P.103– 118.
210. TenHouten W. D. Alexithymia: an experimental study of cerebral commissurotomy patients and normal control subjects / TenHouten W. D., Hoppe K. D., Bogen J. E., Walter D. O. // *Am J Psychiatry*. – 1986. – Vol. 143. – P. 312–316.
211. Vaillant G. E. *Adaptation to Life* / George Eman Vaillant. – MA.: Harvard University Press, 1974. – 416 p.
212. Wechsler D. Non-intellective factors in general intellect / David Wechsler // *Psychological Bulletin*. – 1940. – Vol. 37. – P. 444—445.
213. Wechsler D. *Wechsler Intelligence Scale for Children* / David Wechsler. – New York: Psychological Corporation, 1949. –112 p.

214. Zeidner M. What we know about emotional intelligence: how it affects learning, work, relationships, and our mental health / Zeidner M., Matthews G., Roberts R. D. – London: A Bradford book, 2009. – 464 p.
215. Zins J. E. Social and emotional learning for success school performance / Zins J. E., Payton J. W., Weisberg R. P., O'Brien M. U. ; In G. Matthews, M. Zeidner, R. D. Roberts (Eds.) // Emotional Intelligence: Knowns and Unknowns. – New York: Oxford University Press. – 2007. – P. 95–376.

Додаток А

Опитувальник «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» (MHC-SF-UA)

Інструкція. Будь ласка, дайте відповіді на запитання щодо Вашого самопочуття протягом останнього місяця (двох тижнів). Визначте частоту переживання наведених нижче станів.

Як часто протягом двох тижнів Ви відчували...	Ніколи (0 балів)	1 – 2 рази (1 бал)	Приблизно 1 раз на тиждень (2 бали)	Приблизно 2 – 3 рази на тиждень (3 бали)	Майже кожен день (4 бали)	Кожен день (5 балів)
Щастя						
цікавість до життя						
Задоволення						
що можете зробити важливий внесок для суспільства						
належність до певної соціальної групи (за місцем навчання, роботи, проживання)						
що наше суспільство стає кращим для таких людей, як Ви						
що люди зазвичай хороші						
що події, які відбуваються в суспільстві, мають значення для Вас						
задоволення собою як особистістю						
що успішно впораєтесь із повсякденними зобов'язаннями						

теплі та довірливі стосунки з оточуючими						
що у Вас є досвід, який спонукає до самовдосконалення						
впевненість у висловлюванні власних поглядів						
що маєте мету та сенс життя						

Послідовність підрахунку балів. Підсумуйте бали в діапазоні від 0 до 70 (якщо необхідно, застосуйте 10-бальну шкалу).

Категоріальна діагностика. Процвітання (flourishing) діагностується, якщо індивід відчуває принаймні один із трьох симптомів гедонічного благополуччя (питання 1 – 3) «Кожен день», або «Майже кожен день» і переживає принаймні 6 з 11 симптомів позитивного функціонування (питання 4 – 14) «Кожен день», або «Майже кожен день» протягом останнього місяця (двох тижнів).

Пригнічення (languishing) діагностується, якщо індивід зазначає, що «Ніколи» або «1 – 2 рази» протягом останнього місяця (двох тижнів) не переживав жодного з трьох симптомів гедонічного благополуччя (питання 1–3), 6 з 11 симптомів позитивного функціонування (питання 4 – 14, серед яких 4 – 8 твердження є показниками соціального благополуччя, а 9 – 14 – показниками психологічного благополуччя).

В індивідів, які не увійшли до жодної з названих категорій, діагностується «помірний» (задовільний) рівень психічного здоров'я.

Додаток Б

«Шкала соціального благополуччя»

Інструкція: Уважно прочитайте кожне твердження. Визначити ступінь його відповідності саме Вам. Відзначте позначкою варіант відповіді, з яким Ви згодні. Пам'ятайте, що правильних або неправильних відповідей не існує.

№	Запитання	Абсолютно Згоден	Згоден	Скоріше згоден	Важко відповісти	Скоріше не згоден	Незгоден	Абсолютно незгоден
1	Світ занадто складний для мене							
2	Я не відчуваю себе частиною спільноти.							
3	Люди які допомагають одному не чекають нічого взамін							
4	Я можу зробити важливий внесок у суспільство							
5	Світ стає кращим для кожного							
6	Я маю близькі стосунки з оточуючими.							
7	Моя повсякденна діяльність не створює нічого цінного для моєї спільноти.							
8	Я не можу зрозуміти сенс подій, що відбуваються в світі.							
9	Прогрес у суспільстві припинився.							
10	Людям байдужі проблеми оточуючих							
11	Моя спільнота - це джерело комфорту.							

12	Мені легко прогнозувати зміни в суспільному житті.							
13	Суспільство не змінюється на краще для таких людей, як я.							
14	Я вірю в те, що оточуючі добрі.							
15	Мені нічого запропонувати суспільству							

Підрахунок балів:

Підрахунок здійснюється шляхом сумування балів за шкалою від 1 до 7 балів:

Абсолютно згоден – 7 балів;

Згоден – 6 балів;

Скоріше згоден – 5 балів;

Важко відповісти – 4 бали;

Скоріше не згоден – 3 бали;

Не згоден – 2 бали;

Абсолютно не згоден – 1 бал.

Підраховуючи бали необхідно інвертувати їх за зворотними питаннями.

Зворотні питання відмічені зірочкою (*):

Соціальне прийняття: 3; 10*; 14.

Соціальна актуалізація: 5; 9*; 13*.

Узгодженість з суспільством: 1*; 8*; 12.

Соціальний внесок: 4; 7*; 15*.

Соціальна інтеграція: 2*; 6; 11.

Загальний показник рівня соціального благополуччя розраховується шляхом сумування балів за всіма субшкалами.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ОСОБИСТІСНИЙ РЕСУРС УСПІШНОСТІ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ	6
1.1. Еволюція поглядів на вирішення проблеми взаємозв'язку інтелекту та емоцій	6
1.2. Підходи до тлумачення змісту поняття «емоційний інтелект», моделі, види та структура	21
1.3. Роль емоційного інтелекту в зумовленні успішності життєдіяльності особистості	37
Висновки до першого розділу	47
РОЗДІЛ II МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ МЕХАНІЗМІВ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА УСПІШНІСТЬ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ	49
2.1. Підходи до операціоналізації поняття «успішність життєдіяльності» у термінах ефективності вирішення суб'єктом провідних життєвих завдань	49
2.2. Механізми впливу рівня сформованості емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості	57
2.2.1. Роль емоційного інтелекту в забезпеченні суб'єктивного благополуччя особистості	57
2.2.2. Роль емоційного інтелекту в забезпеченні благополуччя в соціальній сфері	61
2.2.3. Роль емоційного інтелекту в забезпеченні успішної самореалізації та розкритті особистісного потенціалу	65
2.2.4. Механізми впливу рівня сформованості емоційного інтелекту на прояви внутрішніх та зовнішніх компонентів успішності життєдіяльності людини	68

2.3. Обґрунтування вибору методичного забезпечення емпіричного дослідження механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості	73
Висновки до другого розділу	83
РОЗДІЛ III РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ МЕХАНІЗМІВ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА УСПІШНІСТЬ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ	87
3.1. Завдання, організація, основні етапи емпіричного дослідження	87
3.2. Процедура адаптації і психометричної перевірки опитувальників «Безперервність психічного здоров'я – коротка форма» та «Шкала соціального благополуччя» автора К. Кіза	94
3.3. Результати емпіричного дослідження механізмів впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості	106
3.4. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження	140
Висновки до третього розділу	147
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	150
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	154
ДОДАТКИ	177

Наукове видання

Елеонора Львівна Носенко
Аліна Григорівна Четверик-Бурчак

**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ДОСЯГНЕННЯ
ЖИТТЄВОГО УСПІХУ**

Монографія

Підписано до друку 25.04.2016

Формат 60x84/16. Папір офсетний.

Ум. друк. арк. 10,58.

Наклад 300 прим.

ВД «Освіта України»

ФО-П Маслаков Руслан Олексійович

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи

до державного реєстру видавців, виготівників

і розповсюджувачів видавничої продукції

ДК №4726 від 29.05.2014 р.

Тел. (095) 699-25-20, (098) 366-48-27.

E-mail: osvita2005@mail.ru, www.rambook.ru

Видавничий дім «Освіта України» запрошує авторів до співпраці з випуску видань, що стосуються питань управління, модернізації, інноваційних процесів, технологій, методичних і методологічних аспектів освіти та навчального процесу у вищих навчальних закладах.
Надаємо всі види видавничих та поліграфічних послуг.