важливе як теоритичне та практичне значення, для психологічної підтримки ментального здоров'я українців.

Література:

1. Науменко Н.В. Життєстійкість внутрішньо переміщених осіб: соціально-психологічний аспект // Науковий вісник Херсонського держ. ун-ту. Серія: Психологічні науки. – 2021. – №15(1). – С. 122–128.

2. Савчук Л. О. Психологія життєстійкості в умовах війни: монографія. – Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка, 2022. – 214 с.

3. Bonanno G.A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? // American Psychologist. – 2004. – Vol. 59(1). – P. 20–28.

4. Frankl V. E. Man's Search for Meaning. – Boston: Beacon Press, 2006. – 165 p.

5. Hobfoll S. E., Watson P., Bell C. C. et al. Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence // Psychiatry. – 2007. – Vol. 70(4). – P. 283–315.

6. Khoshaba D. Early Antecedents of. Consulting Psychology Journal. Spring. 1999. No51. - P. 106-117.

7. Kobasa S.C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness // Journal of Personality and Social Psychology. – 1979. – Vol. 37(1). – P. 1–11.

8. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses // Journal of Positive Psychology. – 2006. – Vol. 1(3). – P. 160–168.

9. Gradus Research. Wartime Survey of Ukrainian Society (Eleventh Wave) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://gradus.app/ru/open-reports/wartime-survey-ukrainian-society-eleventh-wave/

Барабащук Г.В.

кандидат психологічних наук, асистент кафедри практичної психології
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича,
м. Чернівці, Україна

Гуцуляк Н.М.

кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича,
м. Чернівці, Україна

Бизин І.О.

студентка V курсу спеціальності 053 «Психологія»
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича,
м. Чернівці, Україна

СПЕЦИФІКА СТРУКТУРНО-ЗМІСТОВИХ ХАРАКТЕРИСТИК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Соціальні виклики сучасного суспільства зосередили увагу вітчизняних і зарубіжних науковців на проблемі формування та розвитку емоційного інтелекту людини. Це обумовлено тим, що на людину впливають різні стресогенні фактори, зокрема соціально-політичні, економічні, інформаційні, тому важливо розуміти і управляти емоціями для збереження власного фізичного й психічного здоров'я, для побудови гармонійних міжособистісних стосунків та конструктивного розв'язання практичних завдань.

Дослідження проблематики емоційного інтелекту здійснювали такі зарубіжні вчені, як Р. Бар-Он, Х. Вейсингер, Д. Гоулман, Д. Карузо, Дж. Мейєр, Г. Орме, П. Селовей, Р. Стернберг, Н. Холл і ін. У вітчизняній психології вважається, що дослідження психологічної проникливості й емпатійності особистості (А. Борисова, В. Зазикін, О. Кисельова, О. Саннікова і ін.) слід розглядати як передумову дослідження емоційного інтелекту. Вивчення особливостей емоційного інтелекту представлено у наукових напрацюваннях таких вітчизняній вчених, як І. Аршава, Т. Березовська, О. Вовченко, С. Дерев'янко, В. Зарицька, Т. Карамушка, Є. Карпенко, Н. Коврига, А. Мартинюк, Л. Мороз, Е. Носенко, В. Романова, О. Чебикін і ін. [2; 4; 5; 8; 9].

Високий рівень емоційного інтелекту особливо актуальний для майбутніх психологів, адже обумовлює їхню здатність узагальнювати зміст та керувати як власними емоціями, так і емоціями оточуючих. Ця навичка важлива не тільки в професійній діяльності психолога, а також сприяє успішній самореалізації у різних сферах життєдіяльності та попереджає синдром емоційного вигорання.

Особливості емоційного інтелекту в студентському віці досліджували такі зарубіжні та вітчизняні науковці, як М. Августюк, О. Власова, І. Грузинська, С. Дерев'янко, Т. Зайчикова, В. Зарицька, Л. Колісник, Г. Кошонько, О. Лящ, С. Мавровелі, О. Милославська, К. Петридіс, А. Подорожня, Д. Рекер, Г. Свідерська, Е. Сіммондс, М. Стасюк, М. Шпак і інші [1; 3; 6; 7; 10].

Слід зауважити, що вітчизняними вченими наголошується, що студентський вік є сенситивним для становлення емоційного інтелекту, який пов'язаний із такими особистісними характеристиками майбутніх фахівців, як емпатійність, відповідальність, чуйність, толерантність, самотність, здатність до ефективного розв'язання конфліктів, розвиток саморегуляції. Поза увагою не варто залишати і те, що емоційний інтелект є важливою детермінантою успішності студента у сфері міжособистісного спілкування та навчальної діяльності, становлення його особистості й самореалізації.

Також вітчизняними науковцями охарактеризовано емоційний інтелект як складову комунікативної компетентності студентів та передумову їхнього гармонійного повноцінного розвитку; пояснено відмінності у проявах

юнаками та юнками емоційного інтелекту; виявлено каузальний зв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту та успішністю учбової діяльності й міжособистісної взаємодії, особистісними характеристиками студентів, подальшим працевлаштуванням тощо. Однак, не зважаючи на це, ряд поставлених наукових питань залишаються недостатньо вивченими, що й обумовлює необхідність проведення емпіричних досліджень.

У проведеному нами емпіричному дослідженні взяли участь 43 студенти IV курсу, які навчаються в Чернівецькому національному університеті імені Юрія Федьковича за спеціальністю «Психологія» (ОПП «Практична психологія»). Для виявлення особливостей емоційного інтелекту майбутніх психологів були підібрані методики, які дають можливість визначити як загальний рівень сформованості емоційного інтелекту, так і рівень сформованості його структурних компонентів за різними моделями емоційного інтелекту авторів методик.

Таблиця 1.

Рівні сформованості компонентів емоційного інтелекту досліджуваних майбутніх психологівм (в %)

Рівні розвитку / Компоненти	Високий	Вище середнього	Достатній	Середній	Нижче середнього	Низький
Методика «Емоційний інтелект» Д. Люсіна						
Загальний рівень EI	7,5	25	-	37,5	17,5	12,5
Міжособистісний EI	32,5	-	-	35	-	32,5
Внутрішньо-особистісний EI	30	-	-	37,5	-	32,5
Розуміння емоцій	17,5	-	-	52,5	-	30
Керування емоціями	32,5	-	-	35	-	32,5
Методика «Емоційний інтелект» Н. Холла						
Загальний рівень EI	12,5	-	-	40	-	47,5
Емоційна усвідомленість	25	-	-	57,5	-	17,5

Керування емоціями	10	-	-	25	-	65
Самомотивація	22,5	-	-	32,5	-	45
Емпатія	22,5	-	-	50	-	27,5
Розуміння емоцій	25	-	-	30	-	45
Методика дослідження емоційного інтелекту В. Зарицької						
Загальний рівень EI	-	-	75	25	-	-
Розуміння своїх емоцій	2,5	-	57,5	40	-	-
Самоконтроль	10	-	62,5	27,5	-	-
Розуміння чужих емоцій	-	-	67,5	32,5	-	-
Здатність використовувати емоції у діяльності та спілкуванні	12,5	-	60	27,5	-	-

На основі даних таблиці можна зазначити, що значній частині досліджуваних студентів притаманні середні та високі показники сформованості компонентів емоційного інтелекту, зокрема щодо емоційної усвідомленості, самоконтролю, розуміння своїх та чужих емоцій, емпатії. При цьому, з'ясовано, що більшість майбутніх психологів володіє середнім рівнем емоційного інтелекту, що обумовлює потребу в подальшому його розвитку для досягнення ефективності їхньої професійної діяльності.

Слід зауважити, що варіативність результатів свідчить про необхідність індивідуалізованого підходу до навчання емоційному інтелекту та його інтеграції у професійну підготовку майбутніх психологів, зокрема через розвивальну та тренінгову роботу зі студентами у закладах вищої освіти.

Література:

1. Августюк М. Методичні поради до підвищення рівня емоційного інтелекту в здобувачів вищої освіти. Острог, 2022. 94 с.
2. Вовченко О.А. Концептуалізація феномену емоційного інтелекту підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку: Монографія. Київ, 2021. 450 с.

3. Грузинська І.М. Теоретичні аспекти проблеми емоційного інтелекту у юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Психологічні науки. 2017. Випуск 5* (50). С. 88-95.
4. Зарицька В.В. Соціально-психологічні чинники розвитку емоційного інтелекту. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія». 2021. Випуск 2*. С. 19-22.
5. Карпенко Є.В. Роль емоційного інтелекту в процесі життєздійснення особистості. Український психологічний журнал. 2018. №1 (7). С. 74-85.
6. Лящ О.П. Методичні рекомендації щодо розвитку емоційного інтелекту в юнацькому віці. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. 2019. Том 15*, № 4. С.147-164.
7. Милославська О.В. Взаємозв'язок емоційного інтелекту та міжособистісної залежності у юнаків та дівчат. Теорія і практика сучасної психології. 2020. № 2. С. 56-60.
8. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу - рефлексивної свідомості. *Вісник ДНУ. Серія: Педагогіка і психологія. 2012. Випуск 18,* Т. 20, № 9/1. С. 116-123.
9. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: Монографія. Київ, 2003. 159 с.
10. Шпак М.М. Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в студентському віці. Pedagogical and psychological science and education: transformation and development vectors: Collective monograph. Vol. 2. Riga, Latvia, 2021. С. 342-359.

Білан А. А.

студентка IV курсу факультету педагогіки, психології, соціальної роботи та мистецтв спеціальності 053 Психологія
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
м. Ніжин, Україна

Науковий керівник: ст. викл. кафедри загальної та практичної психології
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
м. Ніжин, Україна
Здоровець Т. Г.

ДО ПРОБЛЕМИ ДЕПРЕСИВНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Психологічні особливості підліткового віку розглядаються як кризові та пов'язані з перебудовою у трьох основних сферах: тілесній, психологічній та соціальній. На тілесному рівні відбуваються суттєві гормональні зміни, на соціальному рівні підліток займає проміжне положення між дитиною та дорослою людиною, на психологічному рівні підлітковий вік характеризується формуванням самосвідомості, «образу Я». При цьому афективні та поведінкові розлади підлітків сприймаються як природній стан, зумовлений віковими особливостями. З цієї причини депресивним підліткам, які характеризуються різкими коливаннями настрою, відсутністю