

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

На тему: «Особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та життєздатності у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном»

Студента (ки) 4 курсу групи ЗПС-41
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ
Климчук А.Ю.

Керівник психол.н., доцент закладу вищої освіти
кафедри прикладної психології факультету психології
Олена МИЛОСЛАВСЬКА

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

Вступ.....	3
РОЗДІЛ 1 ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА ЖИТТЄЗДАТНІСТЬ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	6
1.1 Поняття життєздатності в психологічній науці.....	6
1.2. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень.....	10
1.3 Зв'язок емоційного інтелекту та життєздатності	15
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ.....	18
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ЖИТТЄЗДАТНОСТІ У ОСІБ, ЩО МАЮТЬ ТИМЧАСОВИЙ ПРИХИСТОК ЗАКОРДОНОМ.....	20
2.1 Організація дослідження, огляд вибірки та методик.....	20
2.2 Інтерпретація результатів емпіричного дослідження.....	24
2.2.1 Аналіз розподілу.....	24
2.2.2 Порівняльний аналіз показника рис емоційного інтелекту у жінок та чоловіків.....	25
2.2.3 Особливості взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками рівня і структури емоційного інтелекту.....	27
2.2.4 Особливості взаємозв'язку між показниками показниками життєздатності та показниками рис емоційного інтелекту.....	31
2.2.5 Особливості взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками емоційного інтелекту.....	35
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ.....	39
ВИСНОВКИ.....	41
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	45

ВСТУП

Актуальність дослідження.

Війна, та як наслідок вимушена потреба в тимчасовому прихистку закордоном, кидає виклик науковцям та психологам з вирішення проблемного питання з покращення психологічного благополуччя таких осіб та підвищення їх життєздатності. Люди які вимушені були покинути свій дім через війну вимушені стикатися з стресогенними та травмуючими подіями не тільки через війну, а й через вимушену адаптацію у новому середовищі, такі постійні зміни накладають відбиток на сучасній людській психіці і вкрай важливо у такому середовищі мати змогу опановувати свій емоційний стан та тримати свою життєздатність у балансі. Тож, в наш час є дуже актуальним дослідження таких осіб, що мають тимчасовий прихисток закордоном, а саме взаємозв'язку емоційного інтелекту (далі EI) та життєздатності, адже воно заглиблює нас у психологічне та соціальне благополуччя цієї вразливої групи. У цій роботі ми ще глибше понуримося у особливості цього взаємозв'язку, тому що розуміння того як EI має вплив на такі процеси, як наприклад: адаптивність, прийняття рішень, загальну стійкість та механізми подолання тяжких, стресогенних ситуацій, дає нам данні для кращого розуміння того як можна ефективно втручатися у цей процес, як будувати процес та систему підтримки для тих людей, які стикаються з проблемами переміщення у інші країни як. До того ж розуміння особливості цього взаємозв'язку має велике значення у виникненні здорової спільноти за межами рідної країни та покращенню соціальної підтримки, що обумовлюється розумінням про життєдіяльність як здатність людини вибудовувати своє благополуччя та подальше життя на новій території. Наразі, також, ми бачимо як емоційний інтелект у цьому контексті є провідним механізмом який має втручання на міжособистісну сферу, ми бачимо це через розуміння впливу емоцій на наш стан думок та дій у повсякденному житті і у житті всієї країни. Отже, розуміння EI та свого рівня

життєздатності, підвищення обізнаності в цих сферах сприяє осмисленій побудові нових цілей для переміщених осіб, виробленню нових адаптивних систем та механізмів справляння зі стресовими факторами які виникають у осіб що мають тимчасовий прихисток за кордоном.

Мета дослідження: встановити особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та життєздатності у осіб що мають тимчасовий прихисток за кордоном.

Об'єкт – життєздатність.

Предмет – зв'язок емоційного інтелекту та життєздатності у осіб що мають тимчасовий прихисток за кордоном.

Гіпотеза - у людей які мають тимчасовий прихисток за кордоном можна визначити особливості взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та життєздатністю. Припустимо, що якщо у людей високий рівень емоційного інтелекту то він має сприяти підвищенню життєздатності, у тих людей які мають тимчасовий прихисток за кордоном через війну.

Завдання:

1. Зробити теоретичний аналіз джерел з проблем ЕІ та життєздатності в психологічній науці
2. Порівняти та встановити взаємозв'язки між емоційним інтелектом та життєздатністю у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном
3. Встановити особливості взаємозв'язку між емоційним інтелектом та життєздатністю у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном

Методи дослідження:

- 1) *Теоретичні:* аналіз та узагальнення наукової літератури з досліджуваної проблематики емоційного інтелекту та життєздатності.
- 2) *Математико-статистичні:* перевірка вибірок на нормальність розподілу проходила з використання критерію узгодженості Колмогорова-Смірнова. Для оцінки відмінності результатів було використано критерій

Манна-Уїтні, а для встановлення взаємозв'язку - коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Методики:

- 1) Опитувальник «Риси емоційного інтелекту» (К.В. Петрідес);
- 2) «Опитувальник емоційного інтелекту» (К. Барчард);
- 3) Методика «Життєздатність особистості»;
- 4) Методика «Оцінювання рівня і структури ЕІ особистості» (М. Манойлова).

Характеристика вибірки: В дослідженні прийняли участь 70 повнолітніх осіб різного віку, які мають тимчасовий прихисток закордоном. Для розгляду відмінностей та взаємозв'язків за метою нашого дослідження, було прийнято рішення розділити учасників на дві групи за критерієм статі.

РОЗДІЛ 1

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА ЖИТТЄЗДАТНІСТЬ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

1.1. Поняття життєздатності в психологічній науці

На етапі розвитку наукових знань, в різних контекстах стало предметом і реальністю для в багатьох наукових дисциплін і гуманітарних практик дослідження питання з цінності людського життя та благополуччя. Саме тому питання життєздатності, відображене в концепції людського капіталу та благополуччя, залишається невирішеним і сьогодні. Людський капітал є найважливішим загальним індикатором економічного і політичного стану країни та глобальним стратегічним ресурсом добробуту будь-якої країни та соціальної системи. Життєздатність людини, разом з такими поняттями, як здатність до праці, інновацій та навчання, є фундаментальною складовою людського капіталу, яка не тільки потребує всебічного врахування в соціальних міжвідносинах, суспільному житті, управлінській практиці, але й вважається такою, що потребує особливої уваги в когнітивній теорії.

Швидко зростаючий приріст населення, безробіття, біженців, вимушена міграція, погіршення екологічного середовища, складна структура населення – це реалії сучасного суспільства. Економічні, політичні та демографічні процеси, які відбуваються в Україні, докорінно змінюють соціальну сферу нашого суспільного життя. Умови життя сучасних людей призвели до загального зниження почуття безпеки та захищеності сучасних людей. Ситуації, що загрожують життю в сучасному світі, все частіше стають звичним атрибутом так званого мирного життя. [4]

У ситуаціях, що загрожують життю, соціальному чи психічному благополуччю людини, значною мірою виявляється її здатність протистояти складнощам і стресу. Концепція життєздатності охоплює оптимальне використання психологічних ресурсів індивіда в несприятливих обставинах, що виражається в «психологічній жвавості» та «підвищеній продуктивності»

в подібних умовах. Формування й реалізація життєздатності визначаються як факторами зовнішнього середовища, так і внутрішніми психологічними характеристиками особистості, а також специфікою ситуацій взаємодії людини із світом.

Термін «життєздатність» володіє багатьма значеннями, що свідчить про його неоднозначність у психологічній науці.[4] Різноманітність трактувань відображає відсутність єдиного уявлення про те, які саме особистісні риси формують здатність справлятися зі складними життєвими обставинами.

У своїй дисертації Є. В. Карпенко розглядала життєздатність поруч із поняттями «життя», «життєдіяльність» та «життєтворчість». Вона показала, що філософсько-психологічні підходи до цих явищ ґрунтуються на класичній (субстанційно-есенціальній) та некласичній (феноменологічно-екзистенційній) парадигмах. Водночас у психологічній практиці ширше використовується термін «життєдіяльність», а «життєздійснення» часто вважають його синонімом.[3]

Виділивши в життєздійсненні проектно-моделювальний і реалізаційний аспекти, Є. В. Карпенко зосередила увагу на діалектиці життєвих прагнень і завдань, розкривши сам процес самовизначення як прийняття життєвих виборів. Вона показала, що акти самовизначення формуються під впливом як ірраціональних, так і раціональних чинників, які мають подібне значення до структур емоційного інтелекту. Також вперше було введено поняття «дискурс життєздійснення особистості» як єдиного процесу психічного моделювання й реалізації сенсів і цілей, важливих для людини.[7]

Відповідно до сучасних досліджень, життєдіяльність ґрунтується на накопиченому досвіді та умовах поточної ситуації й проявляється через мовленнєві практики — наприклад, розповіді про своє життя, метафоричні тексти чи творчі продукти. Було встановлено, що мотивація поведінки тісно

пов'язана з діяльністю й має чітку цільову спрямованість, сприяючи реалізації цінностей через стратегію пошуку сенсу. [3]

Зарубіжні дослідження сталого розвитку в останні роки зосереджені на розвитку конструктивного підходу, який вважає, що активний життєвий статус людини відіграє провідну роль у підтримці власної життєдіяльності. Наприклад, у контексті розвитку кар'єри життєздатність розглядається як невід'ємна складова кар'єрного росту та розвитку. Дж. Кідд навіть говорив про особливу професійну стійкість і визначав її як здатність справлятися зі «злетами і падіннями» професійної діяльності, яка досягається завдяки впевненості в собі, надії і почуттю власної гідності.[5]

Звичайно, на сьогодні в психології простежується ціла низка понять, які за змістом є наближеними до поняття «життєздатність». Зокрема, Д. Леонтьєв вводить «особистісний потенціал» як інтегральну характеристику зрілості, а Б. Братусь підкреслює роль цього потенціалу у розвитку особистості. Життєздатність також пов'язують із поняттям копінгу — індивідуального способу взаємодії із ситуацією, що враховує її значущість і психологічні ресурси людини. [5]

Одним із найпоширеніших феноменів у цій тематиці є «стійкість» тобто інтегральна характеристика, яка визначає стресостійкість і складається з життєзабезпечення (трансформаційного копінгу), позитивного ставлення до оточуючих та трьох установок: залученості, контролю й прийняття ризику.[4] Під контролем розуміють віру в можливість впливу на хід подій, а прийняття ризику як усвідомлення стресу і змін як природної частини життя, що сприяє розвитку.

Таким чином, стійкість виступає ключовою змінною життєздатності і одночасно важливим об'єктом її наукового вивчення. О. Андронікова запропонувала поняття «віктимологічного потенціалу», яке охоплює

індивідуальну та групову віктимізацію, процес віктимізації і функціональні механізми відносин «жертва—злочинець». Нові дослідження звертають увагу на те, що відбувається з людиною після подолання стресу — у «посткризових» ситуаціях її подальшого життя. Тут важливим є поняття «віктимності» як рис, що сприяють дезадаптивному реагуванню та шкодять здоров'ю.[4]

Протилежним до життєздатності є «психологічна безпорадність», яка поділяється на вивчену та особистісну безпорадність. Перші дослідження з цієї теми провели біхевіористи 1960-х років. Безпорадність проявляється через пасивність, емоційні й когнітивні дефіцити, песимістичний стиль атрибуції (негативні події — як постійні, позитивні — як тимчасові) і контрастує з активним та оптимістичним ставленням, властивим життєздатним індивідам.[10]

В свою чергу цей генетичний зв'язок між стійкістю й безпорадністю виявляється в тому, що обидві реакції виникають у відповідь на екстремальні події (стресогенні, психотравматичні тощо). У людини з ознаками безпорадності психологічна травма може призвести до психопатології так само, як і фізична травма [4].

Отже, виражена безпорадність характеризується зниженою суб'єктивністю, що обмежує здатність керувати реальністю, ставити цілі та долати труднощі. Порушення цілісності особистості, виявлене в дисбалансі її якостей, суттєво знижує продуктивність діяльності та формує несприятливі моделі поведінки й соціально-психологічні риси. Життєздатність, як біполярна властивість, передбачає збереження цілісності особистості та поєднання характеристик, що забезпечують успішність діяльності й позитивний прояв у поведінковій сфері. У психологічному контексті життєздатність розглядають двома підходами: перший (за Махначем та Лактіоною) визначає її як здатність управління особистими ресурсами відповідно до соціальних і культурних

вимог, другий (за Нестеровою), як комплексну якість, що поєднує індивідуальні та соціопсихологічні здібності для ефективної адаптації й розвитку в складних обставинах життя [10]

1.2. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень

За умов кардинальних соціально-економічних та політичних трансформацій в Україні надзвичайно важливо вміти пристосовуватися до змінних обставин, а також розпізнавати й аналізувати емоційні стани власні та оточуючих. Саме ці навички розглядаються в контексті концепції емоційного інтелекту.

Хоча термін «емоційний інтелект» у психології з'явився відносно нещодавно, питання співвідношення «емоцій» і «інтелекту» сягає корінням праць Платона, Аристотеля, Баруха Спінози, Рене Декарта та інших філософів. Попри те, що Г. Майєр уже в 1908 році порушив проблему афективного мислення, системне вивчення взаємодії когнітивних і афективних процесів почалося тільки з середини XX століття [8].

Серед вітчизняних і зарубіжних науковців досі немає єдиної думки щодо переваг, які дає високий рівень емоційного інтелекту. За Г. Гоулманом, люди з розвиненим емоційним інтелектом демонструють високу соціальну активність і продуктивність, досягають успіху, живуть насиченим подіями життям, рідко охоплені тривожними думками та в міжособистісній взаємодії дотримуються етичних норм [19]. Натомість особи з недостатнім рівнем цих навичок схильні до різких коливань настрою, що негативно впливає на їхню ефективність [12, 64].

За переконанням Г. І. Меднікової, емоційний інтелект надає особистості гнучкості у соціальній взаємодії завдяки здатності контролювати внутрішні імпульси [9, с. 42]. Водночас американські психологи С. Андерсон, Дж. В. Кіаррочі та Ф. П. Дін стверджують, що надмірна чутливість до емоційного

стану інших, як позитивного, так і негативного, може спричиняти ризик виникнення депресивних розладів. [13, с. 68] Отже, певний рівень емоційної інертності також може мати свої переваги.

М. А. Кузнецов зазначає, що сам по собі емоційний інтелект не гарантує успіху, та водночас він може виступати каталізатором для досягнення поставлених цілей. [1, с. 73–74] З цього випливає, що без практичного застосування будь-які навички залишаються «сплячими». Незважаючи на різноманітність підходів до цієї проблеми, більшість дослідників, які працюють над аналогічними темами, сходяться на думці, що вміння керувати емоціями є невід’ємною умовою успішної соціальної інтеграції. Отже, розвиток цієї навички є життєво необхідним.

У зв’язку з вищевикладеним виникає протиріччя між актуальністю досліджень емоційного інтелекту для структури особистості, з одного боку, та нестачею досліджень структурних і функціональних характеристик емоційного інтелекту як конструкту, з іншого. Це питання дослідження пов’язане з ідентифікацією та підтвердженням емоційного інтелекту як особистісного конструкту в різних школах психології.

Згідно з науковими підходами, емоційний інтелект уявляє собою здатність розпізнавати й усвідомлювати власні емоції, а також емоційні стани інших людей, і управляти ними. Його досліджують як чинник життєвого успіху, ефективності комунікації та соціальної взаємодії, а також як показник психічного й фізичного здоров’я. Емоційний інтелект розглядають як підкомпонент соціального інтелекту, що включає навички спостереження, диференціації почуттів і використання цієї інформації для регуляції мислення та поведінки. Особистісні риси є фундаментом для формування емоційного інтелекту, проте його показники не мають сильної кореляції зі шкалами «Великої п’ятірки». Загальний рівень емоційного інтелекту корелює з такими якостями, як чесність, довіра, інтуїція, маскуліність і лідерські здібності.

Емоційний інтелект це здатність до інтелектуальності, що тісно пов'язана із розумінням емоційних проявів людей та їх керуванням, що сприяє професійному успіху й ефективному менеджменту. Для успішного взаєморозуміння важливі мнемічні, цільові, емпатійні та нормативні умови й низький рівень агресивності. Емоційний інтелект включає процеси об'єктивації, вербалізації й розвиток навичок контролю як міжособистісних, так і внутрішньоособистісних емоцій. [8]

Як ми вже казали, наразі в Україні відбулося багато стресогенних і травматичних подій, які негативно позначилися на психічному й психологічному стані населення. Сучасна людина стикається з новими викликами, що вимагають значних внутрішніх ресурсів, високої життєстійкості та вміння розподіляти й керувати негативними емоціями.

Останні роки в психології активно досліджуються адаптаційні можливості особистості, її ресурси, життєздатність та психологічна резилентність. Також зростає інтерес до вивчення емоційного інтелекту (EI) та його впливу на життєстійкість. Життєстійкість - це особистісна характеристика, що дозволяє особистості подолати негативні обставини життя. Вона базується на трьох настановах: включеності, контролі та прийнятті ризику. Включеність означає упевненість в тому, що участь у всьому, що відбувається, дозволяє знайти щось цінне та цікаве. Контроль - це впевненість в тому, що боротьба дозволяє вплинути на результат, навіть якщо успіх не гарантований. Прийняття ризику - це переконання в тому, що все, що відбувається, сприяє розвитку. Емоційний інтелект, в цьому контексті виступає здатністю розуміти власні емоції та емоції оточуючих, щоб досягти своїх цілей. Він є показником соціальної адаптації людини. [10]

Емоційний інтелект є вирішальним аспектом психологічних досліджень, який передбачає когнітивні здібності, пов'язані з обробкою емоційної інформації. Це вміння стежити за своїми та чужими емоціями та використовувати цю інформацію в різних видах діяльності. Емоційний

інтелект включає здатність керувати емоціями, які спонукають до дій, розуміти емоції інших, емоційну обізнаність, впливати на емоції інших, розрізняти справжні емоції та їх імітацію, визначати причини та наслідки емоцій. Розвиток емоційного інтелекту необхідний для успішної інтеграції в суспільство, і наукові дослідження, проведені в Європі та США, свідчать про успішність роботи в цьому напрямку.

Емоційний інтелект – це вимірювана здатність, яку можна розвинути шляхом цілеспрямованого зовнішнього навчання. Є чотири компоненти емоційного інтелекту: сприйняття, використання наших емоцій для підвищення ефективності, розуміння й аналіз своїх емоцій і свідоме управління емоціями. Розвиток емоційного інтелекту може благотворно вплинути на психічне здоров'я та зменшити асоціальну поведінку серед школярів. Емоції часто передують раціональному мисленню, а емоційні реакції є ключовим фактором особистого успіху. Емоційний інтелект є дуже важливим для професіоналів характеристикою, які спілкуються з дітьми, і може вплинути на задоволеність роботою, а також ефективного управління. [11]

Запропонована модель емоційного інтелекту поєднує знання та навички в емоційній сфері з особистісними якостями; емоційна грамотність за визначенням К. Штайнера - це емоційний інтелект, що фокусується на любові як центральному ставленні до життя. Так воно і є, любов - як базове емоційне ставлення знаходиться в центрі психічного і духовного життя людини, емоційно здорові люди є емоційно чутливими і не тільки розуміють свої емоції, але й усвідомлюють інтенсивність цих емоцій, причини їх виникнення та можливі наслідки їх емоційного вираження. Теорія емоційної грамотності ґрунтується на концепції Е. Берна про транзакційний аналіз як спосіб вивчення міжособистісних стосунків з раціональної точки зору. Радикальність транзактного аналізу в епоху психоаналізу полягала в ідеї, що можна лікувати емоційні проблеми, навчившись ефективніше взаємодіяти в соціальних транзакціях, а не зосереджуватися на розумінні внутрішнього конфлікту.

Емоційна грамотність вимагає вміння прислухатися до своїх емоцій та продуктивно їх виражати. Практичний виклик емоційної грамотності полягає в тому, щоб розвивати стосунки від емоційної анестезії, підозрілості та страху до продуктивної комунікації в атмосфері підтримки та розуміння. Емоційна сила людини полягає в емоційно насиченому житті. Люди потребують близькості, глибоких почуттів, турботи, емпатії та залучення. Вони хочуть розуміти інших, бути почутими, любити і бути коханими.

Емоційна грамотність - це набір навичок, що вміщає в собі усвідомлення власних емоцій, здатність співпереживати, вміння керувати власними емоціями, здатність визнавати емоційні помилки та вміння інтегрувати ці емоційні навички для покращення емоційної взаємодії. Емоційний інтелект ми можемо розглянути і як компонент у сфері емоційного самовираження, основним завданням якого є сприяння особистісному розвитку, ефективності міжособистісної взаємодії та професійної діяльності. Емоційна компетентність є інтеграцією знань і спеціальних навичок в емоційній сфері та відноситься до особистісних якостей, які дають можливість людині успішно долати різні життєві ситуації, саморозвиватися і збагачуватися. Емоційна грамотність - це особистісна та професійна програма для побудови ефективних партнерських відносин, яка допомагає розвивати емоційну компетентність людини. Формування нашого емоційного інтелекту сильно визначається нашими особистісними, індивідуальними та соціокультурними умовами життя. Основна мета розвитку емоційної грамотності - використовувати емоційну емпатію для налагодження зв'язків та покращення якості життя, даючи можливість людям співпрацювати, не піддаючись маніпуляціям та контролю. Подальші дослідження основи емоційного інтелекту, його розвитку, емоційної компетентності та емоційної грамотності допоможуть прогнозувати індивідуальний розвиток особистостей у відповідь на соціальні запити, підвищити самосвідомість та покращити резистентність до стресових умов та ситуацій які можуть відбуватися з особами які мають тимчасовий прихисток закордоном через війну . [6]

1.3. Зв'язок емоційного інтелекту та життєздатності

Визначившись з основними поняттями життєздатності та емоційного інтелекту в нашій роботі, доречно було б звернутися до теоретичного зв'язку емоційного інтелекту та життєздатності та більш глибоко поглянути на вже зроблені дослідження у цій темі, розглянути особливості які помітили інші дослідники в своїх роботах та дійти до висновків щодо зв'язку цих двох понять у науці.

Дослідженням зв'язку ЕІ та життєздатності займалися: Деніел Гоулман – який популяризував концепцію емоційного інтелекту у своїй книзі "Емоційний інтелект" (1995) [19], Пітер Саловей і Джон Майер [23] вони в свою чергу вивчали, як емоційний інтелект впливає на ефективність вирішення проблем, стресостійкість та адаптацію до змін, що є важливими складовими життєздатності у особистості, Річард Девідсон [18] – нейробіолог, який вивчав зв'язок між емоціями та нейропластичністю мозку, та інші. Всіх їх об'єднує те, що їх праці створюють основу для розуміння того, як емоційний інтелект сприяє підвищенню життєздатності та психологічної стійкості, допомагаючи людині адаптуватися до змін і викликів сучасного світу.

Розглянувши детальніше книгу Д. Гоулмана, яку ми вже згадували раніше, ми можемо побачити, що емоційний інтелект сприяє ефективній регуляції емоцій, що є критично важливим для розвитку життєздатності. Високий рівень самосвідомості у контексті ЕІ дозволяє людині чітко розуміти свої сильні та слабкі сторони, що допомагає їй у вибудові нових ефективних стратегій подолання труднощів. [19] Інше дослідження, проведене С. Девід, показує, що люди, які володіють високим рівнем емоційної гнучкості, краще адаптуються до змін та ефективніше долають стресові ситуації, саме вона досліджувала концепцію "емоційної гнучкості" (emotional agility) в своїй роботі, що являє собою здатність людини усвідомлювати свої емоції без придушення чи надмірного реагування на них. Вона довела, що люди з розвиненою емоційною

гнучкістю краще справляються зі стресом, адаптуються до змін і мають вищий рівень стійкості до труднощів. [17]

Важливо вказати, що ці дослідження вже підтверджують здатність до емоційного усвідомлення та управління емоціями що є складовими емоційного інтелекту безпосередньо впливати на те, наскільки людина може швидко відновлюватися після труднощів і будування життєстійкості що є складовою поняття життєздатності. Дослідження, проведене в Гарвардському університеті, в США, доводить, що люди з розвиненим емоційним інтелектом мають вищий рівень соціальної підтримки, що є ключовим фактором життєздатності. [21]

З цього випливає, що соціальні зв'язки допомагають людині не лише отримувати підтримку під час кризових періодів, а й формувати відчуття власної цінності та впевненості в собі. Емпатія, як одна зі складових емоційного інтелекту, дозволяє створювати та підтримувати здорові взаємовідносини між людьми, що в свою чергу підвищує стійкість до життєвих негараздів. До того ж, наукові спостереження підтверджують, що розвиток емоційного інтелекту сприяє зменшенню рівня тривожності та депресивних станів, що в результаті буде підвищувати життєздатність особи. Це пояснюється тим, що людина, яка вміє керувати своїми емоціями, краще справляється з негативними переживаннями, що знижує вплив стресу на організм. Наприклад, у статті «Взаємозв'язок життєстійкості та емоційного інтелекту в юнаків та дівчат» зазначається, що було встановлено зв'язок зв'язок між життєстійкістю та такими складовими емоційного інтелекту як емоційною обізнаністю, самомотивацією, керуванням емоціями. [10] Також із особливого тут було те, що на вибірці юнаків та дівчат був помічений зв'язок між включеністю в роботу та емпатією, між керуванням емоціями та схильністю до ризику. Це свідчить про те, що емоційний інтелект сприяє розвитку життєстійкості, яка є ключовим компонентом життєздатності. Таким чином численні результати досліджень можуть вказувати на те, що емоційний інтелект є невід'ємною складовою життєздатності. Отже, його розвиток

сприяє покращенню соціальної взаємодії між людьми, підвищенню рівня адаптивності в різних стресогенних ситуаціях та зниженню впливу стресових факторів на психіку людини.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

У цьому розділі досліджено теоретичний взаємозв'язок між емоційним інтелектом і життєздатністю, підкреслено важливість обох понять у психологічних дослідженнях і важливість розгляду особливостей взаємозв'язку цих понять. Визначено методи дослідження життєздатності, зокрема когнітивні поведінкові підходи та роль емоційного інтелекту в подоланні життєвих проблем.

Особиста життєстійкість, що входить до визначення життєдіяльності означає здатність людини протистояти життєвим викликам, адаптуватися до змін і перетворювати виклики на можливості для особистісного зростання. Вона включає когнітивні, емоційні та соціальні аспекти, які можуть підвищити стійкість перед обличчям невизначеності та стресу за умов вимушеної зміни місця проживання. В такому разі, емоційний інтелект в свою чергу, відіграє важливу роль у формуванні особистих характеристик, таких як емпатія, соціальна згуртованість і успіх у міжособистісному спілкуванні.

У процесі вивчення теоретичних підходів до понять «життєздатність» і «емоційний інтелект» було з'ясовано, що обидва ці конструкти надзвичайно багатовимірні й інтегративні. Життєздатність розглядають як здатність людини зберігати власну цілісність, адаптуватися до стресових чи небезпечних обставин, активно долати виклики й відновлюватися після них. Вона формується під впливом як зовнішніх (соціокультурних, економічних, екологічних), так і внутрішніх (особистісно-психологічних) чинників; спорідненими з нею феноменами є стійкість, копінг-стратегії, потенціал особистості та ін.

Емоційний інтелект, у свою чергу, постає як сукупність когнітивно-афективних умінь: розпізнавати власні емоції, регулювати їх, усвідомлювати почуття інших, використовувати емоції для мотивації та прийняття рішень. Його ключові компоненти це мозково-афективне сприйняття, емоційна

гнучкість, емпатія та управління емоційними реакціями що сформовані як у зарубіжних, так і вітчизняних концепціях.

Теоретичні та емпіричні дослідження демонструють, що між емоційним інтелектом і життєздатністю існує тісний і двосторонній зв'язок. З одного боку, високий рівень емоційної саморегуляції та усвідомлення власних почуттів сприяє більш ефективній адаптації до складних обставин і підвищує стресостійкість. З іншого боку, розвинена емпатія і міжособистісні навички дозволяють створювати підтримуючі соціальні мережі, які є критично важливим ресурсом у кризових ситуаціях.

Отже, життєздатність і емоційний інтелект взаємно підсилюють одне одного: емоційна компетентність дає змогу гнучко реагувати на виклики й відновлювати внутрішню рівновагу, а здатність долати труднощі та зберігати психологічну стійкість сприяє подальшому розвитку емпатії, емоційної обізнаності та ефективних соціальних взаємовідносин. Такий інтегративний підхід відкриває перспективи розробки програм підтримки психологічного благополуччя та стійкості, особливо для тих, хто опинився в екстремальних або кризових життєвих умовах.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ЖИТТЄЗДАТНОСТІ У ОСІБ, ЩО МАЮТЬ ТИМЧАСОВИЙ ПРИХИСТОК ЗАКОРДОНОМ

2.1 Організація дослідження, огляд вибірки та методик

Об'єктом дослідження виступає життєздатність.

Предмет становить особливість зв'язку ЕІ та життєздатності у осіб що мають тимчасовий прихисток закордоном.

Мета - Дослідження підпорядковано меті виявити особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та життєздатності у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном.

Гіпотеза – у людей які мають тимчасовий прихисток закордоном можна визначити особливості взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та життєздатністю. Припустимо, що якщо у людей високий рівень емоційного інтелекту то він має сприяти підвищенню життєздатності, у тих людей які мають тимчасовий прихисток за кордоном через війну.

Завдання:

1. Порівняти та встановити взаємозв'язки між емоційним інтелектом та життєздатністю у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном

2. Встановити особливості взаємозв'язку між емоційним інтелектом та життєздатністю у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном

Для досягнення основної мети дослідження ми використовувати методики-опитувальники в яких є так звана шкала з числовою градацією відповідей якими досліджувані в ході проведення методики відповідають на поставленні запитання або речення , тим самим надавши нам більш уточнюючі результати для подальшого аналізу.

Окрім цього, для запобігання ситуації недостатньої відвертості, перед проходження методик учасників було проінформовано, що їм гарантується

конфіденційність результатів (досліджувані також не вказували своє ім'я) та стандартне відзначення, що неправильних відповідей у методиках немає.

Для вирішення поставлених завдань було використано наступні методи:

Теоретичні. Аналіз та узагальнення наукової літератури з досліджуваної проблематики взаємозв'язку ЕІ та життєздатності у осіб що мають тимчасовий прихисток закордоном.

Методики. Для дослідження особливостей ЕІ та життєздатності було обрано наступні методики: Опитувальник «Риси емоційного інтелекту» (К.В. Петрідес)[22], «Опитувальник емоційного інтелекту» (К. Барчард)[14], методика «Життєздатність особистості» [2], методика «оцінювання рівня і структури ЕІ особистості» (М. Манойлова) [15].

1. *Опитувальник «Риси емоційного інтелекту» (К.В. Петрідес).* Цей опитувальник «Риси емоційного інтелекту» (TEIQue-SF), де поняття SF можна використовувати в дослідницьких планах з обмеженим експериментальним часом або де ознака ЕІ є периферійною змінною, що підходить для нашої роботи як для вимірювання емоційного інтелекту як особистісної риси особистості. Цей опитувальник оцінює самосприйняття людини щодо власних емоційних здібностей у чотирьох сферах таких як: 1) Благополуччя, 2) Самоконтроль, 3) Емоційність і 4) Соціальність. Опитувальник складається з 30 пунктів із 7-бальною шкалою оцінки. Вищі результати які ми отримаємо вказують на кращу здатність керувати своїми емоціями, розуміти себе та інших, адаптуватися до соціальних ситуацій і знижувати вплив стресу на особистість. [22]

2. *«Опитувальник емоційного інтелекту» (К. Барчард)*

Цей опитувальник дозволяє оцінити рівень емоційного інтелекту людини через те, що включає в себе 68 питань, які вимірюються за 5-бальною шкалою. У опитувальнику 7 шкал. Тобто, цей опитувальник спрямований на оцінку різних аспектів ЕІ, що покращує та уточнює розуміння до

усвідомлюваності досліджуваних свого емоційного інтелекту. За інструкцією досліджуваний повинен була вибрати відповідь, яка найкраще відповідає її звичайній поведінці. Зважаючи на результати цього опитувальника ми зможемо прослідкувати взаємозв'язок ЕІ та життєздатності і знайти кореляційні залежності шкал , щоб зрозуміти наскільки вплив (підвищення/зниження) однієї шкали тягне за собою інший параметр.[14]

3. Методика «Життєздатність особистості»

Ця методика призначена для визначення рівня життєздатності особистості та включає оцінку здатності до самореалізації, адаптації та подолання життєвих труднощів. В її основу покладено розуміння життєздатності як цілісної властивості, що забезпечує саморегуляцію, інтеграцію та позитивну адаптацію в екстремальних умовах. Формування цієї якості зумовлюється наявністю чіткої системи життєвих цілей і цінностей, механізмів захисної й долаючої поведінки, а також умінь позитивної рефлексії, планування наперед і активного залучення соціальної підтримки задля виходу з кризи. Опитувальник має 96 тверджень, з якими респондент може погодитися або не погодитися за шестибальною шкалою (від «абсолютно не згоден» до «абсолютно згоден»). Усі пункти структуруються за вісьмома шкалами [2].

4.Методика «оцінювання рівня і структури ЕІ особистості» (М. Манойлова)

Ця методика дозволяє не лише виміряти загальний рівень емоційного інтелекту, а й проаналізувати його структурні компоненти. Респондент отримує 40 тверджень і оцінює ступінь своєї згоди за п'ятибальною шкалою. Інструмент включає чотири субшкали та три інтегральні індекси: загальний рівень емоційного інтелекту, а також окремо внутрішньоособистісний і міжособистісний його аспекти. Опитувальник Манойлової побудований на основі змішаної моделі емоційного інтелекту, яка розглядає його як сукупність некогнітивних здібностей і навичок [15].

Дані методики дозволять нам визначити рівень ЕІ та життєздатності у досліджуваних та прослідкувати взаємозв'язок цих двох структур у

подальшому досліджуванні. Зазначені методики дадуть більший погляд на рівень та стан ЕІ та життєздатності особистостей, що мають тимчасовий прихисток закордоном. В свою чергу життєздатність як така в своїй методиці (Методика «Життєздатність особистості») буде включати запитання, що належать до визначення навичок до адаптації, сенсожиттєвих цінностей, саморегулюванні, змоги долати труднющі тощо. Дві інші методики направлені на ЕІ допоможуть зрозуміти загальний стан ЕІ у досліджуваних і допомогти прослідкувати взаємозв'язки які можливо будуть наявні між цімома двома структурами

Математико-статистичні методи.

Перевірка вибірки на нормальність розподілу проходила з використання критерію узгодженості Колмогорова-Смірнова. Для оцінки відмінностей результатів було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Для оцінки відмінностей між досліджуваними незалежними вибірками було використано U-критерій Манна-Уїтні.

Характеристика вибірки.

Зважаючи на мету дослідження, нами було опитано 70 людей різного віку та статі, які мають тимчасовий прихисток закордоном. У подальшому, ми розглянули відмінності та взаємозв'язки за метою нашого дослідження, розділивши всіх учасників (серед них 38 жінок та 32 чоловіка), на дві групи за критерієм статі.

Відповідно до поставленої мети і задач було відібрано саме тих людей які мають тимчасовий прихисток закордоном. Після етапу мотивування, учасників було ознайомлено із інструкціями до кожної з методик.

Перевірка вибірок на нормальність розподіл за критерієм Колмогорова-Смірнова. Первинна обробка та структурування даних відбувалися в програмі Excel, статистична обробка здійснена з використанням Excel та комп'ютерної програми для статистичної обробки даних SPSS. На завершальних етапах дослідження проведено аналіз та інтерпретацію отриманих даних, формулювання узагальнюючих висновків.

2.2 Інтерпретація результатів емпіричного дослідження

2.2.1 Аналіз розподілу

Для перевірки даних на нормальність розподілу було використано критерій Колмогорова-Смірнова. Критерій продемонстрував, що розподіл відрізняється від нормального. Приклади результатів представлені на діаграмах (рис. 1, рис. 2, рис. 3).

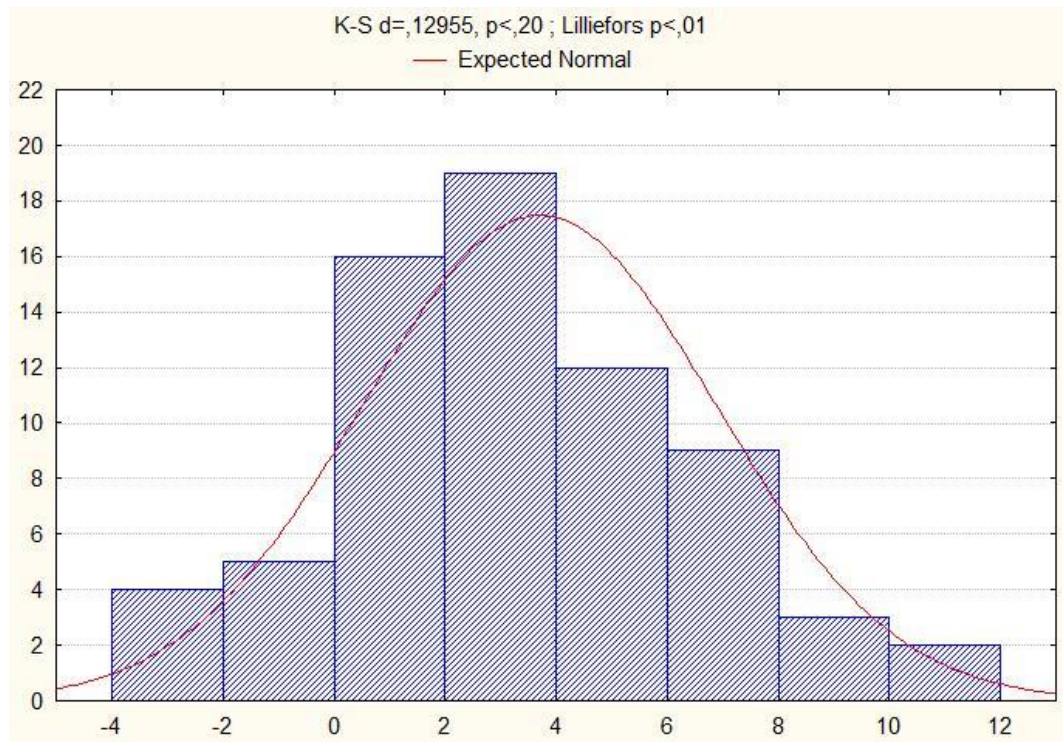


Рис. 1 – Результат перевірки на нормальність розподілу

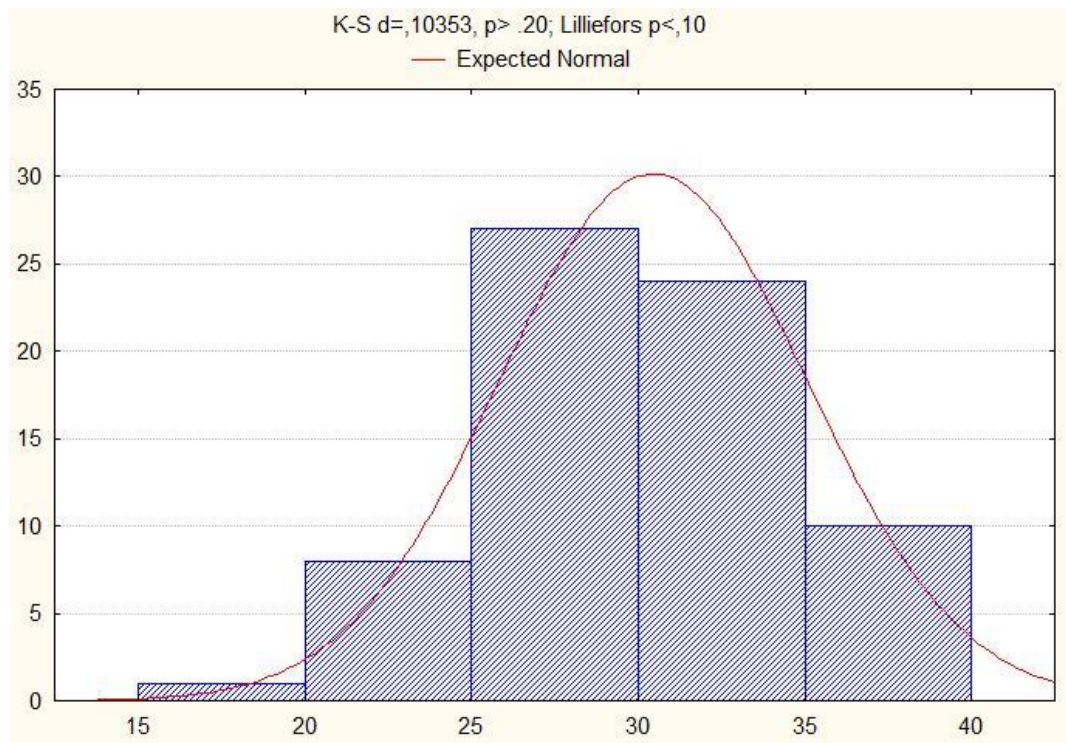


Рис. 2 – Результат перевірки на нормальність розподілу

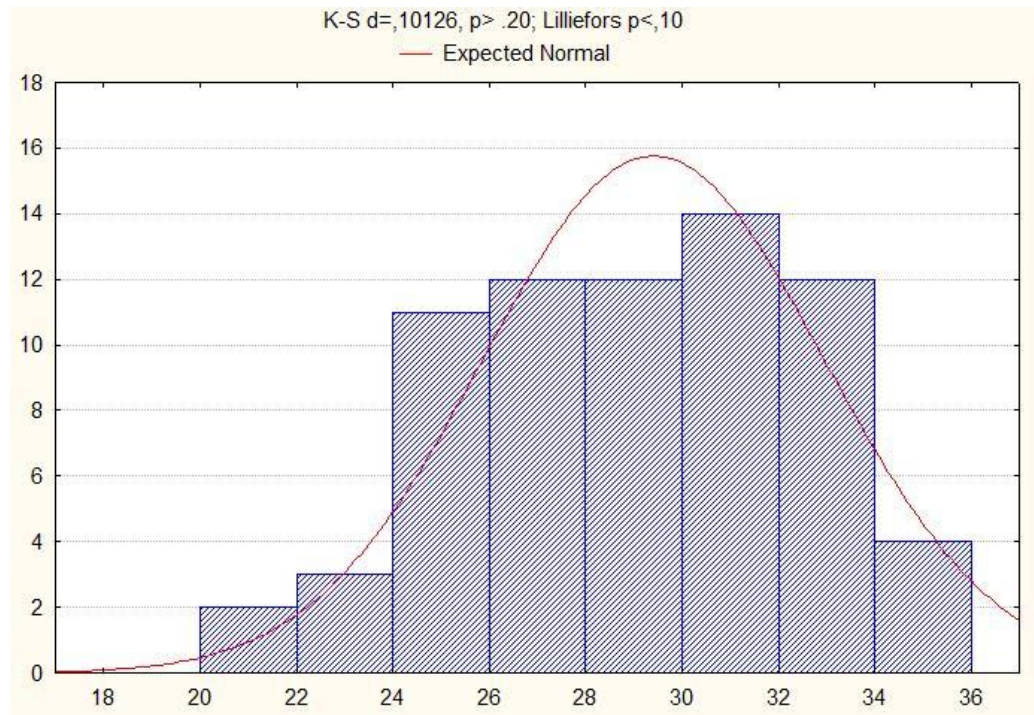


Рис. 3 – Результат перевірки на нормальність розподілу

2.2.2 Порівняльний аналіз показника рис емоційного інтелекту у жінок та чоловіків

Виходячи з результатів перевірки на нормальність розподілу, в нашому дослідженні було обрано взяти непараметричний критерій U Манна-Уїтні для подальшого аналізу. Результати представлені у таблиці 2.1

Таблиця 2.1

Показники рис емоційного інтелекту у жінок та чоловіків (U)

Шкали	Сума рангів (жінки)	Сума рангів (чоловіки)	U	p
Благополуччя	1453,5	1031,5	535,5	0,417
Самоконтроль	1322,5	1162,5	542,5	0,466
Емоційність	1556,5	928,5	432,5	0,0415*
Соціальність	1431,5	1053,5	557,5	0,581

Примітка: * $p \leq 0,05$

Як свідчать дані, наведені у таблиці, за шкалою «Емоційність» ($U = 432,5$, $p \leq 0,05$), показник у групі жінок вірогідно перевищує показник за цією шкалою у групі чоловіків.

Статистично значущі відмінності демонструють, що жінки в нашій вибірці мають більшу схильність до яскравого вираження почуттів і глибшого емоційного занурення, тобто вони частіше відзначають інтенсивні переживання, емоційну відкритість та здатність до емпатії, ніж чоловіки.

За іншими шкалами статистично значущих відмінностей не визначено, а саме: за шкалою за шкалою «Благополуччя» ($U = 535,5$) — рівень загального психологічного комфорту й задоволеності життям у жінок і чоловіків однаковий; за шкалою «Самоконтроль» ($U = 542,5$) — і жінки, і чоловіки демонструють подібну здатність стримувати емоційні імпульси та підтримувати внутрішню рівновагу; за шкалою «Соціальність» ($U = 557,5$) — обидві групи однаково активно встановлюють міжособистісні контакти та надають емоційну підтримку іншим.

Відсутність відмінностей між досліджуваними групами дозволяє стверджувати, що дані показники як у групі жінок, так і у групі чоловіків знаходяться на одному рівні, і їм однаково притаманними є наступні їх прояви: стійке відчуття задоволеності власним життям, оптимізм і внутрішня гармонія; здатність керувати власними емоціями і стресовими реакціями, зберігати холодний розум у складних ситуаціях; активна участь у соціальних взаємодіях, вміння налагоджувати контакти та ефективно співпрацювати з іншими.

Щодо порівняльного аналізу інших парадигм, таких як: показника рівня і структури емоційного інтелекту у жінок та чоловіків, показника емоційного інтелекту у жінок та чоловіків та показника життєздатності у жінок та чоловіків - статистично значущих відмінностей не виявлено.

Відсутність відмінностей між досліджуваними групами дозволяє стверджувати, що дані показники як у групі жінок, так і у групі чоловіків знаходяться на одному рівні, і їм однаково притаманними є наступні їх прояви: здатність усвідомлювати власні емоції та інтонації в різних ситуаціях; навички управління емоційними імпульсами й регулювання стресу; спроможність розпізнавати та розуміти емоції інших людей; вміння проявляти емпатію та підтримувати емоційний контакт; гармонійне поєднання самосвідомості, саморегуляції, мотивації, емпатії та соціальних навичок; внутрішня стійкість і оптимізм у подоланні життєвих труднощів; адаптивність і гнучкість у поведінкових стратегіях; уміння організовувати власну діяльність і планувати ресурси; збереження високого рівня активності та ініціативи за різних умов.

2.2.3 Особливості взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками рівня і структури емоційного інтелекту.

Для виявлення взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками рівня і структури емоційного інтелекту у жінок був

використаний коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу представлені у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Взаємозв'язки показників життєздатності та показників рівня і структури емоційного інтелекту у жінок (r)

Шкали	Усвідомлення своїх емоцій і почуттів	Управління своїми емоціями та почуттями	Усвідомлення емоцій і почуттів інших	Управління емоціями та почуттями інших	Внутрішньо-особистісний	Міжособистісний	Загальний EI
Самомотивація та досягнення	0,116	0,123	0,023	0,042	0,081	0,027	0,018
Активність та ініціатива	-0,060	0,183	0,083	0,116	0,071	0,137	0,081
Емоційний контроль та саморегуляція	-0,274	-0,173	-0,115	-0,367*	-0,315	-0,328*	-0,481**
Позитивні установки та гнучкість	0,108	0,119	0,094	0,076	0,143	0,115	0,153
Самоповага	0,085	0,121	0,159	0,260	0,117	0,216	0,172
Соціальна компетентність та підтримка	-0,085	-0,088	0,164	-0,058	-0,084	0,018	-0,078
Адаптивні стилі поведінки	0,096	0,120	0,297	-0,106	0,167	0,121	0,149
Самоорганізація та планування	0,131	0,042	-0,099	0,049	0,106	0,006	0,022
Загальний показник	0,035	-0,044	0,099	-0,016	-0,025	0,023	-0,055

Примітка: *- $p \leq 0,05$, ** - $p \leq 0,01$

За даними таблиці 2.2, у жінок встановлено сильно виражені від'ємні кореляційні зв'язки між показниками життєздатності та показниками рівня і структури емоційного інтелекту.

На значущому рівні від'ємно корелюють: показник життєздатності «Емоційний контроль та саморегуляція» та показники «Управління емоціями

та почуттями інших» ($r = -0,367$, $p \leq 0,05$), «Міжособистісний» ($r = -0,328$, $p \leq 0,05$) та «Загальний EI» ($r = -0,481$, $p \leq 0,05$).

Зміст цих від'ємних кореляційних зв'язків, виявлених у групі жінок, свідчить про наступне: жінки, які демонструють вищий рівень життєздатності в аспекті «Емоційний контроль та саморегуляція» (тобто краще тримають емоції під контролем, швидше долають стрес та відновлюються після емоційних навантажень), водночас мають нижчі показники за шкалами «Управління емоціями та почуттями інших», «Міжособистісний» та «Загальний EI». Це може означати, що надмірне фокусування на внутрішній саморегуляції й емоційній стійкості супроводжується меншим залученням у емоційні процеси інших людей: у таких жінок розвинені переважно інтраперсональні стратегії подолання, тоді як навички емпатії, активного управління емоціями співрозмовника і комплексні здібності EI послаблені. Іншими словами, висока індивідуальна стійкість може формуватися за рахунок зниження міжособистісної емоційної залученості та зменшення загальної емоційної чутливості.

Для виявлення взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками рівня і структури емоційного інтелекту у чоловіків був використаний коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу представлені у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Взаємозв'язки показників життєздатності та показників рівня і структури
емоційного інтелекту у чоловіків(г)

Шкали	Усвідомлення своїх емоцій і почуттів	Управління своїми емоціями та почуттями	Усвідомлення емоцій і почуттів інших	Управління емоціями та почуттями інших	Внутрішньо- особистісний	Міжособистісний	Загальний EI
Самомотивація та досягнення	0,179	-0,199	0,033	-0,104	-0,076	-0,012	-0,019
Активність та ініціатива	0,102	0,091	0,360*	0,219	0,120	0,394*	0,351
Емоційний контроль та саморегуляція	0,002	-0,068	0,044	0,135	-0,062	0,134	0,019
Позитивні установки та гнучкість	0,149	0,284	0,137	0,155	0,298	0,215	0,356*
Самоповага	0,062	0,034	0,134	0,416*	0,085	0,362*	0,399*
Соціальна компетентність та підтримка	0,174	0,010	0,300	-0,026	0,127	0,254	0,329
Адаптивні стилі поведінки	0,121	-0,171	0,165	0,443**	0,008	0,473**	0,417*
Самоорганізація та планування	0,237	-0,206	-0,025	0,030	0,050	0,016	0,114
Загальний показник	0,226	-0,088	0,297	0,262	0,106	0,431**	0,487*

Примітка: *- $p \leq 0,05$, ** - $p \leq 0,01$

За даними таблиці 2.3, у чоловіків встановлено сильно виражені позитивні кореляційні зв'язки між показниками життєздатності та показниками рівня і структури емоційного інтелекту.

На значущому рівні: показник життєздатності «Активність та ініціатива» позитивно корелює з «Усвідомленням емоцій і почуттів інших» ($r = 0,360$, $p \leq 0,05$) та «Міжособистісним» ($r = 0,394$, $p \leq 0,05$); показник «Позитивні установки та гнучкість» — із «Загальним EI» ($r = 0,356$, $p \leq 0,05$);

показник «Самоповага» — із «Управлінням емоціями та почуттями інших» ($r = 0,416, p \leq 0,05$), «Міжособистісним» ($r = 0,362, p \leq 0,05$) та «Загальним ЕІ» ($r = 0,399, p \leq 0,05$); показник «Адаптивні стилі поведінки» — з «Управлінням емоціями та почуттями інших» ($r = 0,443, p \leq 0,01$), «Міжособистісним» ($r = 0,473, p \leq 0,01$) та «Загальним ЕІ» ($r = 0,417, p \leq 0,05$); загальний показник життєздатності — з «Міжособистісним» ($r = 0,431, p \leq 0,01$) та «Загальним ЕІ» ($r = 0,487, p \leq 0,05$).

Зміст цих кореляційних зв'язків свідчить про те, що в чоловіків вищі рівні активності, самоповаги та адаптивності поєднуються з розвиненими соціально-емоційними компетенціями, тобто вони краще розпізнають і регулюють емоції інших, мають високий рівень міжособистісного та загального емоційного інтелекту.

2.2.4 Особливості взаємозв'язку між показниками показниками життєздатності та показниками рис емоційного інтелекту.

Для виявлення взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками рис емоційного інтелекту у жінок був використаний коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу представлені у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Взаємозв'язки показників життєздатності та показників рис емоційного інтелекту у жінок (r)

Шкали	Благополуччя	Самоконтроль	Емоційність	Соціальність
Самотивація та досягнення	0,103	-0,181	0,185	-0,108
Активність та ініціатива	-0,300	-0,151	0,391*	-0,175
Емоційний контроль та саморегуляція	-0,090	0,167	-0,101	-0,070
Позитивні установки та гнучкість	-0,209	-0,177	0,177	-0,019
Самоповага	-0,154	-0,236	0,089	-0,093
Соціальна компетентність та підтримка	-0,049	0,183	-0,039	-0,097
Адаптивні стилі поведінки	-0,209	-0,058	0,052	-0,063
Самоорганізація та планування	0,031	0,217	0,061	-0,169
Загальний показник	-0,141	-0,073	0,272	-0,166

Примітка: *- $p \leq 0,05$

За даними таблиці 2.4, у жінок встановлено позитивно виражений кореляційний зв'язок між показниками життєздатності та рисами емоційного інтелекту. На значущому рівні позитивно корелює показник життєздатності «Активність та ініціатива» з рисою «Емоційність» ($r = 0,391$, $p \leq 0,05$). Зміст цього кореляційного зв'язку свідчить про наступне: жінки, які проявляють вищу активність і ініціативу в житті, водночас відзначають яскравіше та інтенсивніше емоційне переживання, більш вільне вираження почуттів і вищу

чуттєву відкритість. За іншими парами (благополуччя, самоконтроль, соціальність) статистично значущих зв'язків не виявлено, що вказує на відсутність чіткої залежності між рівнем задоволеності життям, здатністю до саморегуляції або соціальною орієнтацією та загальною життєздатністю у цій вибірці.

Для виявлення взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками рис емоційного інтелекту у чоловіків був використаний коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу представлені у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Взаємозв'язки показників життєздатності та показників рис емоційного інтелекту у чоловіків(r)

Шкали	Благополуччя	Самоконтроль	Емоційність	Соціальність
Самотивація та досягнення	-0,068	0,006	-0,247	0,032
Активність та ініціатива	-0,163	-0,017	0,079	-0,122
Емоційний контроль та саморегуляція	-0,065	0,003	-0,046	0,071
Позитивні установки та гнучкість	-0,075	0,175	0,148	-0,050
Самоповага	-0,271	-0,202	0,072	-0,370*
Соціальна компетентність та підтримка	-0,015	-0,117	0,162	-0,372*
Адаптивні стилі поведінки	0,031	-0,054	0,024	0,262
Самоорганізація та планування	-0,158	-0,044	-0,059	0,049
Загальний показник	-0,149	-0,079	0,040	-0,213

Примітка: *- $p \leq 0,05$

За даними таблиці 2.5, у чоловіків встановлено виражені від'ємні кореляційні зв'язки між окремими показниками життєздатності та рисою ЕІ «Соціальність». На значущому рівні від'ємно корелюють: показник життєздатності «Самоповага» та риса «Соціальність» ($r = -0,370$, $p \leq 0,05$), а також показник «Соціальна компетентність та підтримка» та риса «Соціальність» ($r = -0,372$, $p \leq 0,05$).

Зміст цих від'ємних зв'язків свідчить про наступне: чоловіки з високим рівнем самооцінки, які відчують внутрішню гідність і особистісну цінність, одночасно проявляють меншу зовнішню соціальність — тобто не прагнуть активно шукати нові контакти чи інтенсивно підтримувати соціальні відносини як ресурс життєздатності. Аналогічно, ті, хто відзначає міцну підтримку від свого соціального оточення, можуть не відчувати потреби у додатковому соціальному залученні та вирішенні власних життєвих завдань через мережу знайомств, що також знижує показники «Соціальності» в рамках емоційного інтелекту. Таким чином, у чоловіків внутрішнє відчуття самоповаги та соціальної підтримки компенсує потребу в активній соціалізації, що відображається у негативному співвідношенні цих життєвих ресурсів із рисою «Соціальність».

2.2.5 Особливості взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками емоційного інтелекту.

Для виявлення взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками емоційного інтелекту у жінок був використаний коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу представлені у таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

Взаємозв'язки показників життєздатності та показниками емоційного інтелекту у жінок (r)

Шкали	Позитивна експресивність	Негативна експресивність	Увага до емоцій	Прийняття рішень на основі емоцій	Співпереживання радості	Співпереживання горю	Емпатія
Самомотивація та досягнення	-0,285	-0,195	-0,034	-0,025	0,052	-0,207	0,058
Активність та ініціатива	-0,323*	0,182	0,061	-0,087	-0,050	0,037	-0,002
Емоційний контроль та саморегуляція	-0,060	0,293	-0,155	0,397*	0,211	-0,146	0,155
Позитивні установки та гнучкість	-0,018	-0,177	-0,031	-0,191	0,131	-0,018	-0,068
Самоповага	-0,197	-0,165	0,094	-0,067	0,147	-0,009	-0,171
Соціальна компетентність та підтримка	0,037	-0,192	0,055	0,396*	0,130	-0,318*	0,086
Адаптивні стилі поведінки	-0,059	0,099	0,211	-0,047	-0,034	-0,111	0,026
Самоорганізація та планування	-0,116	0,493**	0,017	0,059	0,028	0,012	0,171
Загальний показник	-0,127	0,074	0,040	0,119	0,081	-0,178	0,054

Примітка: *- $p \leq 0,05$, ** - $p \leq 0,01$

За даними таблиці 2.6, у жінок встановлено виражені кореляційні зв'язки між показниками життєздатності та рисами емоційного інтелекту: на значущому рівні негативно корелюють показник життєздатності «Активність та ініціатива» та риса «Позитивна експресивність» ($r = -0,323$, $p \leq 0,05$) та показник «Соціальна компетентність та підтримка» та риса «Співпереживання горю» ($r = -0,318$, $p \leq 0,05$), а позитивно корелюють

показник «Емоційний контроль та саморегуляція» та риса «Прийняття рішень на основі емоцій» ($r = 0,397, p \leq 0,05$), показник «Соціальна компетентність та підтримка» та риса «Прийняття рішень на основі емоцій» ($r = 0,396, p \leq 0,05$) і показник «Самоорганізація та планування» та риса «Негативна експресивність» ($r = 0,493, p \leq 0,01$).

Зміст цих кореляційних зв'язків свідчить про те, що жінки з високим рівнем активності та ініціативи схильні до зниженого вираження позитивних емоцій, можливо, концентруючи увагу на досягненні цілей; ті, хто вміє ефективно контролювати власні емоції та має розвинену соціальну компетентність, частіше спираються на емоційну інформацію при прийнятті рішень; водночас підвищена соціальна компетентність супроводжується зменшеною здатністю до співпереживання горю інших, що може відображати емоційний захист у стресових ситуаціях; нарешті, добре організовані жінки більш активно висловлюють негативні емоції, що може свідчити про їхню відкритість до виявлення та опрацювання дискомфорту.

Для виявлення взаємозв'язку між показниками життєздатності та показниками емоційного інтелекту у чоловіків був використаний коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу представлені у таблиці 2.7.

Таблиця 2.7

Взаємозв'язки показників життєздатності та показниками емоційного інтелекту у чоловіків(r)

Шкали	Позитивна експресивність	Негативна експресивність	Увага до емоцій	Прийняття рішень на основі емоцій	Співпереживання радості	Співпереживання горю	Емпатія
Самомотивація та досягнення	0,079	0,083	-0,155	0,124	-0,197	0,082	0,056
Активність та ініціатива	-0,078	-0,174	0,222	0,024	0,096	-0,139	-0,061
Емоційний контроль та саморегуляція	0,301	0,054	0,454**	0,166	-0,156	0,189	0,220
Позитивні установки та гнучкість	-0,220	-0,049	0,113	-0,230	-0,189	-0,120	-0,038
Самоповага	-0,261	-0,443**	-0,026	0,061	0,290	-0,100	0,128
Соціальна компетентність та підтримка	-0,224	-0,361*	-0,148	0,010	-0,026	-0,602***	-0,089
Адаптивні стилі поведінки	0,137	0,032	0,107	0,044	-0,122	-0,058	0,132
Самоорганізація та планування	0,323	0,142	0,242	0,374*	-0,033	0,155	0,217
Загальний показник	0,042	-0,240	0,245	0,145	-0,111	-0,157	0,135

Примітка: *- $p \leq 0,05$, ** - $p \leq 0,01$, *** - $p \leq 0,001$

За даними таблиці 2.7, у чоловіків встановлено виражені кореляційні зв'язки між показниками життєздатності та рисами емоційного інтелекту: на рівні $p \leq 0,01$ позитивно корелюють показник життєздатності «Емоційний контроль та саморегуляція» та риса ЕІ «Увага до емоцій» ($r = 0,454$), а також негативно корелюють показник «Самоповага» та риса «Негативна експресивність» ($r = -0,443$, $p \leq 0,01$); на рівні $p \leq 0,05$ негативно

корелюють показник «Соціальна компетентність та підтримка» з «Негативною експресивністю» ($r = -0,361$) та з «Співпереживанням горю» ($r = -0,602$, $p \leq 0,001$), а позитивно корелює показник «Самоорганізація та планування» з рисою «Прийняття рішень на основі емоцій» ($r = 0,374$).

Зміст цих кореляційних зв'язків свідчить про те, що чоловіки з високим рівнем емоційного контролю більш чутливо фіксують власні емоції, ті, хто відчуває внутрішню гідність, менше схильні до відкритого вираження негативних емоцій, а добре розвинена соціальна компетентність пов'язана з гальмуванням сплесків негативної експресії та зменшеною реактивністю на чужий біль; натомість ті чоловіки, які вміють організовувати та планувати свою діяльність, частіше враховують емоційні сигнали при ухваленні рішень.

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

Використання критерію Колмогорова–Смирнова показало, що розподіл емпіричних даних за більшістю показників відхиляється від нормального, через що для порівняльного аналізу було обрано непараметричний U-критерій Манна–Уїтні.

Проведене дослідження дозволило виявити що статистично значущою виявилася лише шкала «Емоційність» ($U = 432,5$), де жінки за інтенсивністю емоційних переживань і відкритістю почуттів випереджають чоловіків. За шкалами «Благополуччя», «Самоконтроль» та «Соціальність» суттєвих відмінностей не виявлено, що вказує на однаковий рівень задоволеності життям, здатності до саморегуляції та соціальної взаємодії в обох статей.

Далі, для оцінки природи зв'язків між життєздатністю й різними аспектами емоційного інтелекту застосовано рангову кореляцію Спірмена. У жінок було виявлено виражені від'ємні кореляції між показником «Емоційний контроль та саморегуляція» і трьома складовими ЕІ: «Управління емоціями та почуттями інших», «Міжособистісний» та «Загальний ЕІ». Це свідчить, що жінки, які ефективніше контролюють власні емоції, водночас менш активно залучаються до емоційних процесів інших і мають нижчий загальний рівень ЕІ, що може відображати схильність до внутрішньої «самозахисної» стратегії подолання стресу.

У чоловіків спостерігалися позитивні кореляції між життєздатністю і соціально-емоційними навичками ЕІ: «Активність та ініціатива» корелює з «Усвідомленням емоцій інших» і «Міжособистісним»; «Позитивні установки та гнучкість» із «Загальним ЕІ»; «Самоповага» з «Управлінням емоціями інших», «Міжособистісним» та «Загальним ЕІ»; «Адаптивні стилі поведінки» пов'язані з «Управлінням емоціями інших», «Міжособистісним» та

«Загальним ЕІ»; загальна життєздатність з «Міжособистісним» і «Загальним ЕІ». Це означає, що в чоловіків життєва активність, самоповага та адаптивність органічно поєднуються з високим рівнем міжособистісних і загальних емоційно-інтелектуальних навичок.

Крім того, у жінок в аспекті рисового ЕІ сильні позитивні й негативні зв'язки вказують на динаміку «внутрішнього–зовнішнього»: наприклад, активні й ініціативні жінки відкривають емоції, тоді як ті, хто приймає рішення на підставі емоцій, краще контролюють негативні прояви. У чоловіків помітні кореляції між емоційним контролем і увагою до емоцій, самоповагою й стриманістю негативної експресії і між соціальною компетентністю та зменшеною реактивністю на чужий біль.

Отже, в наших даних жінки більше спираються на інтраперсональні стратегії емоційної саморегуляції тобто тими якими людина свідомо або напівсвідомо використовує, щоб керувати своїми власними емоціями в складних або стресових ситуаціях, не звертаючись при цьому до зовнішньої підтримки чи допомоги, тоді як у чоловіків життєздатність органічно поєднується з розвитку міжособистісних і загальних навичок емоційного інтелекту.

ВИСНОВКИ

1. Узагальнюючи викладене в теоретичному розділі, можна стверджувати, що поняття життєздатності й емоційного інтелекту лежать в основі психологічної практики підтримки людини в найскладніших життєвих обставинах. Життєздатність ми розуміємо як комплексну властивість особистості, що поєднує внутрішню стійкість, здатність до копіювання й активну соціальну взаємодію. Вона формується під впливом біологічних, соціальних та психокультурних чинників, визначаючись внутрішніми потребами й цінностями та зовнішніми умовами світу. Завдяки їй індивід вміє ефективно протистояти труднощам, зберігати ресурси й швидко відновлюватися після стресу. Емоційний інтелект, у свою чергу, надає інструменти саморегуляції тобто усвідомлення й гнучке опрацювання власних емоцій, та розвиває міжособистісну емпатію. Саме ці механізми сприяють не лише зниженню напруги й відновленню життєвої енергії, але й побудові підтримуючих стосунків. Теоретичний аналіз продемонстрував, що розвиток емоційної компетентності не лише підвищує психологічну стійкість, а й є необхідною умовою зміцнення загальної життєздатності, що особливо актуально в умовах вимушеної міграції, соціальних потрясінь та інших екстремальних життєвих викликів.

Безсумнівно, подальші дослідження емоційного інтелекту, емоційної компетентності, вивчення основи для емоційної грамотності дозволять прогнозувати особистісний розвиток людини відповідно до суспільних запитів та викликів життя. Важливість цього аспекту підкреслює необхідність включення програм розвитку емоційного інтелекту в освітню та соціальну діяльність. Основна мета розвитку емоційної грамотності в контексті осіб що мають тимчасовий прихисток закордоном це допомогти людям розуміти себе та свої потреби, підвищити стресостійкість, за умов які склалися, співпрацювати без використання маніпуляції та домінування,

використовувати емоційну емпатію для об'єднання та покращення якості свого життя. Розуміння глибинних механізмів взаємодії емоційного інтелекту та життєздатності може сприяти розробці ефективних підходів до підвищення рівня життєвої адаптації та психологічної стійкості, забезпечуючи ширше розуміння важливості цих понять у повсякденному житті людей. Розвиток досліджень у цій темі може сприяти покращенню розуміння соціальної взаємодії між людьми, підвищенню рівня адаптивності до різних стресогенних ситуацій та зниженню впливу стресових факторів на психіку людини, що дуже необхідно людям які мають тимчасовий прихисток закордоном. Також в подальшому варто розглянути практичні аспекти розвитку емоційного інтелекту, для підвищення життєздатності, які можуть включати роботу з самоусвідомленням, самокеруванням, мотивацією, емпатією, розвиток психологічної гнучкості та інші. Глибше розуміння особливостей цього зв'язку та розвиток головних понять може допомогти людям, які опинилися під тимчасовим захистом закордоном через війну в Україні, відкрити нові можливості для адаптації до складнощів, підтримати стабільність психіки за важких умов та своє самопочуття, використовуючи розуміння понять емоційного інтелекту та життєздатності.

2. Дослідження виявило, що жінки з тимчасовим прихистком за кордоном вирізняються високою емоційністю, водночас їхня здатність тримати власні почуття під контролем і швидко відновлювати внутрішню рівновагу виявилася оберненою до уміння співпереживати іншим та загального рівня емоційного інтелекту, що вказує на схильність до захисної внутрішньої саморегуляції. Навпаки, чоловіки, в цій же ситуації показали, що їхня життєздатність є поєднанням внутрішніх ресурсів і соціально-емоційних навичок: активність, самоповага та гнучкість у поведінці міцно пов'язані з умінням розпізнавати, розуміти й керувати емоціями оточуючих, а також із загальною емоційною обізнаністю. У результаті саме вміння будувати підтримуючі стосунки, обмінюватися емоціями і знаходити в них опору виявилось ключовим фактором життєстійкості чоловіків. Таким чином, для

жінок головною опорою в стресових обставинах стає внутрішня емоційна стійкість і здатність самозахисту, а для чоловіків це розвиток міжособистісних емоційних компетенцій, що створюють зовнішні ресурси підтримки та відновлення.

Наші емпіричні дані підтверджують головну ідею нашої гіпотези – у людей, які мають тимчасовий прихисток за кордоном, справді простежуються специфічні зв'язки між рівнем емоційного інтелекту та життєздатністю, але ці зв'язки мають гендерні особливості і залежать від конкретних компонентів обох конструктів. Тобто, у чоловіків майже всі значущі кореляції між життєздатністю та показниками ЕІ виявилися позитивними. Це означає, що в чоловіків вищий рівень таких рис ЕІ, як міжособистісні навички, адаптивність, самоповага і загальна емоційна компетентність прямо пов'язаний із високою життєздатністю. Тобто для чоловіків у цій вибірці гіпотеза, «високий ЕІ дійсно являє собою вищу життєздатність», в цілому підтверджується. У жінок зв'язки виявилися більш складними. Дійсно, позитивна кореляція між «активністю та ініціативою» (витоком життєздатності) і «емоційністю» говорить про те, що більш емоційно відкриті жінки краще долають виклики. Проте основний показник життєздатності «емоційний контроль і саморегуляція» від'ємно корелює з міжособистісними й загальними компонентами ЕІ. Це вказує на те, що для частини жінок внутрішня здатність стримувати й відновлювати емоції розвивається за рахунок зниження міжособистісних навичок емпатії та загальної емоційної чутливості.

Отже, гіпотеза загалом підтверджується, ми бачимо високий рівень емоційного інтелекту, що справді асоціюється з кращою життєздатністю у осіб, які тимчасово перебувають за кордоном. Водночас ми бачимо, що для чоловіків цей зв'язок є однозначно позитивним і універсальним, а у жінок більш диференційованим і залежним від того, чи йдеться про інтраперсональну саморегуляцію чи про міжособистісну емпатію й загальну емоційну компетентність. Така інформація дає змогу розробити більш

цілеспрямовані гендерно чутливі програми підтримки й тренінги з розвитку ЕІ, які сприятимуть підвищенню життєздатності серед людей, що мають тимчасовий прихисток за кордоном.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Войтенко О.В. Розвиток творчих здібностей школярів на уроках літератури. *Педагогіка та психологія*: зб. наук. пр. – Харків : ХДПУ, 1997. – С. 17–21.
2. Євдокімова О. О., Кобилко Н. А. *Психодіагностичні матеріали. В допомогу психологу поліції*: методичний посібник. Частина 1. Харків : Факт, 2023. 136 с.
3. Карпенко Є.В. *Психологія емоційного інтелекту*. В дискурсі життєздійснення особистості : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра с.-г. наук : 19.00.07. Острог, 2020. 13 с.
4. Ковальчук А.Ю. Актуалізація поняття «життєздатність людини» як ключової категорії сучасної психології. *Psychological Journal*, 2019, Т. 2, № 22, С. 68–80. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2019.2.22>.
5. Кузьмик Б. І. *Психологічні основи дослідження життєздатності особистості*. Науковий вісник Мукачівського державного університету, 2018, Т.1, №7, С. 253–255. URL: <http://dspace.msu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/2521/1/073.PDF>.
6. Кулик Н., Гульова Л. *Емоційний інтелект: аналіз сучасних західних досліджень*. Проблеми сучасної психології, 2018, № 39, С. 79–88. URL: <http://psv.udpu.edu.ua/index.php/2227-6246/article/download/156665/156056>.
7. Ларіна Т. О. *Життєстійкість як життєве завдання особистості. Актуальні проблеми психології*, Т. 2. Психологічна герменевтика [За ред. Н. В. Чепелевої] К., 2007. Вип. 5, С. 131–137.
8. Лящ О. *Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень*. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ, 2013, С. 324–335. URL:

http://irbisnbnv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbnv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Pspl_2013_22_29.pdf.

9. Педагогічний словник за ред. М. Ярмаченка. Київ : Педагогічна думка, 2001. 516 с.
10. Сидоренко Ж. В. *Взаємозв'язок життєстійкості та емоційного інтелекту в осіб юнацького віку*. 2019. С. 200–205. URL: <https://jhealth.donnu.edu.ua/article/download/7535/7536>.
11. Шетініна Л. В., Рудакова С. Г., Заєць А. І. *Емоційний інтелект в управлінні персоналом: підходи до розуміння та його розвиток*. Бізнес інформ, 2019, №3, С. 385–393.
12. Amabile, T.M. *Creativity in context: Update to the social psychology of creativity*. Boulder, CO: Westview, 1996.
13. Amabile, T.M. *The social psychology of creativity*. New York: Springer Verlag, 1983.
14. Barchard, K.A. *The Items in Each of the IPIP Scales Measuring Seven Components Potentially Related to “Emotional Intelligence”*, 2001. URL: <http://ipip.ori.org/newEmotionalIntelligenceKey.htm>.
15. Baron, R. *Emotional and Social Intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory*. *Handbook of Emotional Intelligence*, San Francisco: Jossey-Bass, 2000, P. 363–388.
16. Ciarrochi, J., Forgas, J. P., & Mayer, J. D. *Emotional Intelligence in Everyday Life: A Scientific Inquiry*. Psychology Press, 2001.
17. David, S. (2016). *Emotional Agility: Get Unstuck, Embrace Change, and Thrive in Work and Life*. Avery.
18. Davidson, R. J. *Affective neuroscience and the brain: The foundation for understanding emotion and its regulation*. In: Davidson, R.J., Scherer, K.R., Goldsmith, H.H. (Eds.), *Handbook of Affective Sciences* (pp. 1–21). Oxford University Press, 2000.

19. Goleman, D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books, 1995.
20. Gross, J. J. *Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences*. *Psychophysiology*, 2002, 39(3), 281-291. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1017/S0048577201393198>.
21. Harvard Study on Adult Development. (2017). *What Makes a Good Life? Lessons from the Longest Study on Happiness*. *Harvard Gazette*. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=8KkKuTCFvzI>.
22. Petrides, K. V. (2009). *Psychometric properties of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire*. In C. Stough, D. H. Saklofske, and J. D. Parker, *Advances in the assessment of emotional intelligence*.
23. Salovey, P., & Mayer, J. D. *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, 1990, 9(3), 185-211.

АНОТАЦІЯ

Анастасія Климчук. Кваліфікаційна робота. Особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та життєздатності у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню особливостей взаємозв'язку емоційного інтелекту та життєздатності у осіб, що мають тимчасовий прихисток за кордоном. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, а також містить 7 таблиць, 3 рисунки, список використаних джерел, який складається з 23 найменувань. У першому розділі представлений теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту та життєздатності. У другому розділі наведений план дослідження, опис використаних психодіагностичних методик, а також наведена характеристика вибірки, також описано виявлені результати емпіричного дослідження особливості взаємозв'язку компонентів емоційного інтелекту із компонентами життєздатності у чоловіків та жінок. У дослідженні брали участь 70 осіб різного віку та статі, які мають тимчасовий прихисток за кордоном.

Ключові слова: емоційний інтелект, життєздатність, тимчасовий прихисток, гендерні відмінності, емоційна адаптація, під час війни.

ANNOTATION

Anastasiia Klymchuk. Qualification work. - Specifics of the interconnection between emotional intelligence and vitality in individuals temporarily sheltered abroad.

The qualification work is devoted to the study of the peculiarities of the interconnection between emotional intelligence and vitality in persons with temporary shelter abroad.

The work consists of an introduction, two sections, conclusions, and also contains 7 tables, 3 figures, a list of used sources, which consists of 23 items. The first section presents a theoretical analysis of the problem of emotional intelligence and vitality. The second section provides a study plan, a description of the psychodiagnostic techniques used, as well as a characteristic of the sample, and also describes the results of an empirical study of the peculiarities of the relationship of emotional intelligence components with viability components in men and women. The study involved 70 people of different ages and sexes who have temporary shelter abroad.

Keywords: emotional intelligence, vitality, temporary shelter, gender differences, emotional adaptation, during war.