

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»  
Педагогічний Університет ім. Комісії Національної Освіти в Кракові  
Інституту нейропсихотерапії (Відень, Австрія)  
Трансільванський університет Брашова (Румунія)  
Центр системно-орієнтованого консультування, лікування та психотерапії ZSB (Австрія)  
Центр психічного здоров'я Тоом Паргі (Таллін, Естонія)  
Коледж Санта-Фе (США)  
Вільний університет Брюсселю (Бельгія)  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка  
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»  
Криворізький державний педагогічний університет  
Регіональне представництво Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини  
в Полтавській області  
Головне управління Національної поліції в Полтавській області  
ГУ ДСНС України у Полтавській області  
Управління патрульної поліції в Полтавській області  
Центр психічного здоров'я КП «Обласний заклад з надання психіатричної допомоги  
Полтавської обласної ради»  
Благодійна організація «Світло надії»  
Гендерний центр Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»



# **ПРОЯВИ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ НА РІЗНИХ РІВНЯХ СИСТЕМИ: СІМ'Я, ОСВІТА, СУСПІЛЬСТВО ПІД ЧАС ВІЙНИ**

**Збірник наукових матеріалів  
II Міжнародної науково-практичної конференції**

**23-24 травня 2024 року**

Полтава – 2024

3. Залеська О. Діти в умовах травматичної кризи. *Психолог: всеукраїнська газета для психологів, учителів, соціальних педагогів*. 2019. № 11-12. С. 35–38.
4. Карпенко Н. Профілактика дитячих страхів. *Дошкільне виховання*. 2017. № 9. С. 14–15.
5. Пересадчак О. Фактори впливу на розвиток дитячої тривожності. *Психолог*. 2019. № 2. С. 21–22.
6. Томчук С., Томчук М. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі. Вінниця : КВНЗ «ВАНУ», 2018. 200 с.
7. Щербакова Т. Зняття тривожності і страхів у дошкільників. *Психолог*. 2020. № 16. С. 21–27.

## ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

**Жорник Діана**

*Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

**Науковий керівник:** кандидат педагогічних наук, доцент **Іщенко В. І.**

Емоційний інтелект – це здатність розуміти, усвідомлювати і управляти власними емоціями, своєю мотивацією, думками і поведінкою, регулювати свій емоційний стан, а також це вміння управляти емоційними станами інших людей, помічати їхні актуальні потреби, співпереживати і розвивати їхні сильні сторони. Розвиваючи свій емоційний інтелект, ми стаємо уважніші до себе, своїх відчуттів, бажань і потреб, водночас, це дозволяє нам краще розуміти інших людей, відчувати їхні потреби, мотиви, поведінку. За минулі роки було досягнуто значних успіхів у вдосконаленні концептуалізації та вимірювання емоційного інтелекту. Дослідники розробили різні інструменти та методи для оцінки емоційного інтелекту здібностей та рис, що дає цінну інформацію про емоційні здібності та схильності людей. Ці досягнення допомогли розрізнити різні аспекти емоційного інтелекту, зрозуміти його основні механізми та визначити наслідки для реального світу.

Мета дослідження – розглянути дослідження емоційного інтелекту.

Емоційний інтелект можна визначити як здібності, пов'язані з ідентифікацією, виразом, розумінням, управлінням та використанням емоцій [3].

Емоційний інтелект відповідає навичкам, пов'язаним із сприйняттям, розумінням та управлінням емоціями. У науковій літературі є дві основні концептуалізації емоційного інтелекту.

У недавніх дослідженнях Фіорі М. та Удаяр С. Новим компонентом емоційного інтелекту стала обробка емоційної інформації. Авторами було висловлено припущення, що емоційний інтелект не є окремою конструкцією, а складається із двох окремих компонентів: 1) компонент знань про емоції; 2) компонент обробки емоцій.

Компонент знань про емоції відноситься до міркувань вищого порядку про емоції і зазвичай вимірюється за допомогою тестів емоційного інтелекту, що ґрунтуються на результатах, що оцінюють знання про емоції. Компонент обробки емоцій включає обробку емоцій знизу вгору та оцінює більш спонтанну та швидку обробку інформації про емоції [1].

Щоб вивчити компонент обробки емоцій, дослідження Gillioz et al. розробили завдання, спрямоване на вимір емоційних виразів з використанням трансформованих осіб зі змішаними емоціями. Це завдання вимагало більш спонтанної обробки інформації про емоції, ніж у ранніх дослідженнях, воно включало складні емоційні висловлювання, що складаються з трансформованих комплексів емоцій. У дослідженні взяли участь 154 особи.

Результати дослідження підтвердили ідею про те, що люди з більш високим емоційним інтелектом мають чудові навички обробки емоцій, особливо на етапі сприйняття емоцій. На думку авторів дослідження, компонент обробки емоцій дозволяє виміряти індивідуальні відмінності в рівні емоційного інтелекту [2]. Методика проведення цього дослідження може стати цінною альтернативою існуючим тестам оцінки емоційного інтелекту для тих дослідників, які зацікавлені у виявленні більш спонтанної емоційної поведінки, наприклад, коли люди реагують на стресові ситуації, не маючи достатньо часу чи когнітивних ресурсів, щоб подумати про те, що робити, або за взаємодії коїться з іншими людьми, коли немає часу на обробку емоційних реакцій інших.

Узагальнюючи визначення психологів, слід зазначити, що індивіди, які володіють високим рівнем розвитку емоційного інтелекту, мають здатність розуміти свої власні емоції і емоції оточуючих людей, такі люди вміють керувати емоційним станом. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту допомагає індивіду ефективно взаємодіяти з оточуючими і тим самим забезпечує ефективну адаптацію в нових умовах.

### **Список використаних джерел:**

1. Fiori M., Udayar S. Emotion information processing як новий component of emotional intelligence: theoretical framework і empirical evidence. *Eur. J. Pers.* 2022. №36. P. 245–264.
2. Gillioz C., Nicolet-dit-Félix M., Wilhelm O., Fiori M. Emotional intelligence and emotion information processing: Proof of concept of a test measuring accuracy in discriminating emotions. *Front. Psychol.* 2023. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1085971/full>
3. Plios K., Mikolajczak M., Heeren A., Grégoire J., Leys C. 2019. №11. P. 151–165.
4. Mayer J.D., Caruso D.R., Salovey P. Потужність моделі емоційної intelligence: principles and updates. *Emot. Rev.* 2016. №8. P. 290–300.
5. Petrides K.V., Furnham A. Trait emotional intelligence: психометрична investigation with reference to established trait taxonomies. *Eur. J. Pers.* 2001. №15. P. 425–448.