

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет психолого-педагогічний
Кафедра загальної та вікової психології

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

_____ Токарева Н. М.

Реєстраційний № _____

_____ 2023 р.

«__» _____ 2023 р.

**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ПРЕДИКТОР КОНСТРУКТИВНОЇ
ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Кваліфікаційна робота студентки групи ЗППм-22
ступінь вищої освіти – другий (магістерський)
спеціальності 053 Психологія

Сорокіної Владіміри Олександрівни

Керівник Токарева Н. М.

професор, доктор психологічних наук

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS _____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____

Члени ЕК _____

Кривий Ріг – 2023

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, **Сорокіна Владіміра Олександрівна**, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно і не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.



ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНОЛОГІЇ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ	9
1.1. Емоційний інтелект як психологічний феномен	9
1.2. Особливості виявлення емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку	21
Висновок до розділу 1	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИРАЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРАМИ РАННЬОГО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	27
2.1. Організація діагностичного вимірювання емоційного інтелекту юнацтва	27
2.2. Аналіз результатів психодіагностичного дослідження проявів емоційного інтелекту	31
Висновок до розділу 2	42
РОЗДІЛ 3. МОЖЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРІВ РАННЬОГО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	44
3.1. Обґрунтування теоретико-методологічних засад програми розвитку емоційного інтелекту особистості раннього юнацького віку	44
3.2. Оцінка ефективності корекційно-розвивальної програми оптимізації емоційного інтелекту юнацтва	55
Висновок до розділу 3	60
ВИСНОВКИ.....	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	65
ДОДАТКИ	71

ВСТУП

Актуальність дослідження. В несталих умовах емоційно насиченого, сповненого стрес-факторами сьогодення проблема дослідження психологічних особливостей емоційного інтелекту набуває все більшого значення. Складність функціонування сучасного суспільства як динамічного соціального організму обумовлюють гостру потребу розвитку емоційної культури особистості, ресурсів емоційного інтелекту – у єдності емоційного і раціонального – задля ефективної самореалізації.

Емоційний інтелект (*Emotional intelligence, EI*) є важливою інтегральною характеристикою особистості, що реалізується у здатності розуміти сутнісні маркери емоцій, узагальнювати їхній зміст, виокремлювати емоційні аспекти у міжособистісних стосунках та регулювати емоційні реакції. Чисельні наукові дослідження зарубіжних (Н. Gardner, D. Goleman, J. Mayer & P. Salovey та ін.) та вітчизняних (Н. І. Буркало, Карпенко Є. В., Е. Л. Носенко, О. Я. Чебикін та інші) науковців висвітлюють феноменологію емоційного інтелекту як продуктивного інструмента збереження психологічного здоров'я людини. Дослідження функціонального ресурсу емоційного інтелекту дозволяють розглядати його як предиктор (один із факторів, що впливає на певну змінну, і має бути врахованим у прогнозі її подальшого значення) психічного розвитку суб'єкта життєтворення, його Я-концепції та конструктивної ідентичності.

Водночас, попри актуальність проблеми, дотепер у психологічній літературі не чітко висвітлені роль і місце емоційного інтелекту в структурі особистісного розвитку людини. Гостро стоїть також питання розвитку емоційного інтелекту у період дорослішання особистості (передусім у період ранньої юності), коли формується здатність особи емоційно виважено реагувати на різні ситуації як маркер конструктивної ідентичності суб'єкта життєтворення. Адже усвідомлення власної індивідуальності є усвідомленням особистістю власних емоційних реакцій і станів, які позначають індивідуальне ставлення до того, що відбувається навколо.

Відтак, актуальність теми дослідження, теоретична та практична значущість означеної проблеми зумовили вибір теми магістерської кваліфікаційної роботи «Емоційний інтелект як предиктор конструктивної ідентичності особистості в ранньому юнацькому віці».

Мету даного магістерського дослідження ми вбачали у виявленні особливостей емоційного інтелекту школярів раннього юнацького віку та визначенні можливостей розвитку емоційного інтелекту юнацтва у площині особистісного становлення.

Для досягнення мети необхідно було розв'язати такі **завдання**:

1. Здійснити аналіз та узагальнити інформацію із досліджуваної проблеми, представлену у психолого-педагогічній літературі.
2. Означити тенденції виявлення емоційного інтелекту особистістю у період ранньої юності.
3. Емпірично перевірити особливості виявлення емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку.
4. Виявити ймовірні кореляційні зв'язки між показниками емоційного інтелекту та вимірами ідентичності респондентів.
5. Розглянути можливості розвивальної програми оптимізації емоційного інтелекту юнацтва за допомогою актуалізації регуляторно-особистісного ресурсу.

Об'єкт дослідження: феноменологія виявлення емоційного інтелекту особистості.

Предмет дослідження: виявлення емоційного інтелекту як показника ідентичності юнацтва.

Методи і методики дослідження. Розв'язання поставлених завдань здійснювалося шляхом використання загальнонаукових методів та методів психологічного дослідження:

- *організаційних методів*: порівняльний метод (був застосований на етапі психодіагностичного вимірювання задля співставлення маркерів емоційного інтелекту та ідентичності респондентів);

- *теоретичних методів*: аналіз наукової літератури щодо особливостей емоційного інтелекту з метою визначення стану розробленості досліджуваної проблеми; теоретичне моделювання з метою визначення і обґрунтування особливостей виявлення емоційного інтелекту школярами раннього юнацького віку, а також психологічних умов оптимізації процесу розвитку конструктивної ідентичності юнаків;
- *емпіричних методів*: тестування з метою визначення особливостей емоційного інтелекту старшокласників; корекційно-розвивальний експеримент з метою визначення, обґрунтування умов оптимізації процесу розвитку емоційного інтелекту юнаків;
- *методів математичної статистики*: обрахування індивідуальних показників емоційного інтелекту за ключем методик та середніх показників маркерів емоційного інтелекту у вибірковій сукупності респондентів; розрахунок відсоткових показників; кореляційний аналіз даних (r-Spearmana, t-критерій Стьюдента).

Задля окреслення базових маркерів емоційного інтелекту школярів раннього юнацького віку були використані такі **психодіагностичні методики**:

- 1) Тест емоційного інтелекту EQ Н. Холла, призначений для виявлення здібності особистості розуміти відносини, що репрезентуються в емоціях, та керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття адекватних рішень.
- 2) Тест емоційного інтелекту «ЕмІн» Д. В. Люсіна, що дозволяє виявити особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної взаємодії юнаків.
- 3) методика «Діагностика інтерактивної спрямованості особистості», модифікований варіант Н.Фетискіна, призначена для вивчення вектора інтерактивної спрямованості та особистої соціалізації.

Отримані дані піддавалися кількісному аналізу з подальшою їх якісною інтерпретацією і змістовним узагальненням.

Процедура аналізу досліджуваних параметрів здійснювалася за допомогою програми SPSS-20.

Вибіркова сукупність була представлена 52 особами раннього юнацького віку (16 – 17 років), які проживають на території України. Вибіркова сукупність була сформована рандомно. Емпіричні дані були отримані шляхом індивідуального опитування респондентів (18 особа) та за допомогою Google-форми (34 особи).

Дослідження тривало протягом 2022–2023 навчального року у комплексі роботи над магістерським кваліфікаційним дослідженням.

Теоретико-методологічну основу дослідження складають:

- загальнотеоретичні принципи детермінізму і розвитку психіки в діяльності (Г. О. Балл, С. Д. Максименко та інші);
- концептуальні підходи науковців до вивчення емоційного інтелекту у дискурсі життєздійснення (Н. Gardner, D. Goleman, J. Mayer & P. Salovey та ін.; С. П. Дерев'янка, В. В. Зарицька, Є. В. Карпенко, Н. В. Коврига, Е. Л. Носенко, О. Я.Чебикін та інші);
- закономірності становлення та розвитку особистості у період раннього юнацького віку (Г. О. Балл, С. Д. Максименко, Н. М. Токарева, А. В.Шамне та ін.);
- диференційний підхід до аналізу вимірів ідентичності юнацтва (Б. Б. Іваненко, О. В. Мазяр, К. С. Максименко Л. З. Сердюк, Т. М. Яблонська та ін.).

Практичне значення результатів дослідження, представлених у даній кваліфікаційній роботі, полягає в уточненні маркерів емоційного інтелекту юнаків; отримані результати сприяють підвищенню ефективності процесу оцінки, прогнозування й формування конструктивної ідентичності юнацтва. Матеріали дослідження можуть бути використані практичними психологами для організації корекційно-розвивальної роботи із особами юнацького віку, а також студентами закладів педагогічної освіти (зокрема – здобувачами освіти

спеціальності 053 Психологія) при підготовці до занять із дисциплін психологічного циклу.

Надійність і вірогідність дослідження забезпечувалися репрезентативністю вибірки (52 школярі раннього юнацького віку), застосуванням методів, адекватних меті і завданням дослідження, поєднанням кількісного та якісного аналізу, використанням методів математичної статистики.

Апробація результатів дослідження була проведена на науково-методичних семінарах та педагогічних нарадах вчителів Криворізького ліцею № 77, де були представлені результати досліджень, викладені у кваліфікаційній магістерській роботі. Матеріали дослідження апробаційного типу були також представлені в одноосібній публікації у збірнику наукових матеріалів здобувачів вищої освіти «Студентський дайджест» Рівненського державного гуманітарного університету [29].

Структура роботи

Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаної літератури, який налічує 60 джерел (16 іноземною мовою); містить 5 рисунків та 9 таблиць; вміщує 2 додатки. Текст кваліфікаційної роботи викладено на 73 сторінках, з яких основного тексту – 64 сторінки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНОЛОГІЇ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ

У першому розділі магістерського кваліфікаційного дослідження представлено результати теоретичного аналізу феноменології емоційного інтелекту (EQ) особистості. Вивчено вікові маркери виявлення емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку.

1.1. Емоційний інтелект як психологічний феномен

Емоційна сфера особистості стало знаходитися в центрі уваги наукової спільноти, що відображено у чисельних дослідженнях – як теоретичних, так і емпіричного спрямування. Проте найбільш виважені, науково обгрунтовані дослідження феноменології емоційного інтелекту починаються із ХХ століття. Дж. Мейєр, аналізуючи історію вивчення емоційного інтелекту у зарубіжному науковому просторі [56, с. 3–24], виокремлює п'ять періодів історіогенезу даної проблеми:

- 1) 1900 – 1969 роки: дослідження емоцій та інтелекту були відносно окремими аспектами наукових пошуків;
- 2) 1970 – 1989 роки: в центрі уваги дослідників знаходилася проблема взаємовпливу когнітивних та емоційних інтелектуальних процесів;
- 3) 1990 – 1993 роки: емоційний інтелект постає як предмет психологічних досліджень;
- 4) 1994 – 1997 роки: відбувається популяризація емоційного інтелекту;
- 5) починаючи із 1998 року і донині: здійснюється прояснення сутності емоційного інтелекту.

Протягом першого періоду у науковому просторі з'являються чисельні теорії інтелекту (Г. Майєр, Ч. Спірмен, Е. Торндайк, Д. Векслер та ін.) та тести для його вимірювання (передусім логічного і вербального), розпочинається вивчення соціального інтелекту. В цілому ж загальна концепція інтелекту залишалася суто когнітивною.

Другий період вивчення емоційного інтелекту (1970 – 1989 роки) відзначився підтвердженням ідеї щодо продуктивної взаємодії когнітивних та емоційних процесів. У галузі дослідження емоцій викристалізовується бачення емоцій як одної з підсистем свідомості. Когнітивна теорія емоцій розглядає емоції як функцію розуму, особливий тип пізнання. Зокрема у концепції Р. Лазаруса [52] когнітивне опосередкування розглядається як необхідна умова появи емоцій. Відповідно до теорії Р. Лазаруса базовими є такі положення:

- 1) кожна емоційна реакція, незалежно від її змісту, є функція особливого роду пізнання чи оцінки;
- 2) емоційна відповідь є певним синдромом, кожен із компонентів якого відбиває якийсь важливий момент загальної реакції.

А отже, емоції фокусують когнітивну активність, скеровують її, визначаючи способи адаптації людини в емоційно напруженому середовищі.

Долучення поняття емоційного інтелекту до наукового тезаурусу пов'язане зокрема із працями американського психолога Г. Гарднера (H. Gardner), автора моделі множинного інтелекту особистості. У 1983 році Г. Гарднер в роботі «Межі розуму: теорія множинного інтелекту» [47] висунув припущення про множинність виявлень інтелекту як сукупності взаємопов'язаних розумових здібностей. Науковець вважав, що традиційні показники інтелекту (IQ), не в змозі повністю пояснити когнітивні здібності та особливості людини. Згідно із вченням Г. Гарднера модель інтелекту містить сім основних підвидів, серед яких, поряд із традиційними вербальним і логіко-математичним, функціонують просторовий, музичний, тілесно-кінестетичний, міжособистісний та внутрішньоособистісний форми інтелекту.

Міжособистісний інтелект (*interpersonal*), відповідно до опису Г. Гарднера, відображує здатність особи спостерігати та розуміти почуття інших людей, а також використовувати цю інформацію для прогнозування їхньої поведінки. Внутрішньоособистісний інтелект (*intrapersonal*) означає

здатність людини зрозуміти себе, оцінити свої почуття, страхи і мотиви; спроможність формувати адекватну Я-концепцію для ефективного функціонування [цит. за: 21, с.24].

У подальших дослідженнях Г. Гарднер, уточнюючи запропоновані поняття, додав до тлумачення міжособистісного інтелекту наявність у людини спроможності правильно розпізнавати настрої, вияви темпераменту, мотиви та прагнення інших людей і відповідним чином реагувати на них [48; 49]. Щодо поняття внутрішньоособистісного інтелекту, то до його змісту було додано спроможність людини розуміти власні почуття, їх витoki і регулювати на цій основі власну поведінку.

Згодом Г. Гарднер переосмислює власну теорію [49] й більш чітко означає емоційний інтелект, котрий розглядає як підструктуру соціального (або міжособистісного) інтелекту, що передбачає здатність спостерігати власні емоції та емоції інших людей, розрізняти їх і використовувати цю інформацію для управління мисленням і діями [цит. за: 21, с.24–25]. Відповідно, емоційний інтелект у теорії Г. Гарднера не містить загальні уявлення людини щодо себе та оцінку інших. Він відображує сутнісні виміри пізнання й використання персональних емоційних станів та емоцій інших людей для вирішення проблем і регулювання поведінки.

Зокрема Дж. Мейер та П. Селовей розглядають емоції як упорядковані реакції, що перетинають межі багатьох психологічних підсистем: фізіологічної, когнітивної, мотиваційної, емпіричної (пов'язаної із досвідом). Емоції, таким чином, розуміються науковцями як адаптивні реакції, які можуть потенційно бути фактором трансформування особової та соціальної взаємодії і збагачення досвіду людини [54; 57].

Водночас протягом останніх років на фоні перенасичення соціального простору стрес-факторами високої інтенсивності актуальність дослідження складних емоційних феноменів, і зокрема – емоційного інтелекту, значно зросла. Відповідно, з'явилося багато публікацій (переважно зарубіжних), в яких детально розглядається феноменологія емоційного інтелекту.

У роботах Дж. Мейєра та П. Селовея (J. D. Mayer, P. Salovey) було представлено більш детальний аналіз змістових ознак емоційного інтелекту. Вчені опублікували цикл дослідницьких робіт [54–57; 59], в яких було сформульовано визначення поняття «емоційний інтелект», а також запропоновано методику його вимірювання. Дослідники тлумачили емоційний інтелект як сукупність ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій та емоцій оточуючих осіб. Загалом умовиводи Дж. Мейєра та П. Селовея можна розглядати як подальший розвиток розуміння концепції емоційного інтелекту, запропонованої Г. Гарднером.

Широку популярність феномен емоційного інтелекту (EQ) отримав завдяки праці американського психолога Д. Гоулмана (D. Goleman) «Емоційний інтелект» («Emotional Intelligence»), яка вийшла в США у 1995 році [50; 5]. Даніель Гоулман переконливо доводить, що справжнім показником інтелекту є саме EQ (емоційний інтелект), а не IQ (логічний інтелект) «насамперед у тих «піддатливих» сферах, де розумові здібності є відносно менш значущими для досягнення успіху – там, де, наприклад, емоційна саморегуляція та емпатія відіграють більшу роль, ніж суто пізнавальні здібності» [5, с.15].

На думку Д. Гоулмана, «ті, хто може керувати своїм емоційним життям з більшим самоусвідомленням і самовладанням, мають досить помітну перевагу, коли йдеться про здоров'я» [5, с.15], і передусім – психологічного.

Д. Гоулман наголошує, що завдяки емоційному інтелекту, людина здатна ідентифікувати та називати емоційні стани, розуміти взаємозв'язок між емоціями, мисленням та діями [5, с.36], управляти емоційними станами, а саме контролювати емоції та входити в емоційні стани, що сприяють досягненню успіху, розуміти емоції інших людей, демонструвати співпереживання та здатність підтримувати гармонійні відносини з оточенням, що, у свою чергу, сприяє самоефективності особистості в

соціумі і відкриває для неї широкі можливості для самореалізації та розкриття свого потенціалу [5; 50; 51].

Важливе місце у теоретичному обґрунтуванні сутнісних ознак емоційного інтелекту посідають дослідження, що деталізують його структуру. Зокрема у роботах Дж. Мейєра та П. Саловея [54; 57] пропонується тлумачення п'яти компонентів (властивостей) емоційного інтелекту, що розуміються як сукупність основних здібностей людини:

- 1) здібності, що реалізуються у вигляді усвідомлення людиною власних емоцій. Ця група здібностей розглядається як провідна в структурі емоційного інтелекту, бо спроможність людини усвідомити свої істинні переживання і зрозуміти їхнє походження дозволяє краще впоратись з ними;
- 2) спроможність регулювати емоції, що виявляється у вигляді зусиль, спрямованих на заспокоєння себе, стабілізацію тривожного стану, нейтралізацію таких переживань як сум або роздратованість. Люди, які не володіють такою властивістю, постійно перебувають у стані дистресу та безпорадних спроб подолати власні негативні почуття. У той час як ті, що мають здібності контролювати емоції, більш ефективно та швидко долають небажані емоційні стани;
- 3) спроможність мотивувати себе до діяльності. Цей компонент емоційного інтелекту реалізується у зусиллях людини спрямувати власні емоції на досягнення мети діяльності, на нові досягнення. Одним з компонентів спроможності мотивувати себе на досягнення мети діяльності, як наголошують автори дослідження, є самоконтроль, вміння відкладати отримання миттєвого задоволення заради досягнення більш значущої віддаленої мети;
- 4) розпізнавання та розуміння емоцій, що виникають в інших людей. Ця здібність реалізується, зокрема, у вигляді виявлення емпатії. Люди, які спроможні виявляти емпатію, є більш чутливими до слабких соціальних ознак, котрі варто врахувати у міжособистісній взаємодії;

5) вміння підтримувати доброзичливі відносини з оточенням. Ця група здібностей розглядається авторами як своєрідне мистецтво позитивного ставлення до інших людей, цінна соціальна навичка, що реалізується у спроможності опановувати емоційні реакції, які виникають при взаємодії з іншими людьми [цит. за: 21, с.25 – 27].

У науковому доробку Д. Гоулмана [5] структура емоційного інтелекту містить такі компоненти:

- 1) емоційна самосвідомість, що означається як здатність людини прислуховуватись до своїх внутрішніх відчуттів, усвідомлювати вплив власних емоцій та почуттів на психічний стан. Також емоційна самосвідомість передбачає наявність адекватної самооцінки, що дозволяє людині розуміти свої сильні сторони, усвідомлювати межі своїх можливостей та наявність почуття власної гідності;
- 2) самоконтроль – здатність стримувати емоції, проявляти відкритість, адаптивність, волю до перемоги, впевненість у собі, ініціативність та оптимізм;
- 3) соціальна чутливість – спроможність до співпереживання (прояв емпатії). Соціальна чутливість зумовлює здатність особистості прислуховуватися до переживань інших осіб, здатність налаштовуватися на широкий діапазон емоційних сигналів;
- 4) управління стосунками – передбачає наявність таких здатностей як: натхнення, впливовість, сприяння змінам, здатність до урегулювання конфліктів, до командної роботи та співпраці [5].

Суголосними дослідженням Д. Гоулмана є зокрема й напрацювання Р.Бар-Он (R. Bar-On), який визначає емоційний інтелект як сукупність некогнітивних здібностей, знання та компетентності, що дають можливість людині успішно впоратися з різними життєвими ситуаціями: краще адаптуватися до складних життєвих ситуацій, гармонійно взаємодіяти з оточенням та бути задоволеним життям [43 – 45].

Р. Бар-Он виокремлює у структурі емоційного інтелекту п'ять компонентів, кожен з яких містить певні особистісні якості:

- 1) самопізнання – усвідомлення своїх емоцій, впевненість в собі, самоповага, самореалізація, незалежність;
- 2) навички міжособистісного спілкування – емпатія, соціальна відповідальність та взаєморозуміння;
- 3) здатність до адаптації – вміння вирішувати проблеми, проявляти гнучкість, реально оцінювати ситуацію, пристосовуватись до нових умов;
- 4) управління стресовими ситуаціями – стресостійкість, контроль за імпульсивністю;
- 5) домінуючий настрій: щастя, оптимізм [43].

Таким чином науковець розглядає емоційно здібну людину як таку, що має високий адаптаційний потенціал, який виражається у прояві толерантності та контролі імпульсивності, управління стресом через здатність розв'язувати проблеми, гнучкість підходів до пошуку оптимального рішення з опорою на відчуття реальності [цит. за: 2].

Надалі дослідження емоційного інтелекту продовжувалися на теренах зарубіжної та вітчизняної психології. У більш пізніх дослідженнях Дж. Мейєра та П. Саловея емоційний інтелект тлумачиться як «здібність адекватно сприймати, оцінювати та виражати емоції; спроможність породжувати почуття, коли вони сприяють мисленню; спроможність розуміти емоції та знання, що стосуються емоцій, а також здібність регулювати емоції, щоб сприяти власному емоційному та інтелектуальному зростанню» [57, с.85].

Більш деталізовано науковою спільнотою представлено також схему розуміння емоційного інтелекту особистості (табл. 1.1.)

Схема тлумачення емоційного інтелекту
(згідно із Дж. Мейером та П. Саловеем [54, с.120 – 121])

Рефлексивна регуляція емоцій, що сприяє емоційному та інтелектуальному зростанню	Розуміння й аналіз емоцій. Використання знань про закономірності емоційного реагування	Фасилітація мислення за допомогою емоцій	Сприйняття, оцінка та вираження емоцій
Спроможність залишатись відкритим почуттям, як приємним, так і неприємним	Спроможність розпізнавати емоції, розуміти різні форми їх вираження	Емоції можуть сприяти мисленню, якщо за їх допомогою забезпечується пріоритетна увага до важливої інформації	Спроможність ідентифікувати емоції, що супроводжують власний фізичний стан, почуття та думки
Спроможність рефлексивно включатись чи утримуватись від оцінки інформативності чи корисності емоцій	Спроможність інтерпретувати зміст, який передають емоції з урахуванням ситуативних факторів (емоція суму може супроводжувати переживання втрати)	Емоції достатньо ясні та доступні розумінню, можуть свідомо породжуватись як форма підтримки зроблених висновків, або як засіб покращення запам'ятовування подій, що викликали певні почуття	Спроможність ідентифікувати емоції в інших людях, в творах мистецтва, при вираженні їх за допомогою вербальних засобів, міміки та поведінки.
Спроможність рефлексивно регулювати емоції у відношенні до себе та оточуючих, роблячи при цьому висновки, наскільки зрозумілими, типовими, впливовими, адекватними ці емоції у межах конкретної ситуації	Спроможність розуміти змішані почуття: одночасне виявлення почуття любові та не навісти, або змішані почуття 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	Спроможність виражати емоції точно і адекватно, формулювати потреби, які пов'язані з цими емоціями

Спроможність керувати власними емоціями та емоціями інших людей шляхом оптимізації негативних емоцій та підвищення інтенсивності позитивних емоцій без зменшення чи перебільшення інформації, яку вони можуть передати	Спроможність розпізнавати вірогідні переходи між емоціями: від гніву до задоволення; від гніву до сорому і такі інші	Емоційні стани по-різному сприяють формуванню специфічних підходів до вирішення проблем (наприклад, радість чи щастя підсилюють індуктивне мислення та креативність)	Спроможність розрізняти відмінності між точними та неточними виявленнями емоцій, або між відвертими та спотвореними (штучними) виявленнями почуттів
--	--	--	---

За результатами дослідження проблеми виявлення емоційного інтелекту можна виокремити три основні моделі EQ, що реалізуються у чисельних варіаціях. Кожна з моделей представляє різні точки зору.

1. **Модель емоційного інтелекту Майєра – Саловея (Модель здібностей)**

– ґрунтується на традиційному уявленні про інтелект [54; 57] і складається із таких елементів:

- 1) *Сприйняття емоцій* – здатність розпізнавати емоції інших людей, а також ідентифікувати свої власні емоції.
- 2) *Використання емоцій для стимуляції мислення* – здатність людини активувати свій розумовий процес, креативність, використовуючи емоції як фактор мотивації.
- 3) *Розуміння емоцій* – здатність визначати причину появи емоції, розпізнавати зв'язок між думками і емоціями, визначати перехід від однієї емоції до іншої.
- 4) *Управління емоціями* – здатність приборкувати, пробуджувати і направляти свої емоції і емоції інших людей для досягнення поставлених цілей.

2. **Модель емоційного інтелекту Д. Гоулмана** [5; 50; 51], який розглядає емоційний інтелект як комплекс когнітивних здібностей і особистісних рис людини. Модель розглядається як змішана форма.

Д. Гоулман, американський журналіст і психолог, за результатами психологічних досліджень і опитувань довів, що успіх в житті залежить не стільки від логічного інтелекту – IQ, скільки від здібностей управляти своїми емоціями – EQ. У своїй книзі «Emotional Intelligence» автор стверджує, що «емоційний інтелект не є вродженою особливістю людини, не задається генетично і має особливість розвиватися на відміну від розумового розвитку» [5, с.17].

На думку Д. Гоулмана найбільш важливими складниками EQ є самосвідомість, емпатія та вміння керувати деструктивними емоціями. «Якщо EQ стане настільки ж поширеним поняттям, як IQ, і так само міцно вкорениться в суспільстві, як міра людських здібностей, то, на мою думку, наші сім'ї, школи, місця роботи й спільності також стануть більш гуманними і вихованими», – наголошує дослідник [5, с. 21]. Також Д.Гоулман відносить до емоційного інтелекту самоконтроль, завзяття, наполегливість і здатність до самомотивації. «Діти можуть оволодіти цими навичками й отримати шанс більш повно використовувати свій розумовий потенціал, незалежно від того, виграли вони чи програли в генетичній лотереї» [Там само, с. 27].

Змішана модель емоційного інтелекту Даніеля Гоулмана *включає* в себе *5 частин:*

- 1) *Самопізнання* - здатність ідентифікувати свої емоції, свою мотивацію при прийнятті рішень, дізнаватися свої слабкі і сильні сторони, визначати свої цілі і життєві цінності.
- 2) *Саморегуляція* - здатність контролювати свої емоції, стримувати імпульси.
- 3) *Соціальні навички* - здатність вибудовувати відносини з людьми, підштовхувати їх в бажаному напрямку.
- 4) *Емпатія* – здатність враховувати почуття інших людей при прийнятті рішень, а також здатність співпереживати іншим людям.
- 5) *Мотивація* – здатність прагнути до досягнення мети заради факту її досягнення.

3. *Модель Д. В. Люсіна*. Відштовхуючись від існуючих концепцій, Д. В. Люсін запропонував свою модель емоційного інтелекту, яка містить таке:

- 1) *Здатність до розуміння емоцій*, що згідно даної моделі означає зокрема таке: людина може розпізнати емоцію, тобто встановити сам факт наявності емоційного переживання у себе або у іншої людини; може ідентифікувати емоцію, тобто встановити, яку саме емоцію переживає він сам або інша людина, і знайти для неї словесне вираження; розуміє причини, що викликали цю емоцію, і наслідки, до яких вона призведе.
- 2) *Здатність до управління емоціями* – означає, що людина: може контролювати інтенсивність емоцій, насамперед стримувати надмірно сильні емоції; може контролювати зовнішнє вираження емоцій; може довільно викликати ту чи іншу емоцію.

Здатність до розуміння та здатність до управління емоціями можуть бути спрямовані як на власні емоції, так і на емоції інших людей [цит. за: 18].

Отже, у змішаних моделях емоційний інтелект розглядається як сукупність розумових, особистісних та мотиваційно-вольових рис, характеристик самосвідомості та соціальних навичок, що сприяють адаптації особистості до життя та досягненню успіху в соціумі.

У вітчизняній психології ідея єдності емоцій та інтелекту знайшла своє відображення зокрема у працях С. П. Дерев'янка [6; 7], В. Ф. Калошин [10], Є. В. Карпенко [13], Н. В. Ковриги [14], О. П. Лящ [16 – 18], Е. Л. Носенко [21; 22]. Інтегративні виміри ЕІ під різними кутами життєздійснення особистості досліджувалися Є. В. Карпенко [13]; С. П. Дерев'янка розглядає емоційний інтелект як фактор, що зумовлює перебіг соціально-психологічної адаптації особистості [7]. В. Ф. Калошин вивчає емоційний інтелект у вимірах ефективності використання людських ресурсів [10].

Е. Л. Носенко та Н. В. Коврига [14; 21; 22; 45] тлумачать емоцію як особливий різновид знань: специфічну упорядковану реакцію, котра з метою

адаптації фокусує когнітивну активність і наступні дії особи. Саме емоційний інтелект, згідно із умовиводами Н. В. Ковриги [14], є провідником знань про світ, адже цілісне сприйняття світу має місце лише тоді, коли людина не тільки аналізує те, що відбувається, а й ставиться до нього емоційно. Це дозволяє глибше зануритись у приховану сутність буття, здобути цілісне знання. Відповідно Е.Л. Носенко та Н. В. Коврига у площині операціоналізації емоційного інтелекту фокусують увагу на вивченні цього феномену як «особливої форми відображення у свідомості та поведінці людини динамічної єдності внутрішніх (диспозиційних) ознак особистості та її зовнішніх актуальних переживань в ситуаціях емоційного реагування» [21, с. 12].

Отже, узагальнюючи результати огляду наукової літератури із досліджуваної проблематики, вважаємо доречним погодитися із розумінням [2, с.45; 21] емоційного інтелекту як інтегральної властивості особистості (стійкої ментальної здібності), що сприяє гармонійному розвитку людини, покращенню міжособистісної взаємодії та відкриває для суб'єкта діяльності широкі можливості для самореалізації та розкриття свого індивідуального потенціалу.

Емоційний інтелект не стосується загальних уявлень людини щодо себе й оцінювання інших. Він зосереджується передусім на пізнанні й використанні людиною власних емоційних станів та емоцій оточення для конструктивного вирішення життєвих проблем. ЕІ відображує внутрішній світ особистості у його зв'язках із поведінкою та взаємодією із реальністю. Продуктом ЕІ можна вважати прийняття оптимальних рішень на підставі відображення і осмислення емоцій, які є формою оцінки подій, життєвих ситуацій, які мають особистісний сенс. Емоційний інтелект є вагомим чинником емоційної саморегуляції, що є надзвичайно актуальним виміром онтогенетичних особливостей психічного розвитку юнацтва.

1.2. Особливості виявлення емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку

Юнацький період життя (16 – 23/25 років) розглядається науковою спільнотою як надважливий етап розвитку людини, пов'язаний із завершенням персоналізації особистості. Головними новоутвореннями юнацького віку є саморефлексія, усвідомлення власної індивідуальності, поява життєвих планів, готовність до самовизначення, налаштування на свідоме вибудовування власного життя, поступове інтегрування до різних сфер життя [32, с. 231 – 233]. Важливою стадією самотворення особистості під час дорослішання науковцями визнається ранній юнацький вік (16 – 17/18 років) [18; 20; 26; 32; 36 та ін.].

Беручи до уваги означення емоційного інтелекту як чітко структурованої системи здібностей людини до обробки емоцій як інформації, що передбачає функціональну єдність емоційних та інтелектуальних процесів (постановки та вирішення задач сприйняття, розпізнавання і розуміння власних емоцій, емоцій інших людей, управління емоційними проявами) та зумовлює більш високу адаптивність і ефективність особистості в спілкуванні і діяльності [18; 41], вважаємо за доцільне зосередити увагу на таких групах новоутворень у психічного розвитку юнацтва як-от:

- 1) інтенсивний розвиток когнітивно-афективної сфери осіб юнацького віку;
- 2) мотиваційно-рефлексивний розвиток, і зокрема – здатність до ідентичності;
- 3) удосконалення поведінково-діяльнісних схем самотворення осіб раннього юнацького віку.

Центром когнітивного розвитку особистості раннього юнацького віку науковцями визнано прогресивний розвиток теоретичного мислення [18; 28; 32; 36; 37 та ін.]: юнаки стало виявляють словесно-логічне мислення, здатність до теоретичних міркувань та самоаналізу. Інтелект юнацтва

формується як цілісна структура. У цьому віковому періоді починає окреслюватися індивідуальний стиль інтелектуальної діяльності (пізнавальний і когнітивний стилі), формується ментальний досвід, виробляються індивідуальні варіанти способів сприймання, запам'ятовування і мислення, які визначають шляхи набуття, накопичення, перероблення та використання інформації [18, с. 85–86]. Як засвідчують дослідження М. Л. Смульсон [28], рання юність є періодом сенситивним до інтелектуального розвитку, що потребує створення відповідної системи виважених і психологічно обґрунтованих формувальних впливів, які б відповідали внутрішнім, іманентним особливостям психічного розвитку старшокласників.

Основними характеристиками інтелекту особистості у віковий період ранньої юності М. Л. Смульсон називає інтегрованість інтелекту, його функціональну і структурну повноту, вторинну децентрованість. Юнаками виявляються такі види інтелекту як передпрофесійний, семантизований, креативний, активний, стратегіальний, узагальнений, афектизований [28].

Разом із розвитком когнітивної сфери в юнацькому віці зазнає змін також емоційна сфера особистості через підвищену чутливість до подій, які відбуваються у житті юнаків і супроводжуються тривожністю, страхом перед новими ситуаціями, різними випробуваннями [цит. за: 18, с.129]. Емоційне життя юнацтва на фоні дорослішання стає більш насиченим за змістом і відтінками; в цей час інтенсивно розвивається відкритість до емоційних впливів, здатність до співпереживання, емоційна чутливість. Крім того, в діяльності формуються і виявляються узагальнені почуття молодих людей (інтелектуальні почуття, почуття прекрасного, почуття трагічного, моральні почуття). Поступово ці почуття переходять в стійкі переконання особистості [36 – 38]. Варіативність поєднання різних емоційних переживань, почуттів, ступінь домінування кожного з них складають індивідуальну своєрідність емоційного реагування особистості. Таким чином в юнацькому віці активно формується емоційна культура суб'єкта життєтворення.

Згідно із умовиводами О. П. Лящ, емоційна культура містить такі основні аспекти:

- емоційний відгук на широке коло явищ, які відбуваються у суспільному житті, сфері мистецтва, на прояви творчості та на світ моральних цінностей;
- розвинута здатність розуміти, поважати і цінувати почуття інших людей, проявляти до них увагу;
- розвиток емпатії – здатність співпереживати почуттям інших людей, а також усвідомлювати переживання героїв творів мистецтва;
- вміння ділитися своїми переживаннями з близькими;
- почуття відповідальності за свої переживання перед собою і оточуючими людьми [18, с.130].

Юність є вирішальним етапом формування світогляду – не простої системи знань і досвіду, але й системи переконань, переживання яких супроводжується усвідомленням і першими спробами вирішення смисложиттєвих проблем. Відповідно, явища дійсності цікавлять юнацтво не лише як елементи світоустрою, але й через зв'язок із власним ставленням до світу [33; 39; 24; 25; 40; 19]. Для цього потрібен достатній рівень розвитку особистості: аналіз і переоцінка моральних принципів, установок, щоб побудувати власну систему цінностей, життєвих цілей, перспектив [32, с. 221]. Протягом цього періоду особистість набуває ідентичності (усвідомленої особою самототожності), вчиться використовувати свої потенційні ресурси для отримання чіткого уявлення про себе і свої майбутні перспективи. Це пов'язано зокрема із потребою школярів юнацького віку зайняти внутрішню позицію дорослої людини, усвідомити своє місце в суспільстві, зрозуміти себе і свої можливості та здійснити особистісний вибір.

За визначенням Е. Еріксона *ідентичність* – це психосоціальна тотожність, суб'єктивне почуття особистої самототожності і безперервності (сталості), яке дозволяє особистості усвідомлювати себе у своєму ставленні до навколишнього середовища і визначає систему ідеалів, життєвих перспектив,

цінностей, соціальних ролей із відповідними формами поведінки. Е. Еріксон стверджує, що ідентичність індивіда ґрунтується на двох спостереженнях, які існують водночас: відчутті тотожності самому собі та неперервності свого існування в часі і просторі й усвідомленні того факту, що твої тотожність і неперервність визнаються оточуючими [цит. за: 32, с.223]. За словами Е.Еріксона, ідентичність не «створюється» в результаті «перемоги», це не обладунок, не щось статичне і незмінне», а цілісність і безперервність організації життєвого досвіду в індивідуальне «Я», збереження незмінного самоусвідомлення незалежно від змінних ситуативних детермінант і соціальних ролей [цит. за: 9, с.55]. Пошуки ідентичності постають як спроба зрозуміти, яким способом людина в реальному житті протистоїть ситуації невизначеності.

З точки зору динамічних (функціональних) характеристик еґо-ідентичності суб'єкта життєтворення варто тлумачити феномен ідентифікації як психологічний ресурс та основу взаємодії особистості з соціумом. У свою чергу це дає підстави розглядати емоційний інтелект як предиктор конструктивної ідентичності особистості, і зокрема – в ранньому юнацькому віці. Насправді, говорити про конструктивну ідентичність юнацтва можна лише за умови наявності у суб'єкта діяльності позитивного емоційного ставлення до обраного життєвого сценарію, а саме: вміння адаптувати свою поведінку відповідно до ситуацій, що виникають; уміння емоційно позитивно будувати процес спілкування; сформованості таких конкретних особистісних властивостей як емоційна стабільність, здатність розуміти, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших, тобто мати високорозвинений емоційний інтелект та вміло використовувати його для досягнення бажаної результативності життєтворення [8, с. 112].

У багатьох дослідженнях [1 – 4; 7; 8; 25; 53 та ін.] було показано, що люди з високою емоційною компетентністю краще за інших здатні ідентифікувати власні почуття, почуття інших людей та розв'язувати різні життєві проблеми, а також виявлено, що високий рівень розвитку

емоційного інтелекту сприяє особистісному зростанню, реалізації поставлених цілей, досягненню успіху та поліпшенню міжособистісних стосунків.

Здатність до керування емоціями виявляється у здатності контролювати інтенсивність виявлення емоцій, зокрема стримувати надмірно сильні емоції, у вмінні контролювати їхнє зовнішнє вираження та, за необхідності, довільно викликати певну емоцію [18, с.112–113]. Досліджуючи генезу ЕІ у ранньому юнацькому віці, О. П. Ляш наголошує на можливих труднощах юнаків у розумінні індивідуальних відмінностей емоцій інших людей, серед яких називає зокрема такі:

- зосередженість на власній особистості, що призводить до нездатності помічати і правильно оцінювати емоційний стан інших людей;
- неадекватність самооцінки, почуття власної переваги над іншими;
- почуття тривоги, пов'язане з емоціями інших людей або власними (тривога спонукає уникати всього того, що могло б викликати емоції);
- будь-яка вигода від нерозуміння (або небажання розуміти) емоцій інших людей;
- відсутність засвоєння прийнятих у суспільстві форм вираження емоцій;
- пріоритетність норм поведінки, які панують в родині і найближчому оточенні [18, с.137].

Узагальнюючи, можна констатувати, що розвиток ЕІ в ранньому юнацькому віці є процесом виникнення, становлення та оптимального і повноцінного функціонування здатності особистості до розуміння власних і чужих емоцій, а також до управління ними.

Висновок до розділу 1

Теоретико-методологічний огляд наукової літератури із досліджуваної проблеми дозволяє констатувати чисельність теоретичних та практико-зорієнтованих робіт зарубіжних та вітчизняних вчених, спрямованих на вивчення емоційного інтелекту (ЕІ).

Водночас варто зауважити відсутність серед дослідників єдиного усталеного обґрунтування змістової та функціональної природи ЕІ. Результати здійсненого теоретичного аналізу проблеми виявлення та структурування ЕІ як поєднання емоцій (особливого різновиду знань) та інтелекту (сукупності взаємопов'язаних розумових здібностей) засвідчили, що ЕІ тлумачиться як:

- здатність розуміти емоційні стани й емоції та управляти емоційною сферою на засадах інтелектуального аналізу і синтезу;
- здатність ефективно контролювати емоції та використовувати їх для покращення мисленневих процесів;
- емоційно-інтелектуальна діяльність;
- інтегровану сукупність емоційних, особистісних та соціальних здібностей, що впливають на загальну спроможність людини адаптуватися й ефективно діяти під тиском навколишнього середовища.

Також слід відзначити, що особи із високим рівнем розвитку ЕІ мають більш виражені здібності до розуміння власних переживань та емоцій інших людей, а також до управління емоційною сферою, що обумовлює більш високу адаптивність і ефективність життєтворення.

Особливо сенситивним періодом розвитку ЕІ є юнацький вік, протягом якого розвивається здатність особистості встановлювати емоційні відносини з навколишнім світом, асимілювати емоції в мисленні, використовувати емоції для підвищення якості розумової активності, контролювати інтенсивність та форми виявлення емоцій у повсякденному житті. Важливою стадією самотворення особистості під час дорослішання науковцями визнається ранній юнацький вік (16 – 17/18 років). Протягом цього періоду особистість набуває ідентичності (усвідомленої особою самототожності), вчиться використовувати свої потенційні ресурси для отримання чіткого уявлення про себе і свої майбутні перспективи.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИРАЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРАМИ РАНЬОГО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У другому розділі кваліфікаційної роботи другого (магістерського) рівня представлено програму емпіричного вимірювання маркерів емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку. Викладено результати кількісного та якісного аналізу отриманих даних.

2.1. Організація діагностичного вимірювання емоційного інтелекту юнацтва

Аналітичний огляд теоретичних поглядів зарубіжних та вітчизняних психологів на проблему виявлення й розвитку у ранньому юнацькому віці емоційного інтелекту обумовив послідовність емпіричного дослідження. Нами було з'ясовано, що, хоча вивченню емоційного інтелекту науковцями приділено достатньо уваги, проте досліджень, спрямованих на визначення ролі емоційного інтелекту у розвитку ідентичності юнаків, вкрай мало.

Мета емпіричного дослідження: дослідити стан вираження емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку у площині особистісного становлення.

Особливості прояву емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку передбачили виконання 3-х етапів емпіричного вимірювання досліджуваних феноменів:

1. Вибір психодіагностичних методик, адекватних меті і завданням магістерського дослідження.
2. Психодіагностичне вимірювання емоційного інтелекту школярів раннього юнацького віку із подальшим аналізом та інтерпретацією даних.
3. Дослідження імовірних кореляційних зв'язків між показниками виявлених маркерів емоційного інтелекту та показниками

інтерактивної спрямованості респондентів, що дозволяє простежити формат ідентичності респондентів.

Вибіркова сукупність була представлена 52 особами раннього юнацького віку (16 – 17 років), які проживають на території України. Вибіркова сукупність була сформована рандомно. Емпіричні дані були отримані шляхом індивідуального опитування респондентів (18 осіб) та за допомогою Google-форми (34 особи).

Дослідження тривало протягом 2022–2023 навчального року.

Для розв'язання поставлених завдань ми використали порівняльний метод організації дослідження (поперечний зріз), що дозволило дослідити маркери виявлення емоційного інтелекту школярів раннього юнацького віку і співставити отримані дані.

Емпірична група методів була представлена тестуванням, зокрема були використані такі методики психологічної діагностики:

- 1) Тест емоційного інтелекту EQ Н. Холла, призначений для виявлення здібності особистості розуміти відносини, що репрезентуються в емоціях, та керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття адекватних рішень.
- 2) Тест емоційного інтелекту «ЕМІн» Д. В. Люсіна, що дозволяє виявити особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної взаємодії юнаків.
- 3) методика «Діагностика інтерактивної спрямованості особистості», модифікований варіант Н.Фетискіна, призначена для вивчення вектора інтерактивної спрямованості та особистої соціалізації респондентів.

Методика визначення емоційного інтелекту Н.Холла є найбільш використовуваною серед дослідників. Дослідник запропонував дану методику для виявлення здатності розуміти внутрішні переживання особистості, які можуть відтворюватися в емоційній сфері, а також для розпізнавання здатності людини керувати своїми та чужими емоціями на

основі прийняття відповідних рішень. Тест EQ Н. Холла розроблений на засадах змішаної моделі EI та скерований на виявлення рівня розвитку емоційної сфери особистості; він побудований на загальних теоретичних уявленнях про емоційний інтелект. Тест складається з 30 тверджень і містить 5 шкал: емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивація, емпатія та розпізнавання емоцій інших людей. Шкала відповідей є шестиступеневою та включає такі варіанти відповідей: повністю не погоджуюсь, в основному не погоджуюсь, частково не погоджуюсь, частково погоджуюсь, в основному погоджуюсь, повністю погоджуюсь. Автор методики виділяє три рівні емоційного інтелекту за кожною зі шкал: низький (7 і менше), середній (8 – 13) та високий (14 і більше балів).

Тест «ЕмІн» Д. Люсіна є однією із найбільш відомих методик, що надає можливість оцінити здатність респондента розуміти власні емоції (внутрішньоособистісний EI) та емоції інших (міжособистісний EI), зокрема: встановлювати сам факт наявності емоційного переживання у себе або в інших, ідентифікувати ці емоції, розуміти причини та наслідки емоцій, а також управляти власними емоціями та емоціями оточуючих, зокрема: контролювати інтенсивність емоцій та їхні зовнішні прояви, мати здатність при необхідності викликати ту чи іншу емоцію. Тест складається з 46 тверджень. Респонденти оцінюють ступінь відповідності тверджень опитувальника власному досвіду за чотирибальною шкалою: «цілком не погоджуюсь», «частково не погоджуюсь», «частково погоджуюсь», «цілком погоджуюсь». Отримані результати відображають п'ять шкал, чотири інтегральних показники та один загальний – комплексний.

Методика «Діагностика інтерактивної спрямованості особистості», (модифікований варіант Н.Фетискіна), призначена для вивчення вектора інтерактивної спрямованості та особистої соціалізації респондентів в межах малих груп стабільного або тимчасового типу. За формою методика є особистісним опитувальником (стандартизованим самозвітом), що використовується для вимірювання окремих властивостей і проявів

особистості. Вона складається із 31 твердження із варіантами поведінкових реакцій у різних життєвих ситуаціях. Респонденти оцінюють ступінь відповідності тверджень опитувальника власному досвіду за п'ятибальною шкалою: «завжди», «майже завжди», «складно сказати», «рідко» та «ніколи».

Вибір означених методик зумовлений психометричними властивостями (валідністю, надійністю) та діагностичною ресурсністю обраних тестів.

Результати психодіагностичного вимірювання були піддані первинному математичному аналізу (виконано розрахунки індивідуальних показників емоційного інтелекту та ресурсів інтерактивної спрямованості особистості за ключем тестових методик, обраховано середні та відсоткові показники досліджуваних явищ).

За допомогою критерію Колмогорова-Смірнова отримані результати дослідження були перевірені на нормативність емпіричного розподілу даних, що дозволило обрати стратегію знаходження кореляційних зв'язків між показниками емоційного інтелекту та показниками інтерактивної спрямованості особистості, які ми розглядали як форму виявлення ідентичності суб'єкта діяльності. Кореляція – це міра ступеню та напрямку зв'язку між значеннями двох змінних у межах єдиної вибірки.

Зважаючи на те, що отримані в результаті діагностичних процедур дані мають відхилення від нормального розподілу (ϵ меншими за 0,05), на другому етапі статистичного аналізу даних був використаний непараметричний метод рангової кореляції Спірмена (r -Spearman), який дозволяє означити наявність і напрям кореляційного зв'язку між двома ознаками або профілями ознак в межах певної групи досліджуваних.

Процедура аналізу досліджуваних параметрів здійснювалася за допомогою програми SPSS-20.

2.2. Аналіз результатів психодіагностичного дослідження проявів емоційного інтелекту

Узагальнення та систематизація результатів вимірювання показників емоційного інтелекту за тестом EQ Н. Холла зафіксували домінування серед респондентів раннього юнацького віку середнього рівня показників EI (табл. 2.1).

Таблиця 2.1.

Узагальнені показники емоційного інтелекту респондентів
(за шкалами тесту EQ Н. Холла)

Показники	Респонденти (дані у %) (N = 52)		
	Вибіркова сукупність	низький рівень	середній рівень
Емоційна обізнаність	42 % (N = 22)	31 % (N = 16)	27 % (N = 14)
Управління власними емоціями	56 % (N = 29)	27 % (N = 14)	17 % (N = 9)
Самомотивація	25 % (N = 13)	52 % (N = 27)	23 % (N = 12)
Емпатія	23 % (N = 12)	40 % (N = 21)	37 % (N = 19)
Розпізнавання емоцій інших людей	29 % (N = 15)	48 % (N = 25)	23 % (N = 12)

Найменш сформованими серед респондентів раннього юнацького віку виявилися такі маркери емоційного інтелекту як управління власними емоціями (низький рівень переважає у відповідях 56% юнаків) та емоційна обізнаність (низький рівень засвідчили 42% юнаків).

Це доводить, що більша частина групи респондентів (42%) слабо орієнтується у виявленні емоцій, їм складно ідентифікувати, називати та інтерпретувати свої емоційні прояви. У юнаків із низьким рівнем емоційної обізнаності є значні проблеми зі словником емоцій, розмежуванням своїх переживань на продуктивні і деструктивні, що заважають взаємодіяти з оточенням. Юнаки, які увійшли до групи із середнім рівнем емоційної обізнаності, мають кращі результати у розумінні свого внутрішнього світу та розпізнаванні емоцій, але вони також недостатньо орієнтуються у даній сфері.

Високий рівень прослідковується у 27% опитаних юнаків вибіркової сукупності, це означає, що вони достатньо навчені оцінювати інтенсивність своїх емоцій, розуміють їхнє значення і вплив на поведінку. Також старшокласники із високим рівнем виявлення показників емоційної обізнаності можуть розпізнавати емоційні стани інших людей та інтерпретувати їхні переживання.

Шкала «Управління власними емоціями» демонструє, що переважна більшість осіб раннього юнацького віку – а це 56% респондентів вибіркової сукупності – нездатні впоратися із своїми емоціями і діяти конструктивно, покеровуючись раціональними рішеннями, а не емоціями. А отже цим старшокласникам варто працювати над вдосконаленням своїх умінь, щоб мінімізувати вплив внутрішніх переживань на відносини з соціумом. У 31% респондентів виявляється достатній (середній) рівень вміння управляти своїми емоціями, вони мають базові навички стримування небажаних емоційних проявів, однак їм не завжди вдається оволодіти собою в потрібний момент. Лише у 17% респондентів ми бачимо високий рівень здатності управляти своїми емоціями, а отже й схильність до усвідомленої саморегуляції і самоконтролю у складних, емоційно напружених ситуаціях.

За шкалою «Самотивація» серед старшокласників вибіркової сукупності, згідно із методикою Н. Холла, переважає середній рівень – 52%, що засвідчує здатність юнаків до внутрішнього мотивування, проте вона виявляється ситуативно і не пов'язана із втіленням планів у життя. 25% респондентів демонструють низький рівень самотивації, для них більш вагомими є зовнішні мотиваційні спонуки. Водночас 23% юнаків вибіркової сукупності здатні цілеспрямовано йти до своєї мети, втілюючи свої бажання в життя й підпорядковуючи свої дії внутрішніми спонуканнями.

Відносно високий рівень (37%) спостерігається серед респондентів за шкалою емпатії. В цілому отримані дані дозволяють стверджувати, що юнацтво здатне до співчуття і співпереживання (77% респондентів виявляють високий та середній рівень емпатійної здатності та схильності до

самотивації) та розпізнавання емоцій інших людей (71% респондентів виявляють високий та середній рівень сформованості даної ознаки). Відповідно, можна констатувати, що в юнацькому віці активно здійснюється розвиток емоційного інтелекту, проте дана вікова спільнота потребує фахової психологічної допомоги в оптимізації процесу.

Результати дослідження унаочнено на гістограмі (Рис. 2.1.)

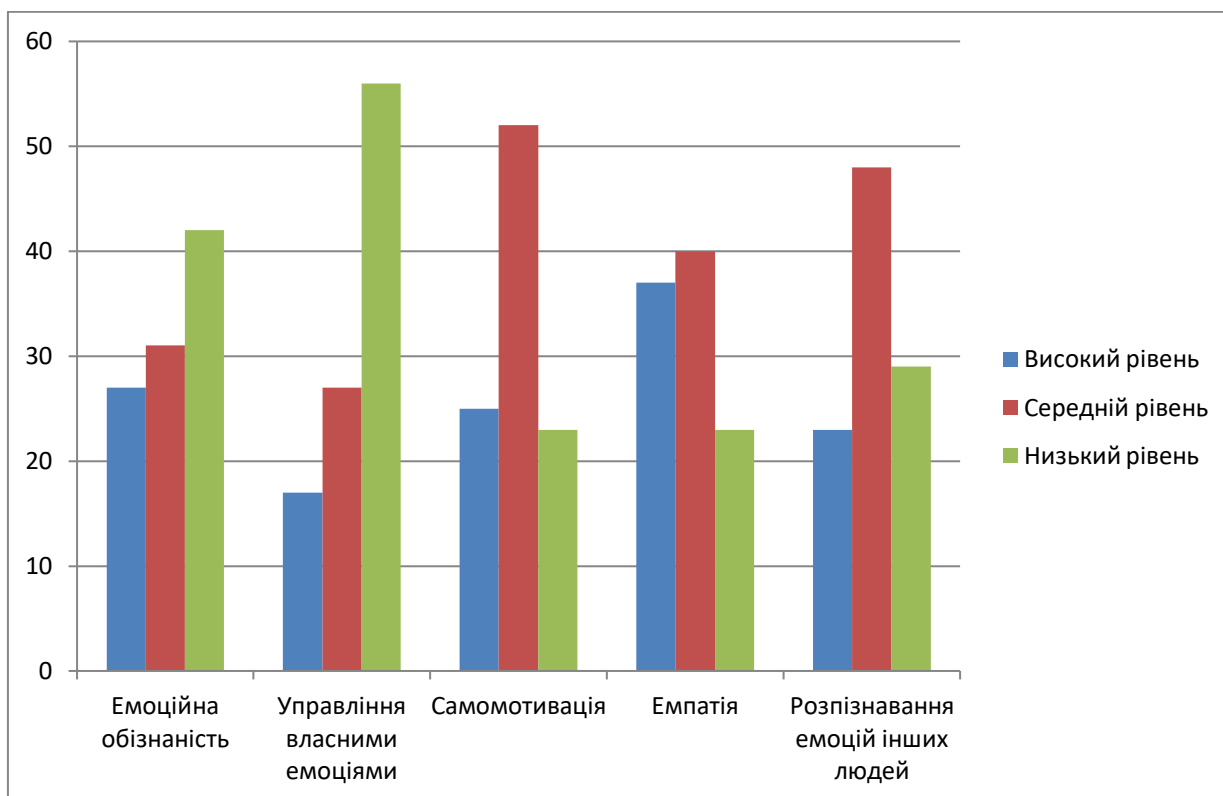


Рис. 2.1. Показники виявлення емоційного інтелекту (за шкалами тесту EQ Н. Холла)

Уточнення показників внутрішнього та зовнішнього профілів емоційного інтелекту було здійснене за допомогою тесту емоційного інтелекту «ЕмІн» Д. В. Люсіна.

Узагальнені результати вимірювання наведені у таблиці 2.2.

Згідно із аналізом отриманих даних серед респондентів вибіркової сукупності за більшістю шкал переважає середній рівень, як-от: за узагальненими шкалами міжособистісного (35%) та внутрішньоособистісного (44%) емоційного інтелекту, за шкалами

управління емоціями в цілому – 44%, розпізнавання емоцій інших – 48% та власних емоцій (44%), управління емоціями інших – 46%.

Таблиця 2.2.

**Розподіл показників емоційного інтелекту і вибіркової сукупності
(за тестом «ЕмІн Д. Люсіна»)**

Вибіркова сукупність Показники	Респонденти (дані у %) (N = 52)				
	дуже низький рівень	низький рівень	середній рівень	високий рівень	дуже високий рівень
Міжособистісний ЕІ	19 % (N = 10)	40 % (N = 21)	35 % (N = 18)	4 % (N = 2)	2 % (N = 1)
Внутрішньо особистісний ЕІ	12 % (N = 6)	34 % (N =18)	44 % (N = 23)	6 % (N = 3)	4 % (N = 2)
Розуміння емоцій в цілому	4 % (N = 2)	27 % (N =14)	59 % (N = 31)	8 % (N = 4)	2 % (N = 1)
Управління емоціями в цілому	12 % (N = 6)	35 % (N =18)	44 % (N = 23)	6 % (N = 3)	12 % (N = 6)
Розпізнавання емоцій інших людей (РМІ)	12 % (N = 6)	19 % (N = 10)	48 % (N = 25)	17 % (N = 9)	4 % (N = 2)
Управління емоціями інших (УМІ)	8 % (N = 4)	40 % (N =21)	46 % (N = 24)	6 % (N = 3)	0 (N = 0)
Розпізнавання власних емоцій (РВІ)	4 % (N = 2)	42 % (N =22)	44 % (N = 23)	6 % (N = 3)	4 % (N = 2)
Управління власними емоціями (УВІ)	8 % (N = 4)	50 % (N =26)	38 % (N = 20)	4 % (N = 2)	0 (N =0)
Самоконтроль експресії (СЕ)	4 % (N = 2)	50 % (N =26)	42 % (N = 22)	4 % (N = 2)	0 (N = 0)

Водночас у профілі емоційного інтелекту респондентів раннього юнацького віку значно виділяється низький рівень виявлення за такими шкалами як управління юнаками власними емоціями – 58% респондентів вибіркової сукупності засвідчили низький та дуже низький рівень виявлення цієї здатності, а також самоконтролю експресії – низький та дуже низький рівень виявлення цієї здатності засвідчили 54% респондентів.

Також привертає увагу низький рівень виявлення юнаками здатності розпізнавати власні емоції – 46% респондентів вибіркової сукупності засвідчили низький та дуже низький рівень виявлення цієї здатності та управління емоціями в цілому (47%) й управління емоціями інших – 48%.

Примітним є те, що серед юнацтва вибіркової сукупності майже немає респондентів, які демонстрували б дуже високий рівень ознаки: за шкалами управління емоціями інших, управління власними емоціями та самоконтролю експресії не вдалося виявити жодної особи, яка б оволоділа даним вмінням на дуже високому рівні. Це свідчить, що юнаки вибіркової сукупності володіють певними навичками та інколи можуть викликати у себе чи в інших потрібні їм емоції, але не завжди це виходить вдало й відповідає плану. Загалом особи раннього юнацького віку мають недостатнє уявлення про те, яким чином можна викликати конкретні емоції, підтримувати їх або ж навпаки знизити інтенсивність емоційних переживань. Це ускладнює систему ідентифікації юнацтва у колі соціального оточення: старшокласникам складно взаємодіяти з оточенням, тому що у проблемних ситуаціях, вони не можуть конструктивно скерувати власні емоції та контролювати емоції інших осіб. Для того, щоб більш детально представити результати дослідження, зобразимо їх графічно на гістограмі 2.2.

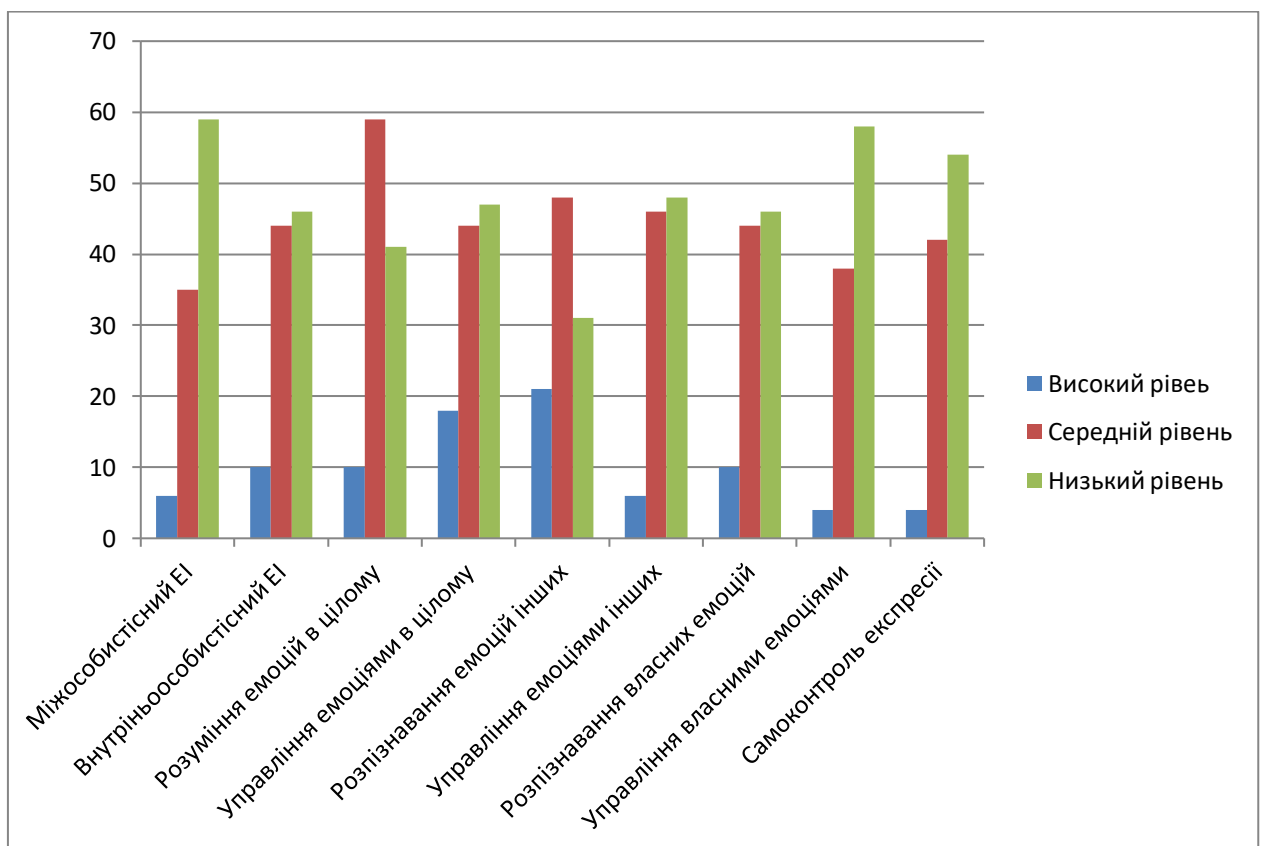


Рис. 2.2. Показники виявлення емоційного інтелекту (за шкалами тесту «ЕМІн» Д. Люсіна)

Аналіз та узагальнення результатів психодіагностичного вимірювання різновидів ЕІ доводить, що за шкалою міжособистісного інтелекту (МЕІ) переважає низький (59%) рівень виявлення ознаки. Дуже низький та низький рівень ми бачимо у 19% та 40% опитаних відповідно, це означає, що їм важко ставити себе не місце інших людей, розпізнавати їхні емоційні сигнали та отримувати потрібні комунікативні відгуки. Достатньо вираженим є також середній рівень виявлення міжособистісного різновиду емоційного інтелекту, тобто 35% респондентів вибіркової сукупності мають певне уявлення про те, що собою являють емоції та переживання інших людей, як можна шукати підхід до співрозмовника та частково вміють управляти емоціями інших в окремих ситуаціях. Лише у 6% респондентів виявлено високий рівень МЕІ, а це доводить, що особи раннього юнацького віку вже здатні до опанування навичками ідентифікації емоцій інших людей, інтерпретації емоцій оточення та управляти емоціями інших, проте цей ресурс юнаками використовується недостатньо.

За шкалою внутрішньоособистісного емоційного інтелекту (ВЕІ) помітно виділяється середній рівень – 44% респондентів демонструють посередній рівень виявлення ВЕІ. Це означає, що респонденти намагаються розібратися в собі, у своїх внутрішніх переживаннях, але наразі їм не вдається достатнє рефлексування, щоб усвідомити істинні потреби власної суб'єктності. Водночас привертає увагу й значна кількість респондентів, які засвідчують низький та дуже низький рівень виявлення ВЕІ – 34% та 12% осіб раннього юнацького віку відповідно. Це свідчить про недостатню розвиненість здатності розуміти свої емоції, а також управляти ними. Разом з тим у 10% респондентів ВЕІ знаходиться на високому рівні розвитку і вони здатні контролювати зовнішні прояви своїх емоцій і відслідковувати їхнє зародження всередині.

Проте у складних умовах емоційно напруженого існування юнацтво потребує психолого-педагогічної підтримки на шляху формування емоційного інтелекту.

З метою виявлення зв'язку емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку із продуктивністю ідентичності респондентів нами була використана методика «Діагностика інтерактивної спрямованості особистості» (модифікований варіант Н. П. Фетискіна), призначена для вивчення вектора інтерактивної спрямованості та особистої соціалізації суб'єктів життєтворення. Методика дозволяє простежити формат реалізації ідентичності респондентів.

Узагальнені результати психодіагностичного вимірювання інтегративного показника інтерактивної спрямованості – перцептивно-інтерактивної компетентності – як компонента поведінкової стратегії життєтворення юнаків вибіркової сукупності наведені у *таблиці 2.3*.

Таблиця 2.3.

Середні величини перцептивно-інтерактивної компетентності респондентів вибіркової сукупності

Критерії аналізу	Середні величини показника	
	Середнє (N = 52)	Стандартне відхилення
Перцептивно-інтерактивна компетентність	106,30	8,1664

Середні величини показника перцептивно-інтерактивної компетентності юнаків вибіркової сукупності засвідчили перевагу серед старшокласників низького рівня (до 125 балів за тестовими показниками) особистісної готовності до формування інтерактивної компетентності у площині міжособистісних взаємин, що означає проблемність сприймання і розуміння юнаками поведінки партнерів по міжособистісному спілкуванню (здатність передбачати наслідки поведінки, адекватно відображати експресію поведінки, розуміти логіку складних ситуацій взаємодії тощо).

Співставлення відсоткових часток рівнів виявлення інтерактивної спрямованості юнаків вибіркової сукупності наведено у *таблиці 2.4*.

Аналіз результатів виявлення перцептивно-інтерактивної компетентності юнаків як одного із вимірів соціальної інтеграції особистості

у соціокультурне середовище підтвердив домінування низького рівня даної ознаки серед респондентів (77%). Недостатній рівень перцептивно-інтерактивної чутливості юнацтва у міжособистісних взаєминах обумовлюють високу імовірність конфліктів у взаємодії із партнерами по спілкуванню.

Таблиця 2.4.

Узагальнені показники інтерактивної спрямованості особистості»
(за модифікованим варіантом тесту Н. П. Фетискіна)

Показники	Респонденти (дані у %) (N = 52)		
	низький рівень	середній рівень	високий рівень
Перцептивно-інтерактивна компетентність	77 % (N = 40)	21 % (N = 11)	2 % (N = 1)
Субшкали			
Взаємопізнання	33 % (N = 17)	44 % (N = 23)	23 % (N = 12)
Взаєморозуміння	25 % (N = 13)	54 % (N = 28)	21 % (N = 11)
Взаємовплив	8 % (N = 4)	63 % (N = 33)	29 % (N = 15)
Соціальна автономність	0	46 % (N = 24)	54 % (N = 28)
Соціальна адаптивність	54 % (N = 28)	36 % (N = 19)	10 % (N = 5)
Соціальна активність	27 % (N = 14)	38 % (N = 20)	35 % (N = 18)

Діагностичний ресурс методики вивчення інтерактивної спрямованості особистості дозволяє деталізувати отримані дані за субшкалами. Так отримані дані свідчать про домінування середніх показників виявлення інтерактивної спрямованості особистості респондентами вибіркової сукупності за більшістю субшкал, як-от: взаємопізнання (44%), взаєморозуміння (54%), взаємовплив (63%) та соціальна активність (38%), що засвідчує перспективну динаміку дорослішання та інтеграції у соціальні групи.

Співставлення результатів дослідження дозволяє констатувати найбільш високий рівень виявлення респондентами соціальної автономності (54%), що відображає значущість для старшокласників персоналістичної

позиції у взаємодії з іншими. Відносно високим є також рівень виявлення юнаками тенденції до соціальної активності (35%), що засвідчує прагнення юнацтва до паритетних взаємин із соціальними спільнотами. Разом з тим привертає увагу переважання серед респондентів у вибірковій групі низького рівня соціальної адаптивності – 54 % досліджуваної когорти юнаків виявили у своєму профілі цей параметр, що засвідчує недостатність інтегративних та ідентифікаційних процесів становлення особистості у стрімкому мінливому та емоційно насиченому світі.

Результати дослідження унаочнено на гістограмі (Рис. 2.3.)

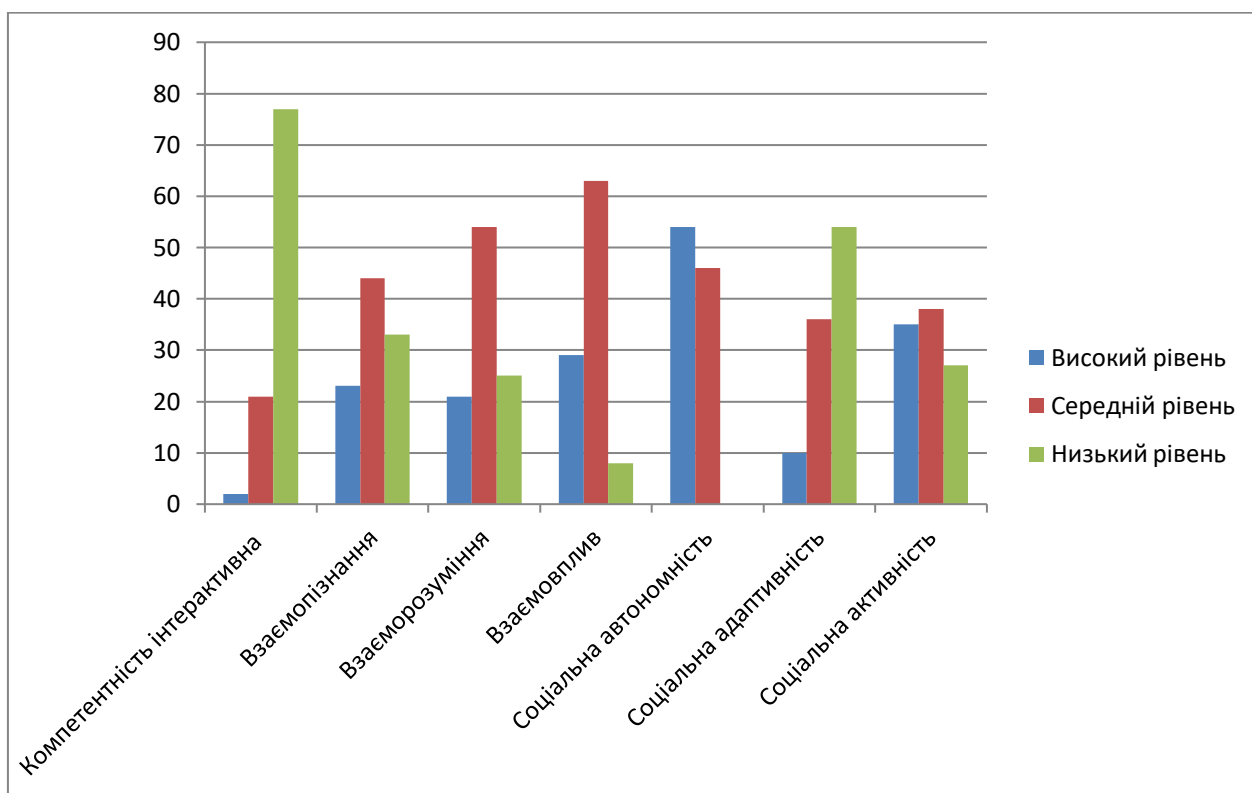


Рис. 2.3. Показники перцептивно-інтерактивної спрямованості (за субшкалами тесту у модифікації Н. П. Фетискіна)

Подальше опрацювання результатів емпіричного дослідження потребувало визначення статистично достовірних зв'язків між узагальненими параметрами виявлення емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку та показниками перцептивно-інтерактивної спрямованості у суб'єктивному профілі ідентичності респондентів. Зважаючи

на особливості розподілу значень (випадкові величини з ненормальним характером розподілу), для виконання задачі було обрано непараметричний коефіцієнт кореляції (r_s) Спірмена. Метод Ч. Спірмена дозволяє означити наявність і напрям кореляційного зв'язку між двома досліджуваними профілями ознак: показниками виявлення емоційного інтелекту (за шкалами тесту EQ Н. Холла) та показниками інтерактивної спрямованості особистості (за методикою у модифікації Н. П. Фетискіна).

Процедура аналізу досліджуваних параметрів здійснювалася за допомогою програми SPSS-20.

Результати кореляційного аналізу між досліджуваними параметрами наведені у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

Показники коефіцієнтів кореляції (r_s) Спірмена для параметрів емоційного інтелекту та перцептивно-інтерактивної спрямованості респондентів

Субшкали аналізу	Перцептивно-інтерактивна компетентність	Взаємопізнання	Взаєморозуміння	Взаємовплив	Соціальна автономність	Соціальна адаптивність	Соціальна активність
Емоційна обізнаність	0,73*	0,41*	0,27*	0,62*	0,56**	0,81**	0,39
Управління власними емоціями	0,62*	0,28	0,53	0,56**	0,37	0,67**	0,72*
Самомотивація	0,21	0,26	-0,32*	0,52	0,48*	0,38*	0,78**
Емпатія	0,36	0,23	0,82**	0,42*	0,04	0,64**	0,52*
Розпізнавання емоцій іншої людини	0,81*	0,75**	0,67*	0,73*	0,57	0,38*	0,34*

Примітка: статистично значущі зв'язки позначено * для $p \leq 0,05$; ** для $p \leq 0,01$

Аналіз результатів кореляційного аналізу досліджуваних параметрів свідчать про те, що емоційна обізнаність респондентів раннього юнацького віку позитивно корелює із показниками перцептивно-інтерактивної

компетентності та здатністю до взаємовпливу на середньому рівні статистичної значимості ($r_s = 0,73$ та $r_s = 0,62$ відповідно при $p \leq 0,05$), а також із здатністю особистості до адаптації до мінливих соціальних умов на високому рівні статичної значимості ($r_s = 0,81$ при $p \leq 0,01$). А отже, чим вищим є рівень обізнаності юнаків щодо варіативних форм виявлення емоцій, здатності до вербалізації своїх переживань та переживань інших, здатність розуміти та інтерпретувати емоційні реакції, тим більш високим є рівень перцептивно-інтерактивної компетентності особи і тим більш конструктивними можуть бути маркери взаємовпливу та соціальної адаптивності юнацтва. Особи із достатнім рівнем емоційної обізнаності здатні усвідомити власну унікальність, свої здібності і ресурси, що сприяє розвитку конструктивної ідентичності людини і блокує намагання проживати чуже життя.

Фактор управління власними емоціями характеризується кореляційним зв'язком середнього рівня статистичної значущості із показниками перцептивно-інтерактивної компетентності та схильністю респондентів до соціальної активності ($r_s = 0,62$ та $r_s = 0,72$ відповідно при $p \leq 0,05$). Означене доводить, що здатність особистості управляти власними емоціями можна розглядати як один із предикторів інтерактивної компетентності та продуктивної соціальної активності суб'єкта життєтворення. Нездатність людини стримувати зовнішні прояви емоцій (різкі висловлювання, мімічні та жестові реакції, вербальну або фізичну агресію тощо) руйнує систему соціальних контактів та відчуття приналежності до референтних соціальних груп, деструктивно позначається на ідентичності юнацтва. Сприяє форматуванню соціальної активності юнацтва також самомотивація особистості, що засвідчує кореляційний зв'язок середнього рівня статистичної значущості ($r_s = 0,78$ при $p \leq 0,01$).

Здатність особистості співчувати, співпереживати іншим людям, емпатійно реагуючи на соціальні ситуації, пов'язана кореляційним зв'язком

середнього рівня статистичної значущості ($r_s = 0,64$ при $p \leq 0,01$) із соціальною адаптивністю особистості та кореляційним зв'язком високого рівня статистичної значущості ($r_s = 0,82$ при $p \leq 0,01$) із виміром взаєморозуміння.

Вагомим предиктором ефективного самоздійснення особистості є також такий показник емоційного інтелекту особистості як здатність особи ідентифікувати (розпізнавати) емоції іншої людини, що корелює на високому рівні статистичної значущості із показниками перцептивно-інтерактивної компетентності ($r_s = 0,81$ при $p \leq 0,05$) та на середньому рівні статистичної значущості із навичками взаємопізнання ($r_s = 0,75$ при $p \leq 0,01$), взаєморозуміння та взаємовпливу ($r_s = 0,67$ та $r_s = 0,73$ відповідно при $p \leq 0,05$).

Узагальнюючи результати емпіричного дослідження, вважаємо доведеним зв'язок емоційного інтелекту із параметрами особистісної та соціальної ідентичності суб'єкта життєтворення.

Висновок до розділу 2

Емпіричне дослідження було організоване і виконане з метою дослідити стан вираження емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку у площині особистісного становлення.

Вибіркова сукупність емпіричного дослідження була сформована випадково і представлена 52 особами раннього юнацького віку (16 – 17 років). Емпіричні дані були отримані шляхом індивідуального опитування респондентів (18 осіб) та за допомогою Google-форми (34 особи).

Емпірична група методів була представлена тестуванням, зокрема були використані такі методики психологічної діагностики: тест емоційного інтелекту EQ Н. Холла, призначений для виявлення здібності особистості розуміти відносини, що репрезентуються в емоціях, та керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття адекватних рішень; тест емоційного

інтелекту «ЕмІн» Д. В. Люсіна, що дозволяє виявити особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та міжособистісної взаємодії юнаків; методика «Діагностика інтерактивної спрямованості особистості», модифікований варіант Н.Фетискіна, призначена для вивчення вектора інтерактивної спрямованості та особистої соціалізації респондентів.

Аналіз та узагальнення результатів діагностичного вимірювання емоційного інтелекту респондентів доводять: згідно із параметрами тесту EQ Н. Холла серед юнаків вибіркової сукупності переважають показники середнього рівня виявлення. Найменш сформованими виявилися такі маркери емоційного інтелекту як управління власними емоціями (низький рівень переважає у відповідях 56% юнаків) та емоційна обізнаність (низький рівень засвідчили 42% юнаків). Згідно із субшкалами тесту «ЕмІн» Д. Люсіна серед респондентів вибіркової сукупності за більшістю шкал переважає середній рівень, як-от: за узагальненими шкалами міжособистісного (35%) та внутрішньоособистісного (44%) емоційного інтелекту, за шкалами управління емоціями в цілому – 44%, розпізнавання емоцій інших – 48% та власних емоцій (44%), управління емоціями інших – 46%. Водночас у профілі емоційного інтелекту респондентів значно виділяється низький рівень виявлення за такими шкалами як управління власними емоціями – 58% та самоконтролю експресії – 54% респондентів.

Середні величини показника перцептивно-інтерактивної компетентності юнаків вибіркової сукупності засвідчили перевагу серед старшокласників низького рівня – 106 балів (до 125 балів за тестовими показниками) особистісної готовності до формування інтерактивної компетентності у площині міжособистісних взаємин.

Кореляційний аналіз із використанням непараметричного коефіцієнта кореляції (r_s) Спірмена підтвердив існування зв'язку між параметрами емоційного інтелекту та показниками особистісної та соціальної ідентичності суб'єкта життєтворення.

РОЗДІЛ 3. МОЖЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ШКОЛЯРІВ РАНЬОГО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Третій розділ магістерської кваліфікаційної роботи висвітлює можливості розвитку параметрів емоційного інтелекту респондентів раннього юнацького віку шляхом психологічного просвітництва (розвитку емоційної обізнаності) та цілеспрямованого впровадження програми розвитку навичок управління власними емоціями. Означено методологічні засади організації корекційно-розвивальної роботи. Представлено авторську програму розвитку навичок управління власними емоціями школярів раннього юнацького віку.

3.1. Обґрунтування теоретико-методологічних засад програми розвитку емоційного інтелекту особистості раннього юнацького віку

Результати теоретичного та емпіричного аналізу проблеми розвитку емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку стали підґрунтям для формування інтегрованої (просвітницької та корекційно-розвивальної) програми розвитку структурних елементів ЕІ.

Аналіз наукової літератури засвідчив, що з приводу можливості розвитку емоційного інтелекту у психології існують кардинально різні думки. Автори моделі здібностей Дж.Мейер, П. Селовей, Д. Карузо [46; 54; 57] стверджують, що емоційний інтелект – відносно усталена здібність, тоді як емоційні знання, якими ЕІ оперує, базуються на інформації, яка відносно легко набувається, зокрема і в процесі навчання. Водночас інші вчені, серед яких Д. Гоулман, Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига [5; 14; 21; 22], вважають, що емоційний інтелект піддається розвитку. На думку цих науковців емоційний інтелект може бути цілеспрямовано розвинений як у дитини у процесі навчання і виховання [14; 21], так і у дорослої людини у процесі спеціально організованих тренінгів [5; 50; 51], зорієнтованих передусім на розвиток здібності до свідомого регулювання емоцій [4].

Розвиток емоційного інтелекту розглядається вченими зокрема у двох аспектах: у площині вивчення онтогенетичних змін у здатності розуміти і управляти емоціями [4] та у контексті цілеспрямованого (із залученням ресурсу тренінгів) впливу на розвиток окремих елементів емоційного інтелекту [5; 8].

Незважаючи на спірність питання про можливість розвитку емоційного інтелекту людини, на нашу думку більш логічним є визнання можливості розвитку структурних елементів емоційного інтелекту у спеціально створених умовах психологічної інтервенції. Означене дозволило нам розробити *програму розвитку емоційного інтелекту* із урахуванням двох напрямів психологічної інтервенції: просвітницького та корекційно-розвивального.

Напрацювання базових принципів програми передбачало вирішення низки завдань:

- 1) уточнити структурні елементи емоційного інтелекту, які піддаються формульованому впливу (психологічній інтервенції) у короткі терміни виконання кваліфікаційного дослідження;
- 2) розробити та апробувати програму розвитку окремих структурних елементів емоційного інтелекту школярів раннього юнацького віку;
- 3) створити оптимальне розвивально-гуманістичне середовище на засадах гуманізму та діалогічного партнерства у роботі тренінгової групи;
- 4) моніторинг ефективності корекційно-розвивального впливу – апробації програми оптимізації емоційного інтелекту.

Реалізуючи перше завдання, ми послуговувалися результатами емпіричного дослідження, що засвідчили:

- за шкалами тесту EQ Н. Холла (див. табл. 2.1.) переважання низького рівня сформованості у респондентів емоційної обізнаності (42%) та здатності до управління власними емоціями (56%);
- за шкалами тесту «ЕмІн» Д. Люсіна (див. табл. 2.2.) переважання низького та дуже низького рівнів виявлення у респондентів здатності

до управління власними емоціями (58%) та самоконтролю експресії (54%).

На важливості емоційної грамоти (знань про свої власні емоції і закономірності їхнього функціонування) та здатності використовувати емоції для стимулювання продуктивної активності наголошував у своїй роботі «Влада емоційного інтелекту» S. T. Cooper [цит. за: 60]. У чисельних дослідженнях [54; 57; 59 & etc.] науковці підкреслюють значущість такого елемента ЕІ як здатність до саморегуляції, управління емоціями.

Тож, враховуючи теоретичні напрацювання психологів та результати власного емпіричного дослідження, для визначення потенційних можливостей корекційно-розвивального впливу на елементи емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку нами були обрані такі фактори:

- 1) емоційна обізнаність юнаків, що може бути поглиблена засобами просвітницького впливу (інтерактивного лекційного курсу із елементами практикуму, спрямованого на розвиток розуміння сутнісних вимірів функціонування емоційної сфери особистості та рефлексивних здібностей юнаків);
- 2) здатність до управління власними емоціями та самоконтролю експресії, що розглядалися як об'єкти корекційно-розвивального впливу засобами тренінгу.

Емоційна обізнаність суб'єктів життєтворення під час дорослішання є надважливим чинником особистісної та соціальної ідентифікації людини. Розуміння (осмислення) емоцій, їхнє називання (означення) мають вагомe значення для емоційного досвіду суб'єкта й формування його поведінки. Називання (вербальне означення) емоції розглядається науковцями [5; 14; 21; 35; 50; 51] як результат конструктивних процесів, що перетворюють перцептивно-інтерактивні переживання у внутрішній досвід особистості. Відповідно розуміння та здатність називати (вербалізувати) емоції сприяють закріпленню досвіду, організації більш конструктивної міжособистісної комунікації, адекватності виявлення емоційної експресії. Здатність виражати

емоції вербально залежить частково від здатності ясно говорити про них, можливості розрізняти емоції та адекватно їх виражати.

У цьому зв'язку ми вважали найбільш ефективним способом оптимізації параметрів емоційної обізнаності юнацтва *інтерактивний лекційний курс із елементами практикуму*.

Разом з тим слід зважати, що оволодіння мовою емоцій вимагає засвоєння людиною загальноприйнятих у певній культурі форм їхнього вираження, розуміння індивідуальних проявів емоцій, і передусім – управління власними емоціями.

Усвідомлена регуляція емоцій потребує напрацювання опосередкованого досвіду, що є результатом узагальнення емоційних та поведінкових реакцій людини у чисельних ситуаціях. При цьому варто враховувати, що постійне стримування емоцій може спричиняти руйнацію психологічної рівноваги особистості, проте безконтрольність емоційної експресії ускладнює міжособистісні взаємини, блокує механізми конструктивної ідентичності. А отже розвиток (або удосконалення) навичок управління емоціями потребує повторюваних вправ, тому для розвитку навичок усвідомленої регуляції емоцій нами був обраний *формат тренінгу*.

Таким чином, при складанні інтегрованої програми розвитку емоційного інтелекту юнаків наша увага зосереджувалася на двох моментах:

- 1) здійсненні просвітницької роботи для розвитку обізнаності респондентів щодо психологічних особливостей функціонування емоційної сфери людини й підвищення емоційної культури юнацтва;
- 2) реалізація завдань корекційно-розвивальної діяльності, спрямованої на активізацію потенційних ресурсів особистісного профілю юнаків в удосконаленні умінь та навичок управління власними емоціями та емоціями інших людей.

Процедура психологічного супроводу процесу розвитку емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку була зорганізована нами із використанням генетико-моделюючого методу, що передбачає

цілеспрямоване моделювання контрольованих дослідником умов вільного прояву власної активності кожною унікальною особистістю із фіксацією відповідних результатів [31, с.267].

Послугуючись науковою та науково-методичною літературою [5; 11; 12; 14; 15; 21; 23; 27; 30; 31 та ін.], стратегічним вектором організації цілеспрямованого психологічного супроводу процесу оптимізації емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку ми обрали динамічну модель діалогічних стосунків, що забезпечує для юнацтва можливість відповідальної співпраці із дорослими та однолітками задля змінення сценаріїв життєтворчості із урахуванням системного впливу факторів зовнішнього та внутрішнього середовища на відтворення і розвиток особистісних ресурсів.

Найбільш вивіреними принципами психологічного супроводу особистості як суб'єкта корекційно-розвивального процесу ми вважали такі:

- принцип індивідуального підходу на основі розуміння і визнання індивідуальності людини як цінності;
- принцип професійної взаємодії і співпраці (відкритого соціального партнерства) психолога зі всіма суб'єктами освітнього простору (батьками, педагогами, іншими дорослими, що мають відношення до дитини);
- принцип системності: єдність і взаємодоповнюваність психологічних методів у цілісній системі психологічного впливу на особистість; комплексний і системний підхід до діагностики, профілактики і корекції;
- принцип цілеспрямованого впливу: усвідомлене застосування специфічних методів і прийомів впливу на поведінку людини, що потребують високого професіоналізму та технологічної мобільності;
- принцип відповідальності спеціалістів за результати діагностично-корекційної роботи;

- принцип конфіденційності: анонімність у роботі та необхідність дозованого надання інформації фахівцям різного профілю, батькам, дітям [31, с. 269].

Реалізація означених принципів в системі психологічного супроводу особистості забезпечує ефективність різних форм психологічної інтервенції у вимірах інтегративного підходу. Тож запропонована нами для розвитку елементів емоційного інтелекту програма структурно складається із трьох частин:

- 1) *пропедевтична частина*, зорієнтована на створення сприятливого емоційного клімату, що досягається шляхом паритетного діалогу між учасниками групи розвитку, наданням можливості кожному вільно висловлювати свою думку, брати участь у прийнятті рішень, вносити пропозиції щодо удосконалення роботи групи, отримувати психологічну підтримку;
- 2) здійснення *психологічної просвіти* та надання консультативної допомоги учасникам групи розвитку у форматі інтерактивного лекційного курсу із елементами практикуму;
- 3) тренінг навичок управління емоціями як метод психологічного впливу і активного навчання, що здійснюється в процесі інтенсивної групової взаємодії.

Методологічним підґрунтям організації психологічної просвіти юнацтва була обрана когнітивна психологія, і зокрема – теоретико-методологічні засади раціональної роз'яснювальної терапії [15; 31, с.274 – 275; 24]. Базисною ідеєю даного спрямування є визнання того, що за допомогою логічних доведень і переконань шляхом аналізу безумовно прийнятих норм і настановлень людини та зміни її Я-висловлювань, думок можна забезпечити конструктивне переструктурування суб'єктивного світосприймання особистості. Навички самостійного аналізу (рефлексії) і логічна аргументація власних бажань, емоційних переживань, вчинків є для

людини засобом свідомої регуляції та самокорекції поведінкових сценаріїв [31, с.274 – 275].

Комплекс заходів психологічної просвіти юнацтва був спланований у загальній логіці інтегративного підходу до вивчення психічних явищ і дозволив поєднати такі спрямування:

- 1) удосконалення теоретичних знань юнаків щодо сфери функціонування емоцій і вербалізації емоційних переживань – *пасивно-споглядальний рівень психологічної просвіти*, зреалізований у форматі курсу інтерактивних лекцій;
- 2) актуалізація набутого досвіду із емоційної обізнаності у житейських ситуаціях та підвищення емоційної культури юнацтва у форматі психологічного практикуму (із застосуванням рольових ігор, методу навчальних кейсів, психологічних задач тощо) – *активно-діяльнісний рівень психологічної просвіти*;
- 3) рефлексія набутого досвіду.

Аналіз емоційного досвіду юнаків (або самоаналіз) під час лекцій та практикуму просвітницької частини програми розвитку структурних елементів емоційного інтелекту здійснювався за схемою: «*подія – сприймання – реакція – розмірковування – висновок*». Це сприяло розумінню того, дефект якої ланки спричинив проблеми розвитку кінцевого результату (і зокрема – емоційної культури юнаків) [цит. за 15, с.184 – 185].

У вимірах когнітивної психології традиційно розрізняють (С.Б.Кузікова, Н.М.Токарева та ін.) три етапи корекційно-розвивального впливу:

- 1) формування адекватного ставлення особистості до власних психологічних проблем і методів корекційного впливу;
- 2) аналіз особистісних проблем (означення внутрішніх суперечностей, усвідомлення джерел суб'єктивних переживань, уточнення ставлення інших до особи);

- 3) пошук шляхів вирішення проблем, переоцінка поглядів, поглиблення емоційної обізнаності, зміни у ставленні людини до себе і навколишнього світу.

Водночас роз'яснення досліджуваного проблемного поля мають відповідати інтересам і рівню індивідуального розвитку учасників корекційно-розвивальної роботи [23]. «Раціональна терапія звертається до розуму людини через її серце, – наголошує професор С. Б. Кузікова, – а тому повинна бути емоційно забарвленою, небайдужою» [15, с.185].

Етап цілеспрямованого розвитку навичок управління емоціями та самоконтролю експресивних реакцій був означений реалізацією у групах осіб раннього юнацького віку тренінгу особистісного зростання, що передбачає удосконалення навичок самоаналізу, самопізнання та самоуправління, впевненості у власних можливостях, досягнення оптимального рівня життєтворення. Групова форма роботи була обрана задля урахування розвивально-терапевтичного ефекту тренінгової групи в соціокультурному просторі ідентифікації осіб раннього юнацького віку. Зокрема нами були враховані характеристики групової форми роботи у тренінгу, означені у дослідженнях К. Рудестама:

- 1) груповий досвід протидіє відчуженню особистості, сприяє розв'язанню міжособистісних проблем;
- 2) група відображує суспільство у мініатюрі й дозволяє побачити і проаналізувати в умовах психологічної безпеки психологічні закономірності спілкування і поведінки інших людей та самих себе, що не є очевидними у життєвських ситуаціях;
- 3) група надає можливість отримати зворотний зв'язок і підтримку від людей зі схожими проблемами;
- 4) у групі учасники можуть ідентифікувати себе із іншими для кращого розуміння їх і себе, а також для ознайомлення із новими ефективними способами поведінки, що застосовуються будь-ким; при цьому

виникають емоційний зв'язок, співпереживання, емпатія, що сприяють особистісному зростанню і розвитку самосвідомості;

- 5) взаємодія у групі створює напруження, що допомагає прояснити психологічні проблеми кожного;
- б) група полегшує процеси саморозкриття, самодослідження і самопізнання [58].

У структурі кожної теми тренінгу (тренінгової сесії) було передбачено використання спеціальних інтерактивних прийомів і методів, що забезпечують впровадження корекційно-розвивальних вправ для корекції та/або розвитку певних психологічних характеристик особистості [12, с.20] і зокрема – навичок управління емоціями та самоконтролю експресивних реакцій.

Ми поділяємо думку науковців [12; 15; 31; 34 та ін.], які наголошують, що реалізація інтегративного підходу до корекційно-розвивального впливу на розвиток навичок управління емоціями юнаків в умовах соціально-психологічного тренінгу може бути продуктивною при дотриманні загальних специфічних ознак тренінгових технологій:

- дотримання загальноприйнятих принципів групової роботи;
- застосування активних методів групової роботи, що передбачають інтенсивну взаємодію учасників тренінгу (психологічні (рольові, ділові, метафоричні) ігри, завдання і вправи, психотехніки, групові дискусії тощо);
- акцент на взаєминах між учасниками відносно постійної тренінгової групи (із урахуванням групової динаміки);
- методично вивірена організація тренінгового простору, зорієнтованого на комфортність інтенсивного міжособистісного спілкування учасників тренінгу і зведення до мінімуму зовнішніх відволікаючих факторів;
- спрямованість корекційно-розвивальної роботи на психологічну допомогу учасникам тренінгової групи: суб'єктивне покращення

психічного самопочуття учасників групи і отримання ними імпульсу до подальшого саморозвитку і самоудосконалення;

- об'єктивація суб'єктивних почуттів і емоцій учасників групи за посередництвом вербалізованої рефлексії та зворотного зв'язку [31, с.288 – 292].

Корекційно-розвивальна робота із формування навичок управління емоціями та самоконтролю експресивних реакцій особистості передбачала використання змістовно-сміслових інтерактивних технік: діагностичних інтерв'ю, творчо-аналітичних завдань, корекційно-розвивальних вправ, психологічного практикуму, дискусій «із відкритим закінченням», «мозкових штурмів», методу кейсів, рольових ігор тощо [12, с.20].

Вибірку емпіричного дослідження у частині апробації програми розвитку елементів емоційного інтелекту склали 18 учнів 10 – 11-х класів (віком 16 – 17 років), які навчаються у Криворізькому міському ліцеї № 77 і які були залучені до емпіричного вимірювання емоційного інтелекту на етапі констатувальної діагностики. Старшокласники вибіркової когорти засвідчили низький та середній рівні виявлення ЕІ.

Програма розвитку елементів емоційного інтелекту школярів реалізовувалася протягом червня – серпня 2023 року (було проведено 20 занять; 2 заняття (по одній годині) на тиждень) під час роботи Літньої школи юного лідера на базі закладу освіти.

Після завершення корекційно-розвивальної роботи із розвитку елементів емоційного інтелекту школярів раннього юнацького віку вибіркової сукупності нами був проведений контрольний зріз рівня розвитку емоційного інтелекту за допомогою тесту EQ Н. Холла. Також для того, щоб перевірити, як змінилися показники емоційного інтелекту Т-групи юнаків після проходження тренінгу, нами був використаний t-тест для парних вибірок Стьюдента, що дозволив від слідкувати дієвість програми корекційно-розвивального впливу на важливі сегменти емоційного інтелекту.

3.2. Оцінка ефективності корекційно-розвивальної програми оптимізації емоційного інтелекту юнацтва

При створенні корекційно-розвивальної програми оптимізації структурних елементів емоційного інтелекту ми намагалися максимально врахувати онтогенетичні особливості розвитку осіб раннього юнацького віку, особистісні ресурси школярів (зокрема параметри перцептивно-інтерактивної спрямованості), а також теоретико-методологічні засади організації психологічної просвіти та корекційно-розвивального впливу на суб'єктів життєтворення.

Зважаючи на опрацьовані матеріали та рекомендації щодо корекційно-розвивальної діяльності практичного психолога [12; 15; 31], нами була розроблена *Програма оптимізації елементів емоційного інтелекту* (емоційної обізнаності, управління власними емоціями та самоконтролю експресивних реакцій) осіб раннього юнацького віку (табл. 3.1.).

Таблиця 3.1.

Програма оптимізації елементів емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку

Змістовий модуль I Розвиток емоційної обізнаності та емоційної культури юнацтва	
Мета: психологічна просвіта осіб раннього юнацького віку: формування емоційної обізнаності, актуалізація прагнення учасників групи до розвитку емоційної культури, удосконалення навичок собистісного зростання і самоудосконалення	
Тема лекції	Зміст практикуму
Тема 1 Поняття про емоційний інтелект: зміст, структура, форми виявлення (2 години)	Важливість дотримання персональних меж особистісного простору людини. Зв'язок між розумом та емоціями. Розпізнавання та вербалізація емоцій (власних емоцій та емоційних реакцій інших)
Тема 2 Емоційна культура особистості у вимірах комунікації (2 години)	Прийняття Іншого як передумова конструктивного діалогу. Техніки усвідомленого самоконтролю експресивних реакцій та відповідальності у спілкуванні. Стримування та експансія як форми порушення психологічних меж особистісного простору. Визнання суперечливої інтегрованості

	особистості в системі «Я – Інший»
Тема 3. Рефлексія власних емоційних переживань та вербалізацій емоційного досвіду (2 години)	Увага до емоцій у партнерському діалозі. Способи конструктивного вираження емоцій. Психологічна підтримка у діалозі. Способи асиміляції емоційного досвіду: проговорювання, есе, символічне зображення, малювання
Змістовий модуль II	
Тренінг-курс управління власними емоціями та самоконтролю юнаками експресивних реакцій	
Мета: сприяти поглибленню емоційної культури учасників Т-групи, удосконалити навички управління власними емоціями, формувати досвід конструктивної ідентичності особистості на шляху дорослішання	
Тема заняття	Зміст тренінгових занять
Тема 1. Актуалізація особистісний ресурсів емоційного інтелекту (4 години)	Зустріч із самим собою. Формування когнітивної карти власного образу «Я». Інтегрування емоційного інтелекту до цілісного образу «Я». Осмислення причин і наслідків власної поведінки. Розуміння ролі емоцій у формуванні адекватної поведінки
Тема 2. Емоційна стійкість особистості (4 години)	Емоційна зрілість особистості. Глибинність переживань. Експресивне самовираження у юнацькому віці. Адекватність вираження і регулювання емоцій. Соціально прийнятні способи емоційної регуляції. Оволодіння навичками саморегуляції і правилами поведінки у стресогенних ситуаціях. Здатність говорити «ні», починати і закінчувати бесіду. Захист від агресії інших
Тема 3. Практична реалізація навичок управління власними емоціями (4 години)	Розвиток здатності відображувати почуття іншого у своїх переживаннях, зберігаючи власну суб'єктивну позицію й психологічну дистанцію. Техніки самоконтролю та саморегуляції. Апробація технік коректного психологічного самозахисту та емоційного відновлення.
Тема 4. Рефлексія навичок управління власними емоціями та самоконтролю експресивних реакцій (2 години)	Рефлексія та асиміляція набутого досвіду управління емоціями. Способи розширення суб'єктивного досвіду контролю експресивних реакцій
Разом: 20 годин	

Після завершення інтегрованої програми було здійснено посттренінговий супровід учасників групи розвитку, зорієнтований на закріплення і психологічну підтримку поведінкових змін юнацтва (позитивних векторів переживання психологічного благополуччя, виявлення емоційної зрілості, самоконтролю експресивних реакцій тощо). Основними формами посттренінгової підтримки школярів раннього юнацького віку були обрані:

- *моніторинг* учасників Т-групи з метою діагностики рівня освоєння індивідуального емоційного досвіду застосування ефективних навичок управління власними емоціями та самоконтролю експресивних реакцій;
- «*гаряча лінія*» для надання консультацій (у кабінеті психологічної допомоги Криворізького ліцею № 77) учасникам Т-групи.

З метою оцінки ефективності інтегрованої – просвітницької та корекційно-розвивальної – програми оптимізації емоційного інтелекту юнацтва нами було здійснено повторне (контрольне) тестування із використанням тесту «ЕмІн» Д.Люсіна (див. Додаток А). Загальна логічна схема емпіричного дослідження і сенсових вимірів просвітницької та корекційно-розвивальної програми психологічної інтервенції обумовили необхідність зосередитися лише на узагальнених показниках емоційного інтелекту юнаків, і передусім – здатністю респондентів до розуміння емоцій та управління ними. Тому для оцінювання ефективності психологічної інтервенції були виокремлені дані за інтегративними показниками: міжособистісний емоційний інтелект (МЕІ), внутрішньоособистісний ЕІ (ВЕІ), розуміння емоцій та управління ними (*табл. 3.2.*).

Аналіз динаміки досліджуваних елементів структури емоційного інтелекту учасників Т-групи доводить, що під впливом психологічної інтервенції показники ЕІ покращилися. Найбільш суттєві зміни прослідковуються на середньому рівні виявлення ознак за рахунок зниження проявів низького рівня. Так показник здатності юнаків управляти емоціями,

що виявляється на середньому рівні, збільшився на 17%, а здатність до розуміння емоцій та показник внутрішньоособистісного ЕІ – на 11%.

Таблиця 3.2.

Розподіл показників емоційного інтелекту у вибірковій сукупності до і після тренінгу (за тестом «ЕмІн Д. Люсіна»)

Вибіркова сукупність	Респонденти (дані у %) (N = 18)					
	низький рівень		середній рівень		високий рівень	
	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу	до тренінгу	після тренінгу
Міжособистісний ЕІ	50 % (N = 9)	33 % (N = 6)	50 % (N = 9)	56 % (N = 10)	0	11 % (N = 2)
Внутрішньо особистісний ЕІ	50 % (N = 9)	39 % (N = 7)	39 % (N = 7)	50 % (N = 9)	11 % (N = 2)	11 % (N = 2)
Розуміння емоцій в цілому	33 % (N = 6)	22 % (N = 4)	56 % (N = 10)	67 % (N = 12)	11 % (N = 2)	11 % (N = 2)
Управління емоціями в цілому	67 % (N = 12)	50 % (N = 9)	33 % (N = 6)	50 % (N = 9)	0	0

Найменш піддалися формувальному впливу *Програми оптимізації елементів емоційного інтелекту* (емоційної обізнаності, управління власними емоціями та самоконтролю експресивних реакцій) осіб *раннього юнацького віку* показники високого рівня виявлення показників, що може бути пов'язано із коротким терміном впливу. Можна припустити, що при більш пролонгованому тренінговому впливі формування навичок емоційного профілю юнаків могло бути більш виразним.

Разом з тим, виявлені за результатами повторного тестування (контрольного зрізу) дані розвитку окремих елементів емоційного інтелекту доводять *позитивну тенденцію змін* досліджуваних параметрів ЕІ.

Співвіднесення показників виявлення емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку до корекційно-розвивального впливу (Рис. 3.1.) та після тренінгу (Рис. 3.2.) доводять можливість корекції виявів емоційного інтелекту у ранньому юнацькому віці в цілому. Завдяки роз'ясненню змістових значень та особливостей функціонування емоцій долучені до

Програми старшокласники навчилися краще розуміти сутність емоційних переживань та значення емоцій у життєдіяльності людини.

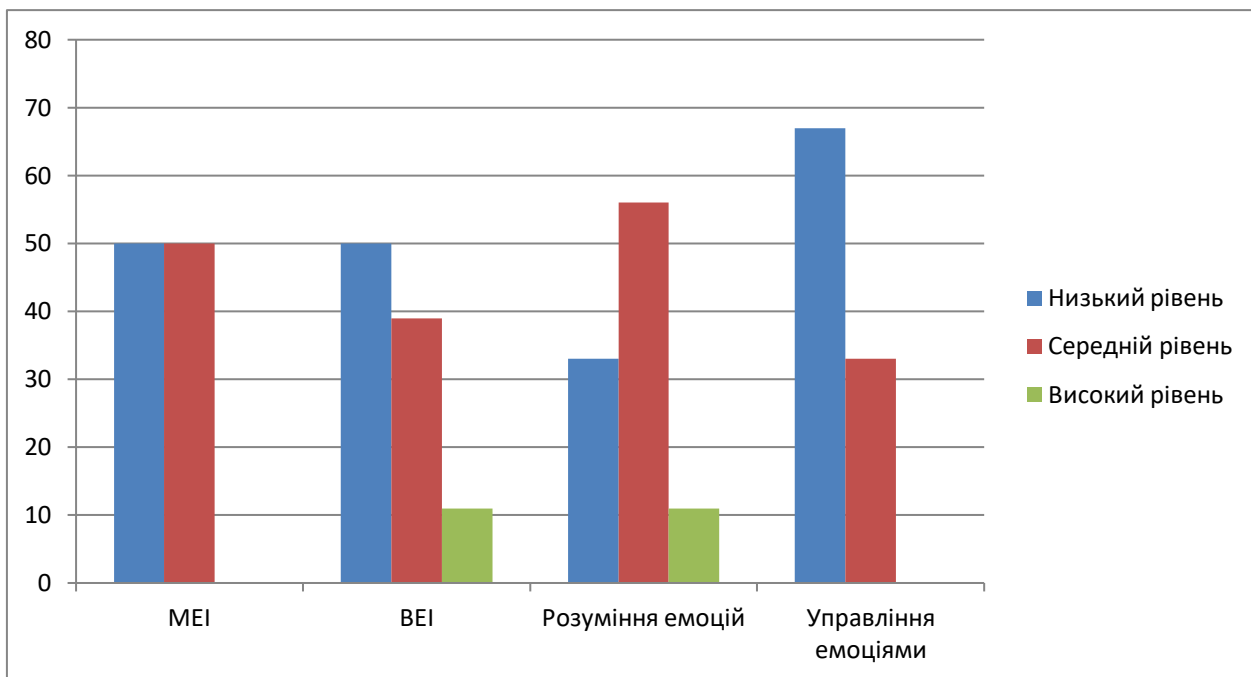


Рис. 3.1. Показники виявлення емоційного інтелекту (за шкалами тесту «ЕМІн» Д. Люсіна) до тренінгу

Завдяки виконанню тренінгових вправ, апробації різноманітних корекційних технік юнаки удосконалили навички управління емоціями.

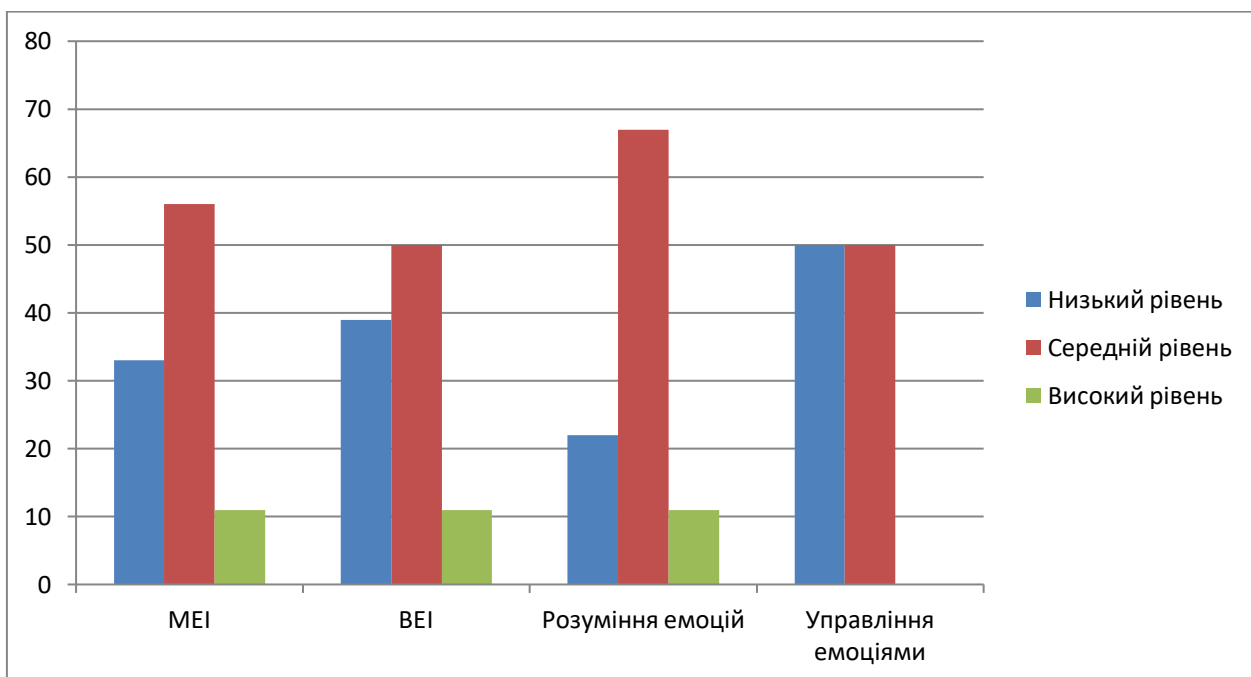


Рис. 3.2. Показники виявлення емоційного інтелекту (за шкалами тесту «ЕМІн» Д. Люсіна) після тренінгу

Участь у роботі тренінгової групи посприяла засвоєнню алгоритмів зниження (або контролю) емоційної експресії у спілкуванні з іншими людьми.

Для уточнення значущості отриманих змін нами був використаний t-критерій Стюдента для парних вибірок (Додаток Б). Узагальнені дані порівняння показників виявлення емоційного інтелекту старшокласників до психологічного впливу (дані вибіркової групи 1) та після роботи за *Програмою оптимізації елементів емоційного інтелекту* (емоційної обізнаності, управління власними емоціями та самоконтролю експресивних реакцій) осіб раннього юнацького віку (дані вибіркової групи 2) представлені у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Результати порівняння даних вимірювання ЕІ юнаків до і після тренінгу з використанням t-критерію Стюдента для парних вибірок

Параметри аналізу	Середні показники		Значення t-критерію
	До тренінгу (ВГ1)	Після тренінгу (ВГ2)	
Міжособистісний ЕІ	39,63	40,42	0,002
Внутрішньо особистісний ЕІ	41,7	42,93	0,003
Розуміння емоцій в цілому	40,25	42,13	0,002
Управління емоціями в цілому	41,75	40,58	0,001

Результати статистичного аналізу даних доводять, що відмінність між двома групами даних виявилася значимою за усіма показниками. А отже участь юнаків у *Програмі оптимізації елементів емоційного інтелекту* навчила їх більше звертати увагу на емоційну сферу. Відпрацьовуючи тренінгові вправи, виконуючи домашні завдання та розмірковуючи над власними емоційними проявами, учасники Т-групи змогли навчитися ідентифікувати власні емоції, вербалізувати їхні прояви, юнаки усвідомили необхідність брати експресивні реакції під контроль.

Висновок до розділу 3

Результати теоретичного та емпіричного аналізу проблеми розвитку емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку стали підґрунтям для формування інтегрованої (просвітницької та корекційно-розвивальної) програми розвитку структурних елементів ЕІ.

Огляд науково-методичної літератури дозволив визнати можливість розвитку структурних елементів емоційного інтелекту у спеціально створених умовах психологічної інтервенції. Основними напрямками такого розвитку було обрано: психологічне просвітництво (для розвитку емоційної обізнаності) та цілеспрямоване впровадження корекційно-розвивальної програми розвитку навичок управління власними емоціями.

Було означено методологічні засади організації корекційно-розвивальної роботи у вимірах когнітивної психології та раціональної роз'яснювальної терапії. На цих засадах було розроблено авторську програму розвитку навичок управління власними емоціями та самоконтролю експресивних реакцій школярами раннього юнацького віку.

Вибірку емпіричного дослідження у частині апробації програми розвитку елементів емоційного інтелекту склали 18 учнів 10 – 11-х класів (віком 16 – 17 років), які навчаються у Криворізькому міському ліцеї № 77 і які були залучені до емпіричного вимірювання емоційного інтелекту на етапі констатувальної діагностики. Старшокласники вибіркової когорти засвідчили низький та середній рівні виявлення ЕІ. Програма розвитку елементів емоційного інтелекту школярів реалізовувалася протягом червня – серпня 2023 року (було проведено 20 занять; 2 заняття (по одній годині) на тиждень) під час роботи Літньої школи юного лідера на базі закладу освіти.

За результатами повторного тестування (контрольного зрізу) було доведено *позитивну тенденцію змін* досліджуваних параметрів ЕІ. Використання t-критерію Стьюдента для парних вибірок підтвердила значущість змін.

ВИСНОВКИ

Грунтовно дослідивши феноменологію емоційного інтелекту як предиктора конструктивної ідентичності особистості в ранньому юнацькому віці, ми дійшли до таких висновків:

1. Вважаємо доречним погодитися із розумінням емоційного інтелекту як інтегральної властивості особистості (стійкої ментальної здібності), що сприяє гармонійному розвитку людини, покращенню міжособистісної взаємодії та відкриває для суб'єкта діяльності широкі можливості для самореалізації та розкриття свого індивідуального потенціалу. Чисельні дослідження науковців констатують, що люди з високою емоційною компетентністю краще за інших здатні ідентифікувати власні почуття, почуття інших людей та розв'язувати різні життєві проблеми, а також виявлено, що високий рівень розвитку емоційного інтелекту сприяє особистісному зростанню, реалізації поставлених цілей, досягненню успіху та поліпшенню міжособистісних стосунків.
2. Емоційний інтелект (ЕІ) ми розглядаємо як вагомий чинник емоційної саморегуляції, що є надзвичайно актуальним виміром онтогенетичних особливостей психічного розвитку юнацтва. Саме ЕІ обумовлює розвиток таких груп новоутворень юнацтва як-от: інтенсивний розвиток когнітивно-афективної сфери; мотиваційно-рефлексивний розвиток юнаків, і зокрема – здатність до ідентичності; удосконалення поведінково-діяльнісних схем самотворення осіб раннього юнацького віку.
3. Розвиток ЕІ в ранньому юнацькому віці є процесом виникнення, становлення та оптимального і повноцінного функціонування здатності особистості до розуміння власних і чужих емоцій, а також до управління ними. Емпіричне вимірювання основних показників виявлення емоційного інтелекту особами раннього юнацького віку дозволили стверджувати:

- найменш сформованими серед осіб раннього юнацького віку виявилися такі маркери емоційного інтелекту як управління власними емоціями (низький рівень переважає у відповідях 56% юнаків) та емоційна обізнаність (низький рівень засвідчили 42% юнаків) – за методикою EQ Н. Холла;
- згідно із тестом «ЕмІн» Д. Люсіна серед респондентів вибіркової сукупності за більшістю шкал переважає середній рівень виявлення ознак. Воодночас профілі емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку значно виділяється низький рівень виявлення за такими шкалами як управління юнаками власними емоціями – 58% респондентів вибіркової сукупності засвідчили низький та дуже низький рівень виявлення цієї здатності, а також самоконтролю експресії – низький та дуже низький рівень виявлення цієї здатності засвідчили 54% респондентів. Також привертає увагу низький рівень виявлення юнаками здатності розпізнавати власні емоції – 46% респондентів вибіркової сукупності засвідчили низький та дуже низький рівень виявлення цієї здатності та управління емоціями в цілому (47%) й управління емоціями інших – 48%;
- аналіз результатів виявлення перцептивно-інтерактивної компетентності юнаків як одного із вимірів соціальної інтеграції особистості у соціокультурне середовище підтвердив домінування низького рівня даної ознаки серед респондентів (77%);
- кореляційний аналіз із використанням непараметричного коефіцієнта кореляції (r_s) Спірмена підтвердив існування зв'язку між параметрами емоційного інтелекту та показниками особистісної та соціальної ідентичності суб'єкта життєтворення, зокрема: емоційна обізнаність респондентів позитивно корелює із показниками перцептивно-інтерактивної компетентності та здатністю до взаємовпливу на середньому рівні статистичної значимості ($r_s = 0,73$ та $r_s = 0,62$);

відповідно при $p \leq 0,05$), а також із здатністю особистості до адаптації до мінливих соціальних умов на високому рівні статичної значимості ($r_s = 0,81$ при $p \leq 0,01$). Фактор управління власними емоціями характеризується кореляційним зв'язком середнього рівня статистичної значущості із показниками перцептивно-інтерактивної компетентності та схильністю респондентів до соціальної активності ($r_s = 0,62$ та $r_s = 0,72$ відповідно при $p \leq 0,05$). Означене доводить, що здатність особистості управляти власними емоціями можна розглядати як один із предикторів інтерактивної компетентності та продуктивної соціальної активності суб'єкта життєтворення. Вагомим предиктором ефективного самоздійснення особистості є також такий показник емоційного інтелекту особистості як здатність особи ідентифікувати (розпізнавати) емоції іншої людини, що корелює на високому рівні статистичної значущості із показниками перцептивно-інтерактивної компетентності ($r_s = 0,81$ при $p \leq 0,05$) та на середньому рівні статистичної значущості із навичками взаємопізнання ($r_s = 0,75$ при $p \leq 0,01$), взаєморозуміння та взаємовпливу ($r_s = 0,67$ та $r_s = 0,73$ відповідно при $p \leq 0,05$).

4. Означені дисфункції розвитку ЕІ юнацтва дозволили нам розробити *програму розвитку емоційного інтелекту* із урахуванням двох напрямів психологічної інтервенції: просвітницького та корекційно-розвивального. Об'єктами формувального впливу були обрані: 1) емоційна обізнаність юнаків, що може бути поглиблена засобами просвітницького впливу (інтерактивного лекційного курсу із елементами практикуму, спрямованого на розвиток розуміння сутнісних вимірів функціонування емоційної сфери особистості та рефлексивних здібностей юнаків); 2) здатність до управління власними емоціями та самоконтролю експресії, що розглядалися як об'єкти корекційно-розвивального впливу засобами тренінгу.

5. Запропонована нами для розвитку елементів емоційного інтелекту програма структурно складається із трьох частин: *пропедевтична частина*, зорієнтована на створення сприятливого емоційного клімату, що досягається шляхом паритетного діалогу між учасниками групи розвитку, наданням можливості кожному вільно висловлювати свою думку, брати участь у прийнятті рішень, вносити пропозиції щодо удосконалення роботи групи, отримувати психологічну підтримку; здійснення *психологічної просвіти* та надання консультативної допомоги учасникам групи розвитку у форматі інтерактивного лекційного курсу із елементами практикуму; тренінг навичок управління емоціями як метод психологічного впливу і активного навчання, що здійснюється в процесі інтенсивної групової взаємодії.
6. За результатами повторного тестування (контрольного зрізу) було доведено позитивну тенденцію змін досліджуваних параметрів ЕІ. Під впливом психологічної інтервенції показники ЕІ покращилися: показник здатності юнаків управляти емоціями, що виявляється на середньому рівні, збільшився на 17%, а здатність до розуміння емоцій та показник внутрішньоособистісного ЕІ – на 11%.
7. Використання *t*-критерію Стьюдента для парних вибірок підтвердила значущість змін. А отже учасники Т-групи змогли навчитися ідентифікувати власні емоції, вербалізувати їхні прояви, юнаки усвідомили необхідність брати експресивні реакції під контроль.

Загалом результати теоретичного та емпіричного напрямів дослідження емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку дозволяють стверджувати, що мета кваліфікаційного магістерського дослідження досягнута, завдання вирішені у повному обсязі.

Список використаної літератури

1. Божок О. О. Емоційна культура студентів як ціннісна складова становлення їх особистості. *Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Вип. 31. Серія: Психологічні науки: зб. наук. праць: у 3-х т. Чернігів : ЧДПУ, 2005. № 31. Т. 1. С. 36 – 40.*
2. Буркало Н. І. Психологічні особливості емоційного інтелекту. *Psychological Journal. 2019. №5 (7). С.34 – 49.*
3. Вірна Ж. П. Життєво-стильовий концепт мотиваційно-стильової регуляції: професійна методологія і практика. *Психологія і суспільство. 2009. № 4. С. 191 – 201.*
4. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: монографія. Київ: Видавничо-поліграф. центр «Київський університет», 2005. 308 с.
5. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Л. Гумецької. Харків : Віват, 2018. 512 с.
6. Дерев'янка С. П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах. *Соціальна психологія. Київ. 2008. № 1 (27). С. 96 – 104.*
7. Дерев'янка С. П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Київ, 2014. 20 с.
8. Зарицька В. В., Козарик О. С. Емоційний інтелект у структурі професійної діяльності. *Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 5. С. 112 – 116.*
9. Іваненко Б. Б. Я-ідентичність особистості: статичні й динамічні аспекти. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2020. Випуск 7. С. 53–61.*
10. Калошин В. Ф. Емоційний інтелект – головний показник ефективності використання людських ресурсів. *Практична психологія та соціальна робота. 2008. № 4. С. 54 – 63.*

11. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни: основні вияви і ресурси. *Вчені записки Університету «Крок»*. 2022. № 3 (67). С. 124 – 133.
12. Карамушка Л. М. Психологічні тренінги для підготовки менеджерів та персоналу освітніх організацій (реалізація технологічного підходу) : навч. посібник. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.
13. Карпенко Є. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості: монографія. Дрогобич : Посвіт, 2020. 436 с.
14. Коврига Н. В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Дніпропетровський національний ун-т. Дніпропетровськ, 2003. 20 с.
15. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції. Суми: ВТД «Університетська книга», 2006. 384 с.
16. Лящ О.П. Фактори розвитку емоційного інтелекту в сучасних підлітків. *Збірник наукових праць «Психологічні перспективи»*. Випуск 12. – Луцьк, 2008. С. 49 – 59.
17. Лящ О. П. Емпіричне дослідження особливостей емоційного інтелекту та особистісних властивостей юнаків. *Психологічний часопис : збірник наукових праць / за ред. С.Д. Максименка*. № 10 (20). Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка, 2018. С. 91 – 104.
18. Лящ О. П. Генеза емоційного інтелекту в юнацькому віці : монографія / О.П. Лящ. Вінниця : ТОВ «Твори», 2019. 448 с.
19. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навч. посіб. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с.
20. Максименко К. С. Переживання негативних психічних станів особистості : метод. посіб. для студ. вищих навч. закладів. Київ : КММ, 2011. 184 с.
21. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 159с.

22. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. №4. С. 95–109.
23. Пашко Т. А. Психологічні засади формування емоційної культури сучасної молоді. *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України; за ред. С. Д. Максименка*. Т. IX, Ч. 1. Київ, 2007. С. 322 – 327.
24. Прахова С. А. Роль індивідуально-типологічних та соціально-психологічних чинників у детермінації фрустраційних станів учнів різних вікових груп. *Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за наук. ред.: С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої*. Кам'янець-Подільський. 2016. № 32. С. 454 – 464.
25. Приймаченко О. М. Образ стану емоційно-освіченої людини як умова розвитку емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка*. Випуск 11. Серія: Психологічні науки. Чернігів : ЧДПУ, 2006. Вип. 41. Т. 2. С. 96 – 99.
26. Психолого-педагогічні основи процесу самотворення особистості: монографія / Л. З. Сердюк, Т. М. Яблонська, І. В. Данилюк, О. І. Пенькова, Н. В. Володарська [та ін.]; за ред. Л. З. Сердюк. Київ: Педагогічна думка, 2015. 197 с.
27. Сергієнко О. А. Емоційний інтелект: модель, структура теста (MSCEITV 2.0.). *Практична психологія та соціальна робота*. 2010. №11. С. 11 – 29.
28. Смульсон М. Л. Психологія розвитку інтелекту. Київ : НораДрук, 2001. 296 с.
29. Сорокіна В. Психологічні особливості виявлення емоційного інтелекту юнаками групи лідерів *Студентський дайджест : зб. наук. матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 6. Рівне : РДГУ, 2022. С. 110 – 112.

30. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. Київ : Главник, 2007. 144 с.
31. Токарева Н. М. Моделювання особистісних конструктів підлітків у вимірах освітнього простору : монографія. Кривий Ріг : ТОВ ВНП «Інтерсервіс», 2015. 481 с.
32. Токарева Н. М., Шамне А. В. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів]. Київ НУБіП, 2017. 548 с.
33. Токарева Н. М. Лабіринти дорослішання: психічний розвиток особистості підлітково-юнацького віку: монографія. Кривий Ріг : ВНП «Інтерсервіс», 2021. 215 с.
34. Токарева Н. М. Адаптивні сценарії самоздійснення особистості в умовах несталого сьогодення. *Психологія: реальність і перспективи: збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету*, 2023. № 20. С.183–194.
35. Філіппова І. Емоційний інтелект як засіб успішної самореалізації. *Соціальна психологія*. 2007. № 4. С. 68 – 79.
36. Чебикін О. Я., Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці. *Наука і освіта*. 2005. № 5 – 6. С. 180 – 186.
37. Чебикін О. Я. Становлення емоційної зрілості особистості. Одеса : Південний науковий Центр НАПН України, 2009. 230 с.
38. Чебикін О. Я. Емоційний інтелект, його пізнавально-мисленнєві ознаки та функції. *Наука і освіта: наук.-практ. журнал*. 2020. № 1. С. 19 – 28.
39. Чернобай І. В., Чаркіна О. А. Розвиток емоційного інтелекту як передумова формування особистості майбутнього фахівця. *Особистість як об'єкт психологічного впливу. Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів та молодих учених/* під ред. З. М. Мірошник, О. А. Чаркіної. Кривий Ріг : Вид-во Криворізького педагогічного інституту ДВНЗ «КНУ», 2016. 164 с.

40. Шамне А. В. Теорія і практика психосоціального розвитку у підлітково-юнацькому віці: монографія. Київ : ТОВ ВВП «Інтерсервіс», 2015. 488 с.
41. Швалб Ю. М. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій. Психологічна теорія і практика : монографія. Суми : Вид-во СумДПУ. 2017. С.19 – 39.
42. Шпак М. М. Теоретико-методологічні підходи до розуміння феномену емоційного інтелекту особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : зб. наук. праць Київського національного університету ім. Т. Г. Шевченка; ред кол. : А. Судаков та ін. Київ: Логос, 2011. Т. 1. С. 192 – 199.
43. Bar-On R. Emotional Intelligence in Men and Women. Emotional Quotient Inventory : Technical Manual. Toronto : Multi-Health Systems, 1997. 150 p.
44. Bar-On R., Parker J. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. *Handbook of emotional intelligence*. San Francisco : Jossey-Bass, 2000. P. 363 – 388.
45. Bar-On R. Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. *South African Journal of Psychology*. 2010. № 40(1). P. 54 – 62.
46. Caruso D. R., Salovey P. The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership. 2004. 320 p.
47. Gardner H. Frames of mind : A Theory of Multiple Intelligences. New York : Basic Books, 1983. 440 p.
48. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York : Basic Books, 1993. 304 p.
49. Gardner H. Intelligence reframed: Multiple Intelligences for the 21-st Century. New York : Basic Books, 1999. 292 p.
50. Goleman D. Emotional Intelligence. New York : Bantam books, 1995. 352 p.
51. Goleman D. Working with Emotional Intelligence. New York : Bantam Books, 1998. 383 p.

52. Lazarus R. S., Averill J. R., Opton Jr. E. M. Toward a cognitive theory of emotion. *Third international symposium on feelings and emotions* / M. Arnold (Ed.). New York : Academic Press, 1970. P. 207 – 232.
53. Marcia J. E. Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1966. № 35. P. 118-133.
54. Mayer J. D., Salovey P. Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*. 1995. № 4. P.197 – 208.
55. Mayer J. D., Geher G. Emotional Intelligence and the Identification of Emotion. *Intelligence*. 1996. № 22. P. 89 – 113.
56. Mayer J. D. A field guide to emotional intelligence. *Emotional intelligence in everyday life* / Ciarrochi J. P. Forgas, J. D. Mayer (Eds). Philadelphia, P. A.: Psychology Press, 2001. P. 3 – 24.
57. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. Emotional Intelligence. New ability or eclectic traits? *American Psychologist*. 2008. September. P. 503 – 517.
58. Rudestam K. E. *Experiential Groups in Theory and Practice*. Monterey, Calif.: Brooks Cole, 1982. 384 p.
59. Salovey P., Sluyter D. (Eds). *Emotional development and Emotional Intelligence : Implications for educators*. New York : Basic Books, 1997. 288 p.
60. Schuitte N. S., Malouff J. M., Hall L. E., Haggerty D. J., Cooper S. T. & etc. Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. 1998. № 25. P. 167 – 177.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Робочі результати дослідження ЕІ за методикою «ЕмІн» Д.В.Люсіна в групі юнаків (частина матриці)

№ з.п	Міжособистісний інтелект		Внутрішньо-особистісний інтелект		Загальний емоційний інтелект	
	Результат	Рівень	Результат	Рівень	Результат	Рівень
1	39	3	40	2	79	2
2	48	1	45	2	93	1
3	42	2	43	2	85	2
4	45	2	47	1	92	2
5	47	1	48	1	95	1
6	35	3	50	1	85	2
7	38	3	43	2	81	2
8	42	2	50	1	92	2
9	47	1	54	1	101	1
10	47	1	51	1	98	1
11	45	2	51	1	96	1
12	41	2	39	2	80	2
13	43	2	51	1	94	1
14	43	2	45	2	88	2
15	48	1	36	2	84	2
16	42	2	33	3	75	3
17	52	1	46	2	98	1
18	37	3	39	2	76	3
19	40	2	41	2	81	2
20	39	3	32	3	71	3
21	41	2	38	3	79	2
22	42	2	47	2	89	2
23	35	3	27	3	62	3
24	46	2	48	1	94	1
25	40	2	40	2	80	2
26	42	2	38	2	80	2
27	42	2	45	2	87	2
28	46	2	33	3	79	2
29	51	1	50	1	101	1
30	36	3	47	2	83	2

ДОДАТОК Б

ТАБЛИЦЯ РОЗРАХУНКУ Т-КРИТЕРІЮ СТ'ЮДЕНТА

№	Показники ЕІ		Відхилення від середнього		Квадрати відхилень	
	В.1	В.2	В.1	В.2	В.1	В.2
1	1	3	-0.83	0.67	0.6889	0.4489
2	2	3	0.17	0.67	0.0289	0.4489
3	2	3	0.17	0.67	0.0289	0.4489
4	1	2	-0.83	-0.33	0.6889	0.1089
5	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
6	2	3	0.17	0.67	0.0289	0.4489
7	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
8	1	3	-0.83	0.67	0.6889	0.4489
9	1	2	-0.83	-0.33	0.6889	0.1089
10	1	3	-0.83	0.67	0.6889	0.4489
11	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
12	1	1	-0.83	-1.33	0.6889	1.7689
13	2	3	0.17	0.67	0.0289	0.4489
14	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
15	3	2	1.17	-0.33	1.3689	0.1089
16	1	3	-0.83	0.67	0.6889	0.4489
17	3	3	1.17	0.67	1.3689	0.4489
18	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
19	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
20	2	1	0.17	-1.33	0.0289	1.7689
21	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
22	3	3	1.17	0.67	1.3689	0.4489
23	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
24	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
25	2	3	0.17	0.67	0.0289	0.4489
26	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
27	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
28	1	3	-0.83	0.67	0.6889	0.4489

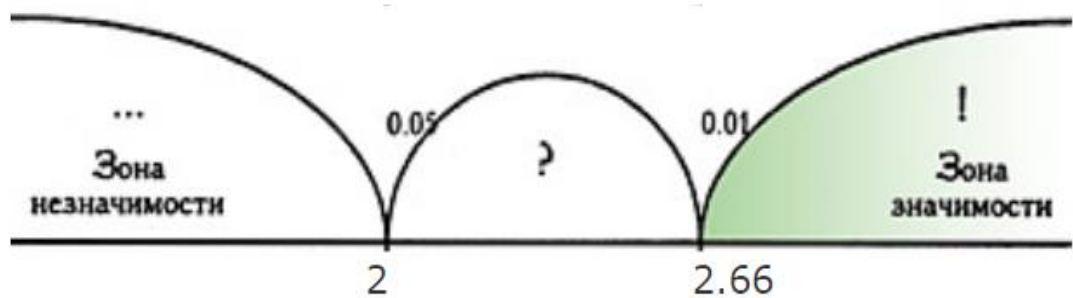
29	2	2	0.17	-0.33	0.0289	0.1089
30		2		-0.33		0.1089
Суми:	53	70	-0.07	0.1	10.1381	10.667
Середнє:	1.83	2.33				

Результат: $t_{\text{емп}} = 3.2$

Критичне значення

$t_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2	2.66

Вісь значимості:



Отримане емпіричне значення t (3.2) знаходиться в зоні значимості