

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут
«Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра практичної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

бакалавра

на тему

«Взаємозв'язок емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості у
студентському віці»

(тема кваліфікаційної роботи)

Виконав: студент 4 курсу, групи
ДМП-ПС-21

спеціальності: 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

_____ / Дарія ЗОРІНА
(підпис) (ім'я та прізвище)

Керівник _____ / Ганна КАЗАРОВА
(підпис) (ім'я та прізвище)

Рецензент _____ / Лариса БАЧІЄВА
(підпис) (ім'я та прізвище)

«До захисту допущено»

В.о. завідувачка кафедри _____ / Наталія КУЧЕРЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Секретар ЕК _____ / Маргарита МИХАЛЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Харків – 2025 рік

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна
академія»

Кафедра практичної психології
Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Практична психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. завідувача кафедри
Н.С. КУЧЕРЕНКО
(підпис)

« » 2025р.

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Зоріна Дарія Денисівна

(прізвище, ім'я, по батькові студента)

1. Тема роботи «Взаємозв'язок емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості у студентському віці»

керівник роботи Казарова Ганна Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом по університету від “11” квітня 2025 року № 4801-5/925

2. Строк подання студентом роботи 28.05.2025

3. Перелік питань, які потрібно розробити:

1) Проаналізувати теоретичні підходи до визначення поняття емоційного інтелекту в сучасній психології;

2) Охарактеризувати мотиваційну сферу особистості у студентському віці та виявити її основні компоненти;

3) Визначити особливості вікового розвитку емоційного інтелекту та мотивації у студентів, обґрунтувати можливий взаємозв'язок між емоційним інтелектом і мотиваційною сферою особистості; підібрати та адаптувати психодіагностичні методики для емпіричного дослідження емоційного інтелекту та мотивації;

4) Провести емпіричне дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту та мотиваційної сфери у студентів;

5) Проаналізувати результати дослідження та встановити наявність/відсутність статистично значущого взаємозв'язку між емоційним інтелектом і мотивацією;

6) Розробити рекомендації щодо психологічного супроводу розвитку емоційного інтелекту та підвищення навчальної мотивації у студентів.

4. План роботи

№ з/п	Назви етапів роботи
1	Вибір теми та формулювання завдань.
2	Тематичний добір та аналіз наукових праць.
3	Оформлення теоретичної частини
4	Методологічне обґрунтування емпіричного дослідження.
5	Проведення емпіричного дослідження.
6	Аналіз та інтерпретація отриманих результатів.
7	Оформлення кваліфікаційної роботи відповідно до ДСТУ.
8	Попередній захист кваліфікаційної роботи.
9	Виправлення зауважень, оформлення рецензії.
10	Подання кваліфікаційної роботи нормоконтролеру та на підпис завідувачу кафедри
11	Захист кваліфікаційної роботи

5. Дата видачі завдання 12.04.2025

Студент

(підпис)

Д.Д. ЗОРІНА
(ініціали, прізвище)

Керівник роботи

(підпис)

Г.М. КАЗАРОВА
(ініціали, прізвище)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота містить: 78 сторінок, 5 рисунки, 7 таблиць, 20 використаних літературних джерел, додатки.

Об'єкт: Емоційний інтелект і мотиваційна сфера особистості студентів.

Предмет дослідження: Взаємозв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту та особливостями мотиваційної сфери у студентському віці.

Мета дослідження: Теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити взаємозв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту та особливостями мотиваційної сфери у студентів.

Основні задачі дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз особливостей емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості.
2. Обґрунтувати взаємозв'язок емоційного інтелекту і мотивації у студентському віці.
3. Емпірично дослідити рівень розвитку емоційного інтелекту і мотивації у студентів.
4. Проаналізувати отримані результати, визначити характерні особливості взаємозв'язку та розробити практичні рекомендації щодо розвитку емоційної компетентності та внутрішньої мотивації у студентської молоді.

Практична значущість роботи полягає в можливості застосування отриманих результатів для покращення психологічного клімату в освітньому середовищі, розробки програм розвитку емоційного інтелекту, а також підвищення рівня навчальної мотивації студентів.

Ключові слова: емоційний інтелект, мотивація, студентський вік, мотиваційна сфера, емоційна компетентність, саморегуляція, самоусвідомлення, самомотивація.

ABSTRACT

Qualification paper consists of: 78 pages, 5 figures, 7 tables, 20 references, and appendices.

Object: Emotional intelligence and the motivational sphere of students' personality.

Subject of the study: The relationship between the level of emotional intelligence development and the characteristics of the motivational sphere in student age.

Purpose of the study: To theoretically substantiate and experimentally verify the relationship between the level of emotional intelligence development and the characteristics of the motivational sphere in students.

Main research tasks:

1. To conduct a theoretical analysis of the features of emotional intelligence and the motivational sphere of personality.
2. To substantiate the interrelation of emotional intelligence and motivation in student age.
3. To empirically study the level of emotional intelligence and motivation among students.
4. To analyze the obtained results, identify the specific features of the interrelation, and develop practical recommendations for enhancing emotional competence and internal motivation in students.

Practical significance of the study lies in the possibility of applying the obtained results to improve the psychological climate in educational settings, to design programs for developing emotional intelligence, and to increase the academic motivation level of students.

Keywords: emotional intelligence, motivation, student age, motivational sphere, emotional competence, self-regulation, self-awareness, self-motivation.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ.....	6
1.1. Психологічні підходи до розуміння поняття та структури емоційного інтелекту.....	6
1.2. Основні характеристики та особливості формування мотиваційної сфери особистості.....	14
1.3. Теоретичне обґрунтування взаємозв'язку емоційного інтелекту і мотивації у студентському віці.....	20
Висновки до першого розділу.....	24
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ У СТУДЕНТІВ.....	26
2.1. Опис процесу організації дослідження та вибору психодіагностичних методик.....	26
2.2. Представлення результатів оцінювання рівня емоційного інтелекту та мотиваційних особливостей студентів.....	31
2.3. Аналіз взаємозв'язку між емоційним інтелектом і мотиваційною сферою особистості на основі статистичних даних.....	46
Висновки до другого розділу.....	51
ВИСНОВКИ.....	53
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	57
ДОДАТКИ.....	60

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасному світі, що характеризується динамічними соціальними змінами, високою конкуренцією та інформаційною перенасиченістю, особливого значення набуває здатність особистості ефективно орієнтуватися в емоційних, міжособистісних та мотиваційних процесах. Один із важливих чинників, що сприяють внутрішній рівновазі, здатності пристосовуватися до зовнішніх обставин та досягати самореалізації, — це емоційний інтелект, тобто вміння усвідомлювати, розпізнавати, контролювати власні емоції й розуміти емоційний стан інших людей. Разом із тим, однією з основних детермінант поведінки та діяльності особистості є мотиваційна сфера. Вона визначає напрям, інтенсивність і тривалість активності індивіда, а також впливає на його цілі, рішення та життєві стратегії. Особливої важливості мотивація набуває у студентському віці – періоді формування професійної ідентичності, розвитку автономності, активного самопізнання та самореалізації.

Студентський вік є сенситивним періодом для становлення особистості, у якому відбувається інтенсивний розвиток когнітивної, емоційної та мотиваційної сфер. Саме в цей час молоді люди стикаються з потребою ухвалення важливих рішень, встановлення особистісних цілей, самостійної організації життя та побудови міжособистісних взаємин. Зрілість емоційного інтелекту суттєво впливає на ефективність цих процесів, а отже – й на особистісний розвиток студента.

Дослідження взаємозв'язку між емоційним інтелектом та мотиваційною сферою дозволяє глибше зрозуміти механізми внутрішньої регуляції поведінки студентів, з'ясувати, як емоційна компетентність впливає на їхню мотивацію до навчання, професійного зростання, соціальної активності та самореалізації. Актуальність обраної теми зумовлена зростаючим науковим і практичним інтересом до феномена

емоційного інтелекту як значущого чинника психологічного благополуччя та адаптації особистості в умовах сучасного суспільства. В умовах стрімких змін у сфері освіти, нестабільності соціально-економічної ситуації та підвищеного рівня стресу серед молоді, питання формування емоційної стійкості та внутрішньої мотивації набуває особливого значення.

Таким чином, дослідження взаємозв'язку між емоційним інтелектом і мотиваційною сферою особистості в період студентства має високу актуальність, теоретичну й практичну цінність, а його результати можуть слугувати підґрунтям для подальших наукових пошуків та практичних розробок у галузі психології особистості, вікової та освітньої психології. Актуальність порушеного питання стала вирішальним чинником у виборі теми наукового дослідження: «Взаємозв'язок емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості у період студентства».

Об'єкт дослідження - особливості емоційного інтелекту та мотиваційної сфери студентської молоді.

Предмет дослідження – взаємозв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту та особливостями мотиваційної сфери у студентському віці.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити взаємозв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту та особливостями мотиваційної сфери у студентському віці.

Задля реалізації поставленої мети сформульовано такі завдання дослідження:

- 1) здійснити теоретичний аналіз особливостей емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості.
- 2) обґрунтувати взаємозв'язок емоційного інтелекту і мотивації у студентському віці;
- 3) емпірично дослідити взаємозв'язок емоційного інтелекту і мотивації у студентському віці.

4) розробити практичні рекомендації щодо розвитку емоційної компетентності та внутрішньої мотивації у студентської молоді.

З метою досягнення визначеної мети та реалізації дослідницьких завдань було застосовано **комплекс наукових методів**:

1) теоретичні – вивчення, аналіз та синтез наукової, психолого-педагогічної літератури для виявлення сучасного стану проблематики дослідження; формування висновків на основі теоретичних положень;

2) емпіричні – проведення констатувального експерименту для виявлення зв'язку між емоційним інтелектом і мотиваційними особливостями у студентському віці (використано методику «Діагностика емоційного інтелекту» за Н. Холлом; опитувальник «Мотиваційні орієнтації в міжособистісному спілкуванні» І.Д. Ладанова та В.А. Уразаєвої; методику вимірювання досягальницької мотивації за А. Мехрабіаном);

3) методи математичної обробки – для інтерпретації, структурування та кількісного представлення результатів дослідження, а також для встановлення статистичних залежностей між показниками шляхом обчислення коефіцієнта кореляції Пірсона.

Коротка характеристика групи (вибірки) досліджуваних: в дослідженні приймали участь 30 студентів Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, вік досліджуваних – від 20 до 23 років.

Новизна одержаних результатів полягає у виявленні специфіки взаємозв'язку між емоційним інтелектом та мотиваційною сферою особистості у студентському віці. Отримані дані доповнюють існуючі уявлення про психологічні чинники, що впливають на формування внутрішньої мотивації молоді в освітньому середовищі.

Структура дослідження. У роботі передбачено вступ, два основних розділи з висновками до кожного, загальні підсумки та список використаних джерел, що містить 20 найменувань, а також додатки. Загальний обсяг дослідницької роботи становить 75 сторінок, із яких 56 сторінок займає основна частина.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Психологічні підходи до розуміння поняття та структури емоційного інтелекту

Поняття емоційного інтелекту посідає важливе місце в сучасній психології, оскільки дає змогу по-новому осмислити роль емоцій у життєдіяльності людини. Здатність розпізнавати, виражати, розуміти й регулювати емоції розглядається як невід’ємна частина ефективного міжособистісного спілкування, прийняття рішень та адаптації до складних життєвих обставин. Проте, попри широке вживання терміна, його наукове розуміння залежить від підходу, якого дотримується той чи інший дослідник.

Емоційний інтелект (EI) особистості є ключовою категорією в сучасній психологічній науці, що охоплює здатність людини розпізнавати, розуміти, виражати та регулювати як власні емоції, так і емоції інших, визначається як емоційний інтелект. Поняття емоційного інтелекту виникло відносно недавно, проте воно швидко стало предметом численних наукових досліджень, оскільки безпосередньо пов’язане з адаптивністю людини, її успішністю, особистісним зростанням і соціальною інтеграцією.

Емоційний інтелект розглядають як багатовимірну структуру, яка включає такі аспекти, як емоційна усвідомленість, саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички. Саме ці складові забезпечують ефективну емоційну взаємодію, формують основи для конструктивної комунікації та спільної діяльності, що є особливо важливим у складних соціальних та професійних ситуаціях. Завдяки розвиненому емоційному інтелекту особистість краще розуміє свої внутрішні потреби, вміє знаходити

способи емоційної підтримки, справлятися з психологічними викликами і підтримувати конструктивні відносини з іншими .

Емоційний інтелект як наукова категорія та об'єкт дослідження почав привертати увагу психологів відносно недавно, проте завдяки працям зарубіжних учених, зокрема Говарда Гарднера, Деніела Гоулмана, Джона Майєра, Пітера Саловея та Девіда Карузо, він швидко набув широкого визнання в науковому середовищі. Праці цих науковців заклали основи теоретичного та емпіричного вивчення емоційного інтелекту, відкрили перспективи для його глибшого розуміння і стали важливим внеском у сучасну психологію особистості.

Н. Басюк зазначає, що розвиток емоційного інтелекту є не лише корисним, але й необхідним для успішного особистісного та професійного зростання. Визнаний критичним фактором для розвитку соціальних, комунікативних та лідерських навичок, емоційний інтелект сприяє адаптивності, здатності до вирішення конфліктів і загальному благополуччю людини. Саме тому він потребує ретельного вивчення як комплексного психологічного феномена, що інтегрує як когнітивні, так і емоційні аспекти поведінки особистості [2].

Є. Карпенко в своїй статті «Методологічні настанови щодо вивчення емоційного інтелекту в парадигмі позитивної психотерапії» зазначає, що дослідження феномену емоційного інтелекту розпочалося наприкінці 1980-х – на початку 1990-х років. Вирішальну роль у популяризації концепції ЕІ відіграли американські вчені Джон Майєр та Пітер Саловей, які одними з перших використали термін «емоційний інтелект» і створили теоретичну основу для його вивчення. Є. Капрек зазначає, що Дж. Майєр і П. Саловей трактують емоційний інтелект як сукупність когнітивних здібностей, до яких належить вміння розпізнавати, усвідомлювати та регулювати як власні емоції, так і емоції інших людей [15].

Концепція емоційного інтелекту отримала подальший розвиток у працях Деніела Гоулмана, який підкреслив важливість емоційного інтелекту

у професійному та особистісному житті людини. Він звернув увагу на те, що високий рівень ЕІ дозволяє людям не лише ефективніше керувати емоціями в стресових умовах, але й підтримувати продуктивні взаємини, що значно сприяє загальній якості життя та успішності в кар'єрі.

І. Зарішняк в своєму дослідженні зазначає, що передумовою для формування концепції емоційного інтелекту стали роботи американського психолога Говарда Гарднера, який запропонував ідею множинності інтелектуальних здібностей. На його думку, інтелект проявляється у різних формах, таких як вербальний, просторовий, кінестетичний, логіко-математичний, музичний, внутрішньоособистісний (пов'язаний із власними емоціями) та міжособистісний (спрямований на розуміння емоцій інших людей) [10].

На думку І. Зарішняк, Г. Гарднер вважав, що внутрішньо особистісний інтелект є ключовим для самопізнання, розуміння власних емоцій та управління ними. Міжособистісний інтелект, у свою чергу, передбачає здатність розуміти інших людей і будувати ефективні взаємини з ними. Пізніше в роботах Едварда Торндайка та Роберта Стернберга ці здатності отримали назву соціального інтелекту, який охоплює навички спілкування, взаємодії та підтримки міжособистісних стосунків.

У статті «Теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту» Н. Діомідова підкреслює, що помітне зростання інтересу до феномену емоційного інтелекту та його ролі в житті особистості значною мірою зумовлене виходом у США у 1995 році книги американського психолога Деніела Гоулмана «Emotional Intelligence», яка швидко набула популярності. Н. Діомідова звертає увагу на те, що саме Д. Гоулман висунув ідею, що загальний інтелект, на дослідження якого витрачено багато років, і який вимірюється за допомогою тестів IQ, визначає успіх людини лише на 20%. Решта 80% успіху, на його думку, залежать від інших факторів, серед яких емоційний інтелект займає чільне місце. На думку Д. Гоулмана,

емоційний інтелект відіграє важливу роль у становленні особистості, професійній результативності та просуванні в кар'єрі [7].

Уведення поняття емоційного інтелекту до психологічної науки значно посилило інтерес дослідників, що привело до стрімкого зростання кількості наукових робіт, присвячених вивченню цього феномена.

С. Подофей розглядав значення та розвиток інтелектуальних почуттів у контексті пізнавальної активності людини. Учений дійшов висновку, що ці почуття відображають ставлення індивіда як до предмета пізнання, так і до самого процесу дослідження. Вони, на відміну від моральних й естетичних, пов'язані із самим актом пізнання.

Аналіз наукових джерел з теми дослідження показує, що в психологічній науці використовуються різні терміни, пов'язані з емоційним інтелектом. Серед них такі поняття, як «емоційне самоусвідомлення» (О. Власова), «емоційна компетентність» (К. Саарні), «емоційна грамотність» (К. Стайнер), «емоційна обдарованість» та інші.

На думку українського дослідника А. Костюка, емоційний інтелект слід розуміти як «здатність розпізнавати власні та чужі емоції, а також керувати ними». Науковець наголошує, що емоційний інтелект доцільно трактувати як когнітивну здатність, виключаючи особистісні характеристики, які можуть впливати на емоційне розуміння, але не входять до структури самого емоційного інтелекту (EQ).

Емоційний інтелект розглядається як інтегральна риса особистості, що виникає внаслідок гармонійного поєднання емоційної сфери та інтелектуальних процесів. Його формування відбувається шляхом взаємодії афективних, когнітивних, конативних і мотиваційних компонентів. Емоційний інтелект забезпечує усвідомлення та розуміння як власних емоцій, так і емоцій інших людей, дозволяє ефективно регулювати емоційні стани, підпорядковуючи їх логічному мисленню. Також має суттєве значення у процесах самопізнання, особистісного розвитку та соціалізації, сприяючи збагаченню емоційного й міжособистісного досвіду.

У статті Л. Журавльової «Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень» зазначається, що відповідно до підходу Говарда Гарднера, структура емоційного інтелекту може розглядатися через два основні аспекти: внутрішньоособистісний, який стосується розуміння та регуляції власних емоцій, і міжособистісний, пов'язаний із розпізнаванням і врахуванням емоцій інших людей. До першого аспекту належать такі елементи, як самосвідомість, рефлексивність, самооцінка, самоконтроль та мотивація досягнень. Другий включає емпатію, терпимість, комунікативність, щирість (конгруентність) і здатність до діалогу. Водночас варто підкреслити, що науковці подають різні трактування структури емоційного інтелекту, що свідчить про розмаїття підходів до цієї проблематики [8].

М. Шпак у публікації «Психологічна концепція розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі» звертається до концепції Джона Майєра, який виокремив чотири ключові складники емоційного інтелекту:

1. Ідентифікація емоцій — здатність розпізнавати емоційні стани, правильно їх виражати та відрізняти справжні переживання від демонстративних;

2. Використання емоцій — уміння застосовувати емоції як ресурс для посилення когнітивної діяльності, зосередження уваги та мотивації до дій;

3. Розуміння емоцій — усвідомлення взаємозалежності між емоціями, думками й поведінковими реакціями, а також причинно-наслідкових зв'язків емоційних станів;

4. Регуляція емоцій — здатність до контролю над емоціями, зниження інтенсивності негативних переживань і стимулювання позитивних емоцій.

Усі ці компоненти об'єднують когнітивні механізми, які спрямовані як на власну емоційну сферу, так і на розуміння емоцій оточення.

Змішаний підхід до визначення емоційного інтелекту передбачає інтеграцію як пізнавальних, так і особистісних характеристик. У статті Ж. Стельмашука та А. Ваколюк «До проблеми розвитку емоційного інтелекту

особистості» розглядається модель американського вченого Р. Бар-Она, який виділяє п'ять базових складових емоційного інтелекту, кожна з яких включає низку особистісних якостей:

1. Самопізнання – включає усвідомлення власних емоцій, упевненість у собі, адекватну самооцінку, прагнення до самореалізації та здатність до незалежних рішень.

2. Навички міжособистісного спілкування – охоплюють емпатію, здатність до соціальної відповідальності та вміння досягати взаєморозуміння.

3. Адаптаційні здібності – здатність вирішувати проблеми, адекватно оцінювати ситуацію та пристосовуватися до нових умов.

4. Управління стресовими ситуаціями – передбачає здатність зберігати стійкість до стресу та контролювати імпульсивні емоційні реакції.

5. Домінування позитивного настрою – характеризується переживанням щастя, життєрадісності та настановою на оптимістичне сприйняття дійсності.

В Україні дослідження емоційного інтелекту набуло значний імпульс завдяки науковим дослідженням таких вітчизняних вчених, як І. Ф. Аршава, О. І. Власова, С. П. Дерев'янка, Н. В. Коврига та Е. Л. Носенко. Ці роботи не лише поглиблюють знання про емоційний інтелект, а й відкривають нові перспективи для досліджень, сприяючи залученню різноманітних джерел та порівнянню традиційних підходів із сучасними. Це, в свою чергу, дозволяє осмислити український досвід у світовому контексті.

Про специфічний теоретико-методологічний підхід до вивчення емоційного інтелекту згадується в роботах Н. Назарук. У її працях емоційний інтелект розглядається як єдність зовнішніх і внутрішніх чинників, що впливають на психічну діяльність особистості. Важливими аспектами даного підходу є виділення внутрішніх (диспозиційних) і зовнішніх (залежних від зовнішніх проявів емоційного процесу) компонентів емоційного інтелекту. На переконання дослідника, зазначені

компоненти є визначальними для розвитку адаптаційних механізмів особистості та її здатності протистояти стресу. Отже, українські вчені здійснюють суттєвий внесок у поглиблення теоретичних основ емоційного інтелекту, сприяючи подальшому розширенню наукового дискурсу в цій сфері.

Аналіз наукових джерел свідчить про те, що у сучасній психології виділяють кілька основних функцій емоційного інтелекту, зокрема: стресозахисну та адаптивну (дослідження І. Ф. Аршави, С. П. Дерев'янка, Н. В. Ковриги та Е. Л. Носенка), а також рефлексивну та регулятивну (дослідження С. П. Дерев'янка).

Практичний інтерес до розвитку емоційного інтелекту особистості обумовлений його прикладним аспектом, який проявляється у різних сферах. Наприклад, у сфері лідерства та управління (дослідження Д. Д. Гастелло, В. М. Єрмакова, А. В. Мітлоша, А. С. Петровської), у сфері освіти (роботи Е. Аронсона, М. О. Манойлової) та у бізнесі. Емоційний інтелект вважається одним із ключових чинників, що забезпечують успішність життєдіяльності людини.

Сучасна наукова думка щодо можливості розвитку емоційного інтелекту є неоднозначною. Наприклад, Дж. Майєр і П. Саловей вважають його відносно стабільною особистісною рисою, що ускладнює його розвиток. Натомість Д. Гоулман та інші науковці дотримуються думки, що емоційний інтелект може змінюватися і розвиватися упродовж життя — від дитинства до старості.

Якщо емоційний інтелект дійсно має потенціал для розвитку, на нашу думку, необхідно впроваджувати в освітній процес психологічно-педагогічні методики, спрямовані на цілеспрямоване формування емоційної компетентності не лише у учнів, а й у їхніх педагогів і батьків. Регулярні освітні програми та тренінги можуть значно посприяти цьому процесу. Сучасна система освіти здебільшого фокусується на розвитку академічних навичок, наголошуючи на інтелектуальному аспекті (набутті знань, умінь та

навичок). Водночас емоційному становленню дітей часто приділяється недостатньо уваги. Як підкреслює О. Лящ, одним із важливих складників змісту освіти є формування емоційно-ціннісного ставлення особистості до себе, оточуючих і навколишнього світу.

Наслідки відсутності емоційної освіти проявляються у збільшенні кількості міжособистісних конфліктів, підвищенні рівня депресивних станів, а також випадків агресії та насильства. Саме тому, як доречно зазначає О. Амплєєва, розвиток емоційного інтелекту може стати ключовим чинником підвищення психологічної культури суспільства в цілому. Це питання потребує термінового вирішення, оскільки емоційна грамотність стає важливою складовою для створення гармонійних відносин у суспільстві та формування здорового мікроклімату в сім'ях і колективах [1].

Отже, дослідження емоційного інтелекту особистості стало важливим напрямком у сучасній психології, адже емоційний інтелект (ЕІ) описує уміння особистості усвідомлювати, контролювати й ефективно застосовувати емоції та емоції інших у різних життєвих ситуаціях. Зростаючий інтерес до цієї теми зумовлений її значенням для успішної соціальної взаємодії, ефективної комунікації, досягнення особистісних і професійних цілей, а також загального психоемоційного благополуччя.

Наукові дослідження в цій галузі продемонстрували, що емоційний інтелект є складним інтегративним утворенням, що складається з когнітивних, емоційних, соціальних та особистісних компонентів. Вчені, такі як Д. Гоулман, І. Ф. Аршава, С. П. Дерев'янка та інші, визначили ключові функції емоційного інтелекту, серед яких стресозахисна, адаптивна, рефлексивна та регулятивна. Дослідники підкреслюють важливість емоційного інтелекту в професійній діяльності, адже саме в процесі взаємодії з іншими людьми та в різноманітних соціальних ситуаціях він активізується та розкривається найповніше.

Питання розвитку емоційного інтелекту розглядається з різних наукових підходів, кожен з яких акцентує увагу на певних аспектах цього

процесу. Одні вчені вважають його стабільною характеристикою особистості, тоді як інші стверджують, що емоційний інтелект може бути розвинений на будь-якому етапі життя. Це відкриває нові горизонти для практичних застосувань у сфері освіти, бізнесу та психологічного консультування. Впровадження психолого-педагогічних технологій формування емоційної компетентності в навчальних закладах, на підприємствах і в інших соціальних сферах стає необхідністю для підвищення загального рівня емоційної грамотності в суспільстві.

Особливої уваги потребує ідея інтеграції емоційного інтелекту в освітній процес. Сучасна система освіти часто фокусується на розвитку академічних здібностей, тоді як емоційна складова особистості залишається на другому плані. Неправильне розуміння значення емоційної грамотності може призводити до негативних наслідків, таких як міжособистісні конфлікти, зростання рівня агресії та депресії.

Таким чином, дослідження емоційного інтелекту особистості має особливу важливість, оскільки воно сприяє формуванню цілісного підходу до розвитку індивіда, який включає інтелектуальні, емоційні та соціальні компоненти. Подальші дослідження у цій галузі можуть не лише збагачувати теоретичну базу, але й забезпечувати практичні рекомендації для покращення якості життя людей у різних сферах їхньої діяльності. Важливо продовжувати вивчення емоційного інтелекту в контексті сучасних викликів та потреб суспільства, щоб адаптувати педагогічні та психологічні практики до нових реалій.

1.2. Основні характеристики та особливості формування мотиваційної сфери особистості

Мотиваційна сфера є одним із ключових компонентів психічної організації особистості, що визначає спрямованість її діяльності, поведінки та саморозвитку. Саме мотиви, потреби, прагнення й цілі формують

внутрішні спонукання людини до активності та забезпечують динамічність особистісного становлення. Вивчення мотиваційної сфери дозволяє зрозуміти, чому індивід обирає певну поведінку, як він ставиться до труднощів, досягнень і поразок, а також як реалізує себе в різних сферах життя.

У реаліях сучасного світу, який стрімко змінюється, глобалізується та уніфікується, соціальні орієнтири людського розвитку постійно трансформуються. На цьому тлі особливої ваги набуває проблема збереження цілісності особистості та її індивідуальності. Саме мотиваційна сфера особистості виступає ключовим чинником, що підтримує внутрішню стійкість людини. Формування базових рис особистості як активного члена суспільства відбувається в освітньому середовищі, де значну роль відіграє становлення мотиваційної сфери.

Мотиваційна сфера особистості є визначальним чинником навчального процесу, оскільки саме вона забезпечує прагнення досягти суспільно значущої мети освіти – становлення компетентного фахівця. Професіоналізм, у цьому контексті, розглядається як здатність до постійного саморозвитку, орієнтованого на потреби суспільства. Аналіз наукових підходів до вивчення мотиваційної сфери особистості виявляє суперечність між необхідністю збереження її стійкості як основи психологічної цілісності людини та наявними стереотипними установками освітнього середовища щодо «правильного» формування особистості [11].

Актуальність цього напрямку зумовлює потребу у розробці наукових основ формування й розвитку мотиваційної сфери, що дозволить більш ефективно сприяти гармонійному становленню особистості в умовах освітнього простору. У зв'язку з цим, надзвичайної теоретичної та практичної ваги набуває ґрунтовне вивчення змісту, структури та механізмів розвитку мотиваційної сфери особистості, а також визначення критеріїв, показників, умов, засобів і факторів, що впливають на цей процес з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей людини.

Психологія мотивації є однією з найбільш розроблених галузей сучасної психологічної науки. Водночас інтенсивне вивчення мотиваційних процесів розпочалося лише в 60–70-х роках XX століття. На думку Т. О. Гордєєвої, відносно пізній інтерес дослідників до цієї сфери пояснюється складною природою мотивації: її багатовимірністю, варіативністю та мінливістю. Крім того, мотиваційні процеси часто є неусвідомленими для самої особистості й недоступними для прямого спостереження, що ускладнює їхнє наукове вивчення [12].

Поняття «мотивація» вперше з'явилося у науковому обігу завдяки А. Шопенгауеру в його праці «Чотири принципи достатньої причини» [17]. Згодом він набув поширення у психології, де став використовуватися для пояснення причин людської та тваринної поведінки. На сьогодні мотивація визначається різними способами:

1. Як система факторів, що зумовлює, регулює та спрямовує поведінку (К. Мадсен, Ж. Годфруа);
2. Як сукупність мотивів (І. Борис);
3. Як сполука, яка викликає активність організму і визначає її напрямок (О. Сергєєнкова) [18].

Отже, поняття мотивації можна розділити на два основні підходи. Перший підхід трактує мотивацію як систему, що складається зі структурних елементів — сукупності мотивів або факторів, які її формують. Згідно зі схемою І. Іщенко, мотивація є результатом взаємодії потреб і цілей особистості, рівня її домагань та ідеалів, а також умов діяльності, які можуть бути об'єктивними та зовнішніми або суб'єктивними та внутрішніми — наприклад, знання, вміння, здібності, характер. Крім того, важливу роль у мотиваційних процесах відіграють світогляд і переконання особистості. На основі цих факторів приймається рішення і формується намір [19].

Другий напрямок трактує мотивацію як динамічний процес і механізм, а не як статичне явище. В цьому випадку мотивація виступає як засіб реалізації вже наявних мотивів: коли ситуація дозволяє задовольнити

потребу, виникає мотивація, що сприяє регуляції діяльності. Ф. Подшивайлов стверджує, що процес мотивації починається з актуалізації мотиву. Таке розуміння мотивації ґрунтується на концепції, що мотив є предметом задоволення певної потреби. Згідно з цією теорією, мотив не потребує створення, його лише необхідно активізувати, тобто викликати в свідомості особистості його образ [20].

З урахуванням наведеного вище та враховуючи раніше визначене поняття «потреба», можна запропонувати таке визначення поняття «мотивація»: мотивація – це динамічний процес, у ході якого потреба трансформується в мотив, що супроводжується усвідомленням і обґрунтуванням дій, спрямованих на її задоволення. Відповідно до цього визначення, мотив є усвідомленою потребою.

Потреба впорядкування і систематизації мотиваційних явищ призводить до виділення окремої області в структурі особистості — мотиваційної сфери. Проте на сьогоднішній день відсутнє єдине й чітке визначення поняття «мотиваційна сфера особистості». Так, Ф. Подшивайлов розглядає мотиваційну сферу як сукупність різних мотиваційних утворень у людини, таких як диспозиції (мотиви), потреби, цілі, атитюди, поведінкові патерни та інтереси.

З іншого боку, Н. Черняк надає інше трактування, вважаючи мотиваційну сферу складною системою різних мотивів, включаючи мотиваційні установки, потреби, інтереси та інші елементи, що відображають різні аспекти діяльності людини і її соціальні ролі. Такі визначення мають загальний характер, містять обмежену інформацію та часто суперечать одне одному з позиції аксіоматичного підходу.

І. Тригуб дає наступне визначення «мотиваційної сфери особистості». Отже, мотиваційна сфера особистості є центральним ядром її внутрішнього простору, в якому перетинаються основні осі характеристик (властивостей), що визначають її індивідуальність. Це зона, де взаємодіють різні елементи

мотиваційних процесів, таких як потреби, інтереси, цілі та мотиви, що сприяють формуванню та регуляції поведінки особистості.

У відповідності до цього варто зазначити особливості формування мотиваційної сфери особистості. Воно представляє собою складний і багатогранний процес, який включає розвиток потреб, мотивів, інтересів, цілей та інших компонентів, що впливають на поведінку та діяльність людини. Цей процес проходить під впливом різних факторів, серед яких важливими є як внутрішні, так і зовнішні чинники, а також соціокультурне середовище:

1. Вплив соціокультурного середовища. Мотиваційна сфера формується в контексті соціокультурних умов, в яких перебуває особистість. Виховання в сім'ї, навчання в школі, взаємодія з однолітками, соціальні ролі та цінності, прийняті в суспільстві, визначають, які потреби та мотиви набувають більшого значення для індивіда. Наприклад, в різних культурах можуть по-різному оцінюватися мотиви, пов'язані з індивідуалізмом або колективізмом.

2. Роль виховання та навчання. Виховання, особливо на ранніх етапах життя, є важливим фактором, що формує мотиваційну сферу. Взаємодія з батьками, педагогами, а також колективом однолітків створює основи для розвитку потреб і мотивів. У процесі навчання, відчуття досягнення та самооцінки стають важливими складовими мотиваційної структури. Якщо індивід отримує позитивну підтримку та зворотний зв'язок, це може сприяти розвитку внутрішньої мотивації.

3. Вплив індивідуальних особливостей. Особистісні індивідуальні характеристики, як-от темперамент, схильність до рефлексії, емоційна стійкість, рівень самооцінки та інші психологічні характеристики, значною мірою визначають, які саме мотиви і потреби будуть домінувати в житті людини. Наприклад, особи з високим рівнем тривожності можуть мати мотиви, пов'язані з униканням небезпеки або несприйняттям

невизначеності, що буде визначати їхнє ставлення до зовнішніх і внутрішніх викликів.

4. Розвиток мотивації через досягнення та переживання. Мотивація особистості також залежить від досвіду успіхів і невдач. Досягнення поставлених цілей зміцнює внутрішню мотивацію, оскільки людина відчуває задоволення від результатів своєї діяльності, що сприяє розвитку подальших цілей. Водночас переживання невдач може змінювати мотиваційні установки і навіть призвести до формування нових потреб, залежно від того, як індивід осмислює свої невдачі.

5. Взаємодія з іншими сферами особистості. Мотиваційна сфера не є ізольованою; вона тісно взаємодіє з іншими сферами особистості, такими як емоційна, когнітивна, соціальна та моральна. Наприклад, емоційний інтелект, здатність до саморегуляції та соціальної адаптації, можуть суттєво впливати на мотиви та потреби, що формуються у різних ситуаціях. Також важливим є вплив моральних переконань і цінностей, які можуть змінювати характер мотивів, що визначають поведінку індивіда.

6. Вплив життєвих обставин та ситуацій. Зміни в зовнішньому середовищі, соціальна мобільність, зміни в родині, кар'єрний розвиток також можуть суттєво впливати на мотиваційну сферу. Ситуації стресу, кризові періоди або нові можливості можуть змінювати пріоритети, змушуючи людину переосмислювати свої потреби і цілі. Такі зміни можуть стати стимулом для розвитку нових мотиваційних утворень або для корекції вже існуючих [11].

7. Етапи розвитку мотиваційної сфери. Мотиваційна сфера особистості формуються на різних етапах життєвого шляху людини. У дитинстві це здебільшого базові потреби, пов'язані з фізіологічними і соціальними факторами. У підлітковому віці зростає значення соціальних мотивів та інтересів, у дорослому віці виникають мотиви, пов'язані з кар'єрою, сім'єю та самореалізацією. Протягом всього життя мотивація змінюється, поступово формуючи нові цілі, пристрасті та переконання.

Таким чином, формування мотиваційної сфери особистості є процесом, який складається з безлічі взаємопов'язаних факторів. Це не лише результат соціальних впливів, але й інтеграція індивідуальних особливостей людини, її життєвого досвіду та змінюваного оточення. Від того, як відбувається цей процес, залежить ступінь самореалізації та успіху особистості у різних сферах життя.

1.3. Теоретичне обґрунтування взаємозв'язку емоційного інтелекту і мотивації у студентському віці

Студентський вік є періодом інтенсивних змін у житті молодої людини, коли відбувається активний розвиток не лише когнітивних, але й емоційних та соціальних складових особистості. У цей час значну роль відіграє здатність до управління особистими емоціями та мотивами, що безпосередньо впливає на навчальну діяльність, особистісний розвиток і міжособистісні стосунки. У цьому контексті особливе значення набуває концепція емоційного інтелекту (EI), який визначається як здатність розпізнавати, розуміти та керувати емоціями, як власними, так і тих, що виникають у взаємодії з іншими людьми.

Емоційний інтелект безпосередньо пов'язаний з мотивацією, оскільки здатність ефективно управляти своїми емоціями і розуміти емоції інших може значно покращити здатність до досягнення поставлених цілей, розвитку внутрішньої мотивації та подолання труднощів. Враховуючи важливість цього взаємозв'язку для студентів, які перебувають в умовах підвищеного вимогами академічного процесу та соціальної адаптації, теоретичне обґрунтування взаємозв'язку між емоційним інтелектом і мотивацією набуває особливої значущості [13].

Аналіз цього аспекту дає змогу краще усвідомити вплив емоційної компетентності на навчальну мотивацію студентів, процес постановки ними цілей і здатність до самоконтролю в ситуаціях стресу або поразки. Вивчення

взаємодії між емоційним інтелектом і мотивацією у студентському віці є важливим кроком для розробки стратегій підтримки молоді в контексті психологічного розвитку та оптимізації навчального процесу.

Емоційний інтелект виступає важливим механізмом регуляції мотивації, оскільки він включає здатність людини розпізнавати і керувати своїми емоціями, а також емоціями інших людей. Студенти з розвиненим емоційним інтелектом ефективніше долають стресові ситуації та емоційні виклики, пов'язані з навчальним процесом. Це дозволяє їм підтримувати високий рівень внутрішньої мотивації, що є основою успішної академічної діяльності. Вони здатні оптимістично ставитися до труднощів, зберігати рішучість і фокус на своїх цілях, незважаючи на тимчасові перешкоди [9].

За спостереженнями Н. Діомідової, самоусвідомлення як ключовий компонент емоційного інтелекту сприяє глибшому розумінню студентами власних емоцій, що, у свою чергу, допомагає усвідомлювати власні мотиваційні потреби. Високий рівень самоусвідомлення допомагає студентам усвідомлювати, чому вони хочуть досягти певних цілей, що дає їм ясність у визначенні своїх академічних та особистих прагнень. Така здатність до саморефлексії підвищує рівень внутрішньої мотивації і знижує залежність від зовнішніх стимулів (оцінок, нагород), що в свою чергу стимулює довгострокову спрямованість на досягнення цілей [7].

М. Кузнєцов зазначає, що саморегуляція – ще один аспект емоційного інтелекту, який прямо впливає на мотивацію студентів. Студенти з високим рівнем саморегуляції мають здатність контролювати свої емоції, уникати імпульсивних реакцій і зберігати спокій у стресових ситуаціях. Це дозволяє їм краще справлятися з академічними труднощами (наприклад, з великою кількістю завдань, важкими іспитами або невдачами), не знижуючи мотивацію до навчання. Вони можуть поставити собі мету і докладати зусиль до її досягнення, незважаючи на тимчасові труднощі або неуспіхи.

У відповідності до С. Павельчук, емпатія – це ще один важливий аспект емоційного інтелекту, який взаємодіє з мотивацією студентів.

Здатність розуміти емоції інших людей сприяє розвитку міжособистісних зв'язків і позитивних соціальних взаємодій. Студенти, які володіють високим рівнем емпатії, мають тенденцію до більш глибоких соціальних відносин, що може мотивувати їх до колективної роботи, підтримки одногрупників та участі в групових проектах. Такі студенти частіше мотивовані не лише досягати індивідуальних академічних цілей, але й допомагати іншим, що сприяє розвитку їхніх соціальних навичок і підвищенню загальної соціальної мотивації. Вони можуть отримувати мотивацію від співпраці з іншими, що, в свою чергу, сприяє зростанню їхнього емоційного інтелекту через постійну взаємодію і обмін досвідом.

Одним із ключових моментів у зв'язку між емоційним інтелектом і мотивацією є внутрішня мотивація. Студенти, які мають високий рівень емоційного інтелекту, схильні мати більш гнучке ставлення до власних цілей та здатні адаптуватися до зміни ситуацій. Вони здатні знаходити внутрішнє задоволення в навчанні, навіть коли зовнішні умови не завжди ідеальні. Це особливо важливо для студентів, оскільки навчальний процес часто супроводжується стресами, випробуваннями і невдачами.

Розвинений емоційний інтелект допомагає студентам підтримувати мотивацію навіть у складних обставинах, таких як низькі оцінки або невдачі на етапі навчання. Завдяки здатності до саморегуляції та гнучкості, такі студенти можуть продовжувати працювати над своїми цілями, адаптуючись до змін і зберігаючи внутрішнє задоволення від процесу.

Мотивація до досягнень – це одна з ключових характеристик успішних студентів. Емоційний інтелект сприяє розвитку мотивації до досягнень у студентів через кілька важливих механізмів:

- Позитивне ставлення до невдач: студенти з високим рівнем емоційного інтелекту часто ставляться до невдач як до можливості для навчання, а не як до поразки. Така адаптація дозволяє зберігати високий рівень мотивації до подальшого розвитку, навіть після невдач.

- Самооцінка: здатність керувати своїми емоціями дозволяє студентам зберігати позитивну самооцінку, навіть коли вони стикаються з труднощами. Це позитивно впливає на їхню здатність досягати високих результатів і підтримувати внутрішню мотивацію.
- Усвідомлення особистісних цілей: високий рівень емоційного інтелекту допомагає студентам чітко формулювати життєві орієнтири, зберігати ясність у своїх намірах і цілеспрямовано діяти задля їх досягнення, що позитивно впливає на розвиток мотивації до успіху.

Отже, емоційний інтелект і мотивація студентів мають тісний взаємозв'язок, що сприяє розвитку особистісних, академічних і соціальних навичок молоді. Розвинений емоційний інтелект дає змогу студентам ефективно керувати власною мотивацією, долати труднощі навчального процесу та зберігати наполегливість у досягненні поставлених цілей. Це, у свою чергу, дозволяє студентам бути більш успішними в навчанні, покращувати соціальні відносини та зберігати позитивний настрій у складних ситуаціях.

Висновки до першого розділу

В першому розділі були розглянуті основні теоретичні аспекти, що стосуються емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості, а також їх взаємозв'язок у студентському віці. Розгляд психологічних підходів до визначення емоційного інтелекту в першому підрозділі показав, що це складний конструкт, який включає різні аспекти: розпізнавання емоцій у себе та інших, здатність до регуляції емоцій, а також використання емоцій для досягнення певних цілей. Були виділені основні теоретичні моделі емоційного інтелекту, що включають когнітивний, інтегративний та біхевіористський підходи. Описано, як ці моделі допомагають виявити вплив

емоцій на процеси мислення та поведінки, що є важливим для розуміння мотиваційних процесів особистості.

У другому підрозділі було розглянуто структуру мотиваційної сфери особистості, яка включає сукупність потреб, мотивів, інтересів, цілей та атитюдів. Показано, що мотиваційна сфера не є статичним утворенням, а є динамічним процесом, в якому ключову роль відіграють внутрішні фактори, як то самооцінка, емоційний фон і соціальні взаємодії. Структура мотиваційної сфери формувалася під впливом як біологічних, так і соціальних чинників, що робить її гнучкою та адаптивною до змін у навколишньому середовищі.

Третій підрозділ розглядав взаємозв'язок між емоційним інтелектом та мотивацією у студентському віці, що є критичним для досягнення успіхів в академічному та соціальному розвитку молоді. Виявлено, що емоційний інтелект прямо впливає на рівень мотивації студентів, зокрема через аспекти саморегуляції, самоусвідомлення та емпатії. Студенти з високим рівнем емоційного інтелекту, як правило, мають більшу внутрішню мотивацію та кращі результати в навчанні, оскільки здатні ефективніше справлятися зі стресом, емоційними труднощами та соціальними викликами. Також було показано, що емпатія та здатність до саморегуляції є важливими факторами, які сприяють підтримці стійкої мотивації, навіть у складних ситуаціях.

Отже, теоретичний аналіз емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості свідчить про тісний взаємозв'язок між цими двома феноменами. Емоційний інтелект є важливим фактором, що впливає на розвиток мотивації, адже дозволяє особистості краще адаптуватися до змінних умов, справлятися з емоційними труднощами і досягати своїх цілей. У студентському віці особливо важливим є розвиток емоційного інтелекту як запоруки успішного навчання, соціалізації та професійного самовизначення.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ У СТУДЕНТІВ

2.1. Опис процесу організації дослідження та вибору психодіагностичних методик

У сучасному освітньому просторі значна увага приділяється не лише академічним знанням студентів, а й розвитку їхніх особистісних якостей, серед яких особливої важливості набувають емоційний інтелект і мотиваційна сфера.

Емоційний інтелект як здатність до усвідомлення, розпізнавання та регулювання власних емоцій, а також до ефективної взаємодії з емоціями інших, безпосередньо впливає на соціальну адаптацію, стресостійкість, міжособистісні стосунки й загальну успішність особистості в різних сферах діяльності. Водночас мотивація – як внутрішня спонука до дії – є ключовим чинником, що визначає рівень активності, наполегливість і цілеспрямованість студента в навчальному процесі та професійному самовизначенні.

Особливу актуальність дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та мотиваційної сфери набуває в умовах студентського віку, який характеризується інтенсивним формуванням особистісної ідентичності, професійних орієнтацій і соціальної зрілості. Вивчення цього взаємозв'язку дозволяє не лише глибше зрозуміти психологічні механізми, що забезпечують успішність та самореалізацію студентської молоді, а й сприяє розробці ефективних психолого-педагогічних програм підтримки й розвитку.

Отже, з метою дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та мотиваційної сфери у студентів, було організовано та проведено емпіричне

дослідження. В ньому добровільно погодилися взяти участь 30 студентів, віком від 18 до 22 років.

Дослідження включало кілька ключових етапів:

Перший етап — дослідження організаційний — включає низку ключових аспектів, необхідних для ефективного проведення експерименту. На цьому етапі здійснювався ретельний відбір методик, які б максимально відповідали цілям і завданням дослідження, а також особливостям вивчуваної проблематики.

Одним із головних завдань цього етапу було формування вибіркової групи учасників. Крім того, організаційний етап передбачав проведення підготовчої роботи з респондентами, зокрема отримання їх інформованої згоди, детальне роз'яснення мети і методики дослідження, а також забезпечення конфіденційності зібраних даних. Учасникам гарантували захист їхніх прав та безпеку під час експерименту.

Саме від ретельності і якості проведення організаційного етапу значною мірою залежить достовірність і надійність подальших результатів дослідження.

Опитування респондентів було організовано та проведено за допомогою Google-форм, що має кілька важливих переваг:

1. Google-форми легко створюються та налаштовуються. Вони доступні з будь-якого пристрою, що має підключення до Інтернету, що дозволяє респондентам брати участь у опитуванні з будь-якого місця.

2) за допомогою Google-форм можна збирати різноманітну інформацію, зокрема текстові відповіді, варіанти вибору, мультимедійні елементи тощо. Це дозволяє отримувати більш детальні та різноманітні відгуки від респондентів.

3) Google-форми мають можливість автоматично обробляти та аналізувати зібрані дані, що значно полегшує процес обробки відповідей та знижує час, необхідний для їх аналізу.

4) Google-форми надають можливість налаштовувати різні рівні доступу до опитувань та зібраних даних, що забезпечує конфіденційність та захист персональних відомостей респондентів. Це дозволяє контролювати, хто має доступ до інформації, і гарантує безпеку зібраних даних.

5) Google-форми оснащені вбудованими інструментами для аналізу зібраних даних і створення звітів у зручному форматі. Це дозволяє оперативно виявляти основні тенденції, ідентифікувати проблемні аспекти та приймати виважені рішення на основі проаналізованих даних.

6) Використання Google-форм дозволяє організувати опитування ефективно, усуваючи необхідність вручну обробляти анкети та відповіді, що значно економить час та ресурси.

Другий етап – діагностичний етап, який передбачав проведення безпосереднього дослідження серед респондентів, обраних на попередньому організаційному етапі. Цей етап є ключовим у дослідженні, оскільки саме на ньому збираються основні дані, які необхідні для подальшого аналізу та вивчення. III етап – підсумковий аналітичний етап, який завершує експеримент і відіграє ключову роль у його реалізації. На цьому етапі здійснюється обробка отриманих результатів та їх детальний аналіз. Основна мета – виявити закономірності, простежити основні тенденції та визначити статистично значущі відмінності.

Одним із ключових моментів цього етапу є інтерпретація зібраних даних. На основі проведеного аналізу формулюються підсумкові висновки та розробляються рекомендації, які можуть бути застосовані у подальших наукових дослідженнях або практичній діяльності.

Оцінка результатів експериментального дослідження у рамках вибраної тематики, а також детальне вивчення діагностичних методик, використаних у цьому дослідженні, дозволили визначити комплекс інструментів для констатувальної діагностики. До них відносяться такі методики:

1. Методика «Емоційний інтелект» Н. Холл (додаток А).

2. Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікаціях (І.Д. Ладанов, В.А. Уразаєва) (додаток Б).

3. Діагностика мотивації досягнення (А. Мехрабіан) (додаток В).

Методика Н. Холла спрямована на вивчення рівня розвитку емоційного інтелекту особистості як цілісної характеристики, що відображає здатність розуміти власні емоції та емоції інших, керувати ними та використовувати емоційну сферу як ресурс у прийнятті рішень. Ця методика дозволяє виявити як загальний інтегративний рівень емоційного інтелекту, так і рівні за окремими його складовими. Опитувальник містить 30 тверджень, які об'єднані в п'ять шкал:

- Емоційна поінформованість.
- Управління емоціями.
- Самомотивація.
- Емпатія.
- Розпізнавання емоцій інших людей.

Респондент оцінює свою згоду з кожним твердженням за шестибальною шкалою. Для кожної шкали підраховується сумарна кількість балів. Оцінюється парціальний рівень розвитку кожного компонента емоційного інтелекту. Інтегративний рівень емоційного інтелекту розраховується як сума всіх балів. Методика дозволяє виявити як загальну емоційну компетентність, так і сильні та слабкі сторони окремих її компонентів. Вона широко застосовується у психологічній діагностиці, профорієнтації, коучингу та консультуванні. Тест також має високу валідність і надає можливість вивчати взаємозв'язок емоційного інтелекту з іншими особистісними характеристиками, наприклад – мотивацією чи рівнем стресостійкості.

Методика «Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікаціях» (І.Д. Ладанов, В.А. Уразаєва) спрямована на діагностику стилю міжособистісної взаємодії у сфері формального спілкування, зокрема на виявлення переважного типу комунікативної орієнтації. Вона дозволяє

оцінити, наскільки ефективно особистість будує комунікативні відносини у професійному або діловому середовищі, чи схильна до співпраці, розуміння партнера, пошуку компромісів тощо.

Методика містить три шкали комунікативних орієнтацій:

1. Орієнтація на прийняття партнера. Характеризує готовність до емоційного прийняття партнера, позитивне ставлення до нього, повагу та відкритість до співпраці.

2. Орієнтація на адекватне сприйняття та розуміння партнера. Характеризує здатність сприймати партнера об'єктивно, з урахуванням його намірів, інтересів і поведінки, а також орієнтованість на емпатійне слухання.

3. Орієнтація на досягнення компромісу. Визначає схильність до врегулювання конфліктів, прагнення знайти взаємоприйнятне рішення, вміння контролювати власні емоції.

Окрім того, доцільно виокремити узагальнений показник гармонійності комунікативних орієнтацій, який відображає рівень збалансованості у міжособистісній взаємодії.

Методика «Діагностика мотивації досягнення» (А. Мехрабіан) спрямована на виявлення двох основних стабільних мотивів особистості: прагнення до успіху та уникнення невдачі. За допомогою цього тесту оцінюють, який із цих мотивів є домінуючим у респондента. Тест має форму опитувальника і представлений у двох варіантах — чоловічому та жіночому. Він містить низку тверджень, що відображають різні риси характеру, а також думки й емоції, пов'язані з певними життєвими ситуаціями. Після підрахунку загального балу визначається домінуюча мотиваційна спрямованість — прагнення досягти успіху або бажання уникнути невдачі.

«Сирі бали» за методиками подано в додатку Д.

Після завершення опитування було проведено всебічний аналіз та здійснено інтерпретацію отриманих даних.

2.2. Представлення результатів оцінювання рівня емоційного інтелекту та мотиваційних особливостей студентів

Результати, отримані за методикою «Емоційного інтелекту» Н. Холла, подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Результати студентів за методикою «Емоційного інтелекту»

Н. Холла

Шкала	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%
Емоційна обізнаність	3	10%	16	53,3%	11	36,7%
Управління своїми емоціями	0	0%	26	86,7%	4	13,3%
Самомотивація	2	6,7%	21	70%	7	23,3%
Емпатія	2	6,7%	20	66,7%	8	26,7%
Розпізнавання емоцій інших людей	0	0%	13	43,3%	17	56,7%

Для кращого розуміння та подальшої інтерпретації отриманих результатів їх було подано на рисунку 2.1:

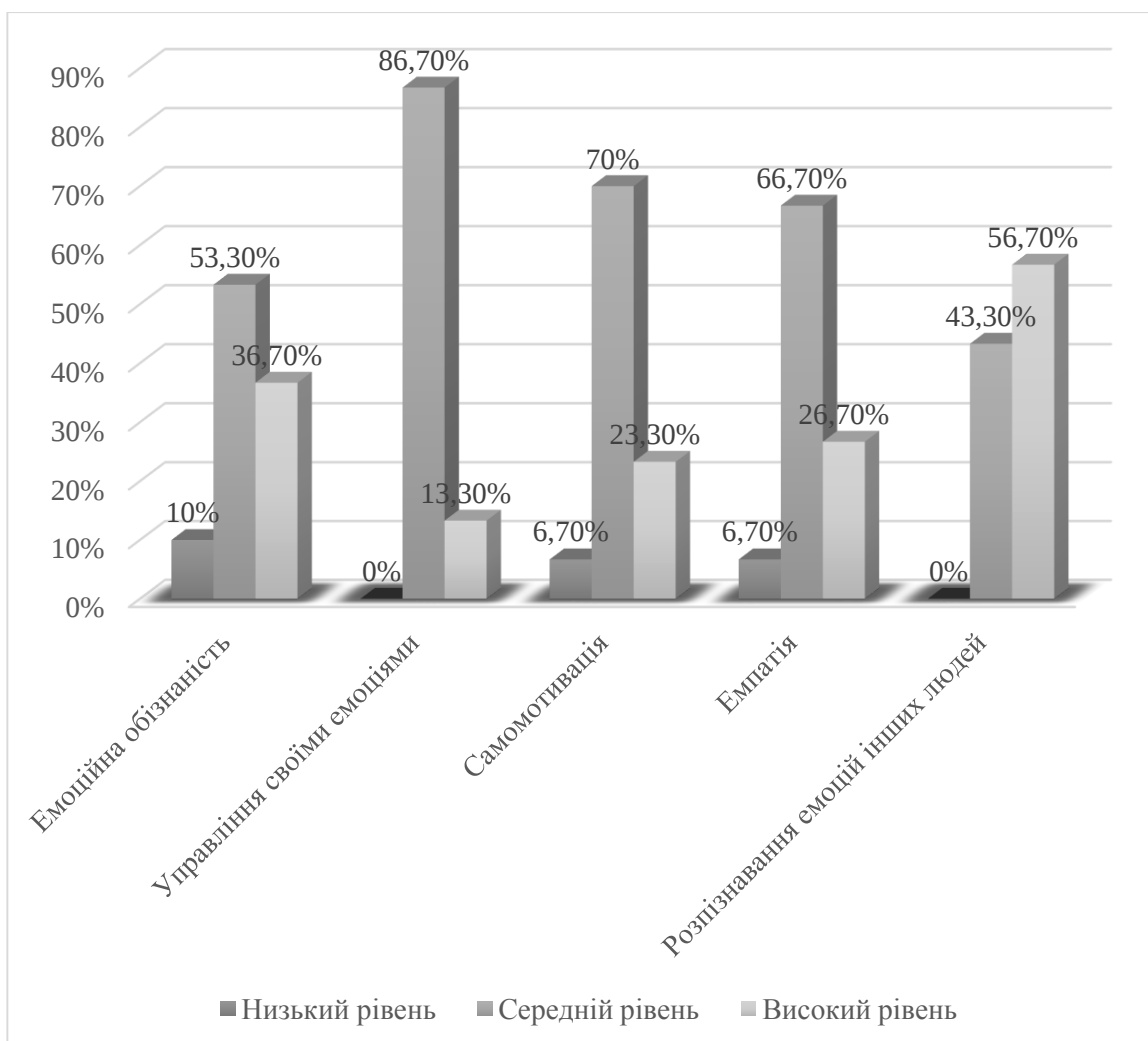


Рис. 2.1. Результати за методикою «Емоційного інтелекту» Н. Холла

Отримані результати розподілилися наступним чином:

1. Емоційна обізнаність:

Низький рівень – 3 особи (10%). Ці респонденти мають суттєві труднощі у розпізнаванні, ідентифікації та вербалізації власних емоцій. Вони можуть не усвідомлювати причини своїх емоційних станів, часто плутають емоції або не надають їм належного значення. Такий рівень може ускладнювати регуляцію поведінки в емоційно значущих ситуаціях, призводити до імпульсивних реакцій чи внутрішнього напруження. Для цієї групи актуальними є психологічні інтервенції, спрямовані на розвиток навичок самоспостереження та емоційної рефлексії.

Середній рівень – 16 осіб (53,3%). Більшість респондентів виявляють достатній рівень здатності до розпізнавання власних емоцій. Вони, як правило, можуть ідентифікувати базові емоційні стани (наприклад, радість, злість, страх), проте можуть відчувати труднощі з розумінням складніших чи змішаних емоцій. Такий рівень дозволяє їм орієнтуватися у власному емоційному досвіді та формувати адекватну самооцінку, однак у стресових або конфліктних ситуаціях ця здатність може знижуватись. Це вказує на потенціал для розвитку більш глибокого саморозуміння.

Високий рівень – 11 осіб (36,7%). Ці респонденти володіють високим рівнем емоційної свідомості, що дозволяє їм чітко й точно розпізнавати власні емоції, розуміти їх витоки та динаміку. Вони здатні розрізняти нюанси в емоційних переживаннях, пов'язувати емоційні стани з конкретними подіями чи внутрішніми переконаннями. Такі особистості, як правило, мають розвинену емоційну рефлексію, що є основою для ефективної саморегуляції, конструктивної поведінки в міжособистісній взаємодії та стресостійкості. Високий рівень емоційної обізнаності є одним із ключових факторів психологічної зрілості.

2. Управління своїми емоціями:

Низький рівень – відсутній. Це позитивний результат, оскільки відсутність респондентів з низьким рівнем управління своїми емоціями свідчить про загальну здатність учасників контролювати свої емоційні реакції. Це означає, що жоден із респондентів не демонструє серйозних проблем з імпульсивністю чи неконтрольованими емоціями. Така здатність є важливою для підтримки внутрішньої гармонії та ефективної взаємодії з іншими.

Середній рівень – 26 осіб (86,7%). Переважна більшість респондентів мають часткові, але не завжди стабільні навички регуляції емоцій. Вони здатні певною мірою контролювати свої емоції в більшості ситуацій, проте в екстремальних або стресових умовах ці навички можуть бути менш ефективними. Це вказує на необхідність додаткового розвитку емоційної

стійкості, наприклад, через навчання технік релаксації, медитації чи стрес-менеджменту, що дозволяє краще реагувати на зовнішні виклики.

Високий рівень – 4 особи (13,3%). У цьому випадку респонденти демонструють високу здатність до ефективного управління своїми емоціями в різноманітних ситуаціях. Вони можуть не тільки контролювати свої реакції, а й активно змінювати або коригувати свій емоційний стан за допомогою когнітивних і поведінкових стратегій, що дозволяє зберігати емоційну рівновагу в складних ситуаціях. Такий рівень свідчить про високий рівень емоційної зрілості та здатність до конструктивної взаємодії в стресових умовах.

3. Самомотивація:

Низький рівень – 2 респонденти (6,7%). Ці респонденти мають труднощі з підтримкою внутрішньої мотивації для досягнення своїх цілей. Вони можуть стикатися з проблемами у знаходженні енергії або бажання діяти, що може призводити до затримок у виконанні завдань або до низької ефективності в досягненні цілей. Це може бути результатом низької самодисципліни або відсутності чіткої мотивації для реалізації своїх намірів. Для таких осіб можуть бути корисні інструменти для розвитку самомотивації, зокрема постановка малих досяжних цілей та пошук внутрішнього стимулу для активних дій.

Середній рівень – 21 особа (70%). Більшість респондентів демонструють достатній рівень вольових якостей, що дозволяє їм підтримувати мотивацію в більшості випадків. Проте, у стресових ситуаціях або при виконанні задач, які їм не цікаві, мотивація може бути нестабільною або коливатися. Це вказує на наявність у респондентів базових передумов для формування мотиваційних стратегій, водночас існує потреба у додаткових засобах зміцнення їхньої стійкості в умовах підвищеної складності.

Високий рівень – 7 респондентів (23,3%). Ці респонденти мають високо розвинену внутрішню мотивацію та здатність підтримувати високу

дисципліну та цілеспрямованість. Вони здатні зберігати стабільний рівень мотивації навіть у важких чи менш цікавих ситуаціях. Це свідчить про їх високу самодисципліну та вміння знаходити сили для досягнення своїх цілей, незважаючи на перешкоди чи труднощі. Такі респонденти, ймовірно, мають розвинуту здатність до самоконтролю і здатні управляти своїми емоціями та вчинками для досягнення бажаних результатів.

4. Емпатія:

Низький рівень – 2 особи (6,7%). Ці респонденти мають труднощі з розумінням і співпереживанням емоцій інших людей. Вони можуть не завжди помічати або правильно інтерпретувати емоційні сигнали оточуючих, що може ускладнювати їх взаємодію з іншими людьми. Це може бути пов'язано з певними обмеженнями в соціальних навичках або відсутністю розвиненого емоційного інтелекту в контексті взаємодії з іншими. Для таких осіб можуть бути корисні тренінги на розвиток емоційного сприйняття і глибшого розуміння інших.

Середній рівень – 20 осіб (66,7%). Більшість респондентів мають базові емпатичні навички, що дозволяє їм співпереживати емоціям інших людей і розуміти їх емоційні стани. Водночас у певних випадках їм може бракувати глибшого емоційного розуміння або навичок надання необхідної підтримки в чутливих ситуаціях. Це свідчить про наявність основ емпатії, проте в певних ситуаціях ці респонденти можуть потребувати додаткової підтримки для більш чутливого реагування на емоційні потреби інших людей.

Високий рівень – 8 осіб (26,7%). Ці респонденти мають високо розвинену здатність відчувати і розуміти емоції інших людей на глибокому рівні. Вони виявляють емоційну чуйність та здатність підтримувати інших, коли це необхідно. Вони активно демонструють підтримуючу поведінку, здатні ставити себе на місце іншої людини і проявляти співчуття та розуміння в складних ситуаціях. Це дозволяє їм створювати сильніші міжособистісні зв'язки та ефективно взаємодіяти в соціальних ситуаціях.

5. Розпізнавання емоцій інших людей:

Низький рівень – відсутній. Це є позитивним результатом, що свідчить про загальну спроможність респондентів помічати та інтерпретувати емоційні сигнали в комунікації. Відсутність респондентів з низьким рівнем вказує на те, що більшість осіб здатні хоча б на базовому рівні розпізнавати емоції інших людей. Вони можуть помічати зміни у виразах обличчя, інтонації голосу та інших невербальних сигналах, що дозволяє їм орієнтуватися в емоційних станах оточуючих.

Середній рівень – 13 осіб (43,3%). Ці респонденти мають часткову здатність до інтерпретації емоцій інших людей. Вони здатні розпізнавати емоції, проте інколи можуть бути обмеженими в точності чи глибині їхнього розуміння. Наприклад, вони можуть помічати певні емоційні сигнали, але інтерпретувати їх неправильно або не завжди вміти визначити тонкість емоційної ситуації. Це свідчить про наявність базових навичок, але також і про потребу в подальшому розвитку цієї здібності.

Високий рівень – 17 осіб (56,7%). Ці респонденти вміють добре розпізнавати невербальні сигнали, інтонацію, вираз обличчя та інші ознаки емоційних станів інших людей. Вони мають розвинену здатність сприймати емоційні зміни, навіть в ситуаціях, коли вони не виражені явно. Це дозволяє їм точно орієнтуватися в емоційних потребах інших та ефективно взаємодіяти з людьми, підтримуючи гармонійні соціальні зв'язки. Високий рівень цієї здібності також свідчить про загальну чутливість до емоційних нюансів у спілкуванні.

У цілому, результати свідчать про помірно розвинений емоційний інтелект у більшості учасників дослідження. Найкраще сформованими виявилися розпізнавання емоцій інших та управління власними емоціями, що є важливими чинниками успішної соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії. Найбільш варіативною виявилася емоційна обізнаність, що вказує на потенційні можливості для розвитку саморефлексії.

Результати щодо загального рівня емоційного інтелекту за цією ж методикою подано в таблиці 2.2:

Таблиця 2.2.

Результати загального рівня емоційного інтелекту студентів за методикою «Емоційний інтелект»

Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%
0	0%	24	80%	6	20%

Для кращого розуміння та подальшої інтерпретації отриманих результатів їх було подано на рисунку 2.2.

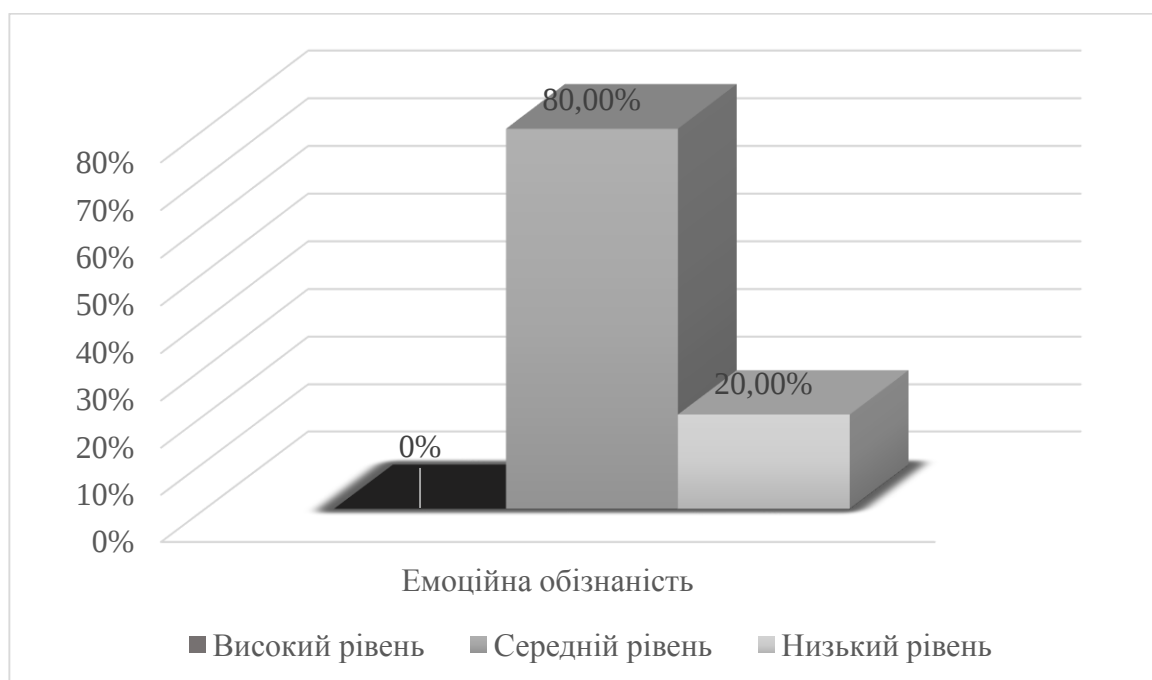


Рис. 2.2. Результати щодо загального рівня емоційного інтелекту

Аналіз загального рівня емоційного інтелекту студентів за методикою «Емоційний інтелект» дає змогу виокремити низку важливих висновків стосовно рівня емоційної компетентності досліджуваної вибірки.

Високий рівень емоційного інтелекту не був зафіксований у жодного з опитаних студентів (0 осіб, 0%). Це свідчить про те, що в межах цієї вибірки немає студентів із вираженою емоційною зрілістю та здатністю

ефективно розпізнавати, інтерпретувати й регулювати емоції – як власні, так і інших людей. Низькі результати можуть свідчити про недостатній рівень розвитку емоційних умінь або про відсутність сприятливих умов для їх формування в освітньому середовищі.

У переважної більшості студентів – 24 особи (80%) – зафіксовано середній рівень розвитку емоційного інтелекту. Це свідчить про те, що більшість респондентів демонструють загалом задовільні навички емоційної саморегуляції, однак мають потенціал для подальшого розвитку у цій сфері. Вони частково володіють емоційною компетентністю, що дозволяє їм встановлювати та підтримувати міжособистісні стосунки, але можуть мати труднощі в ситуаціях підвищеного стресу або соціальної напруги.

Низький рівень емоційного інтелекту зафіксовано у 6 студентів, що становить 20% від загальної кількості учасників дослідження. Ця частка вибірки потребує особливої уваги, адже низький рівень ЕІ може проявлятися у складнощах із розпізнаванням і вираженням емоцій, у неадекватних способах реагування на емоційні ситуації, у підвищеній конфліктності або соціальній ізоляції. Такі результати є підставою для впровадження профілактичних і корекційних заходів, спрямованих на розвиток емоційної сфери.

Таким чином, більшість студентів характеризуються середнім рівнем емоційного інтелекту, що є сприятливим підґрунтям для подальшого розвитку їхніх емоційних і соціальних компетентностей шляхом цілеспрямованих освітніх та психолого-педагогічних впливів. Водночас наявність осіб із низькими показниками ЕІ вказує на актуальність розробки спеціальних програм підтримки та тренінгів із розвитку емоційної компетентності для студентської молоді. Це сприятиме покращенню якості міжособистісної взаємодії, зниженню конфліктності та підвищенню рівня психологічного благополуччя.

Загальна картина результатів свідчить про варіативність рівнів емоційного інтелекту у студентської молоді. Це вказує на необхідність індивідуального підходу до розвитку емоційної сфери, зокрема — через тренінги, психоосвітню роботу та впровадження елементів емоційного навчання в освітній процес.

Результати, отримані за методикою «Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікацій», подано в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3.

Результати студентів за методикою «Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікацій»

Шкали	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Орієнтація на прийняття партнера	13 осіб, 43,3%	5 осіб, 16,7%	12 осіб, 40%
Орієнтація на адекватне сприйняття та розуміння партнера	11 осіб, 36,7%	10 осіб, 33,3%	9 осіб, 30%
Орієнтація на досягнення компромісу	12 осіб, 40%	14 осіб, 46,7%	4 особи, 13,3%

Для кращого розуміння та подальшої інтерпретації отриманих результатів їх було подано на рисунку 2.3.

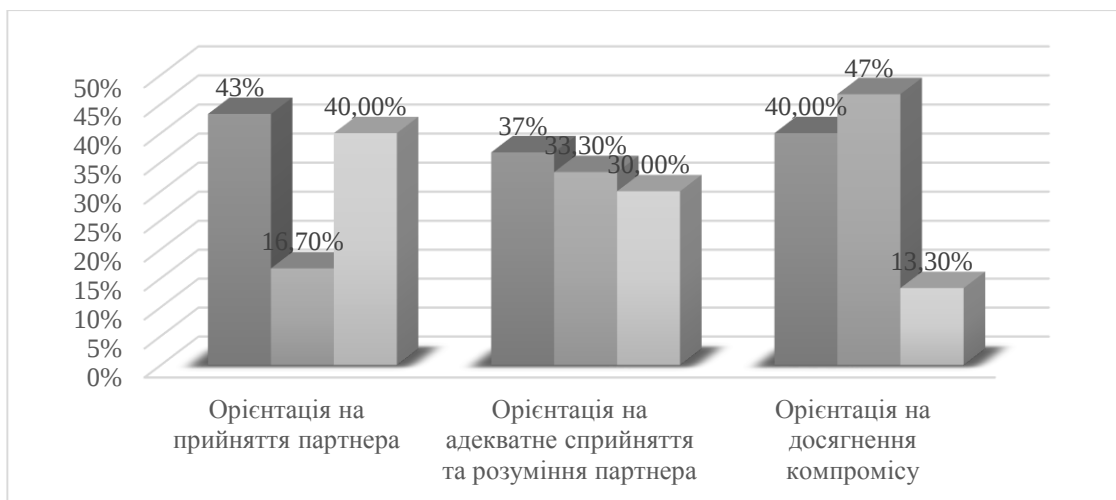


Рис. 2.3. Результати за методикою «Діагностика мотивації до уникнення невдач»

Аналіз результатів студентів за методикою «Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікаціях» дозволяє визначити, які комунікативні орієнтації домінують у групі та на якому рівні знаходиться гармонійність міжособистісної взаємодії:

1. Орієнтація на прийняття партнера. Показники на високому й низькому рівнях за шкалою орієнтації на прийняття партнера майже однакові (43,3% та 40% відповідно), що свідчить про поляризацію ставлення до співрозмовника в межах досліджуваної вибірки. Це означає, що частина студентів схильна до відкритої, доброзичливої взаємодії, визнає значущість іншої особистості, готова до співпраці та підтримки у комунікативному процесі. Подібна орієнтація сприяє формуванню позитивного емоційного клімату у спілкуванні, підвищенню рівня довіри та, як наслідок, забезпечує більш ефективну взаємодію.

Водночас майже така сама кількість студентів показала низький рівень цієї орієнтації, що вказує на труднощі у прийнятті інших, недостатню емпатійність, відстороненість або байдужість до емоційного стану партнера. Подібна тенденція може стати бар'єром для налагодження продуктивного діалогу, особливо в умовах ділового чи навчального спілкування. Середній рівень вираженості цієї орієнтації виявлено лише у 16,7% респондентів, що

свідчить про обмежену комунікативну гнучкість – уміння балансувати між особистими інтересами й потребами іншого. Це підкреслює потребу в розвитку навичок емоційної взаємодії та формування установки на партнерство.

2. Орієнтація на адекватне сприйняття та розуміння партнера.

Результати за шкалою орієнтації на адекватне сприйняття та розуміння партнера виявляють відносно рівномірний розподіл між високим (36,7%), середнім (33,3%) та низьким (30%) рівнями. Такий баланс свідчить про відсутність чітко вираженого домінування тієї чи іншої тенденції у комунікативній поведінці студентів. Водночас це може свідчити про наявність різного рівня сформованості навичок сприймання іншого як рівноправного суб'єкта комунікації: від вміння враховувати його наміри, потреби, емоції – до значних труднощів у цьому процесі.

Враховуючи, що лише третина опитаних демонструє високий рівень орієнтації на розуміння партнера, можна говорити про обмеженість емпатійних і перцептивних здібностей у значної частини студентів. Це потенційно створює передумови для виникнення непорозумінь, неправильного тлумачення мотивів поведінки співрозмовника, що, у свою чергу, може призводити до напруженості чи конфліктів у діловій взаємодії. Таким чином, результати підкреслюють актуальність розвитку навичок активного слухання, емоційної чутливості та точного інтерпретування повідомлень у процесі комунікації.

3. Орієнтація на досягнення компромісу.

Отримані результати свідчать про домінування високого та середнього рівнів орієнтації на досягнення компромісу серед студентів (разом 86,7%), що є позитивною характеристикою групової динаміки. Це демонструє, що більшість учасників володіють навичками переговорів, гнучкості та емоційної регуляції, які необхідні для ефективного подолання суперечностей. Такий рівень готовності до конструктивного діалогу сприяє

формуванню партнерських відносин і створює передумови для збереження продуктивної комунікації навіть у напружених ситуаціях.

Водночас низький рівень орієнтації на компроміс виявлено лише у 13,3% студентів, що є порівняно незначним показником, але заслуговує на увагу. У цих осіб можуть переважати жорсткі, конфронтаційні або замкнуті стратегії поведінки, що ускладнює досягнення взаєморозуміння. Такий розрив у рівнях може стати джерелом дисбалансу у груповій взаємодії, якщо окремі учасники не поділяють прагнення до компромісу більшості. Це свідчить про необхідність системної роботи над розвитком умінь конструктивного врегулювання конфліктів і формування позитивної мотивації до взаємодії.

Отже, найбільш розвиненою серед студентів є орієнтація на досягнення компромісу, що свідчить про їхню загальну готовність до ефективної взаємодії в умовах конфлікту. Найменш гармонійно вираженою є орієнтація на прийняття партнера, що вказує на потенційні труднощі у формуванні довірчих та емоційно позитивних стосунків. Варто звернути увагу на розвиток емпатії, навичок активного слухання та емоційного інтелекту, щоб підвищити рівень розуміння партнера та зміцнити емоційний компонент спілкування.

Результати, отримані за показником гармонійності комунікативних орієнтацій за цією ж методикою, подано в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Результати студентів щодо показника гармонійності комунікативний орієнтацій відповідно до методики «Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікацій»

Рівень гармонійності комунікативних орієнтацій	Кількість осіб	Показник у відсотках
Високий	9	30%
Середній	13	43,3%

Низький	8	26,7%
---------	---	-------

Для кращого розуміння та подальшої інтерпретації отриманих результатів їх було подано на рисунку 2.4.

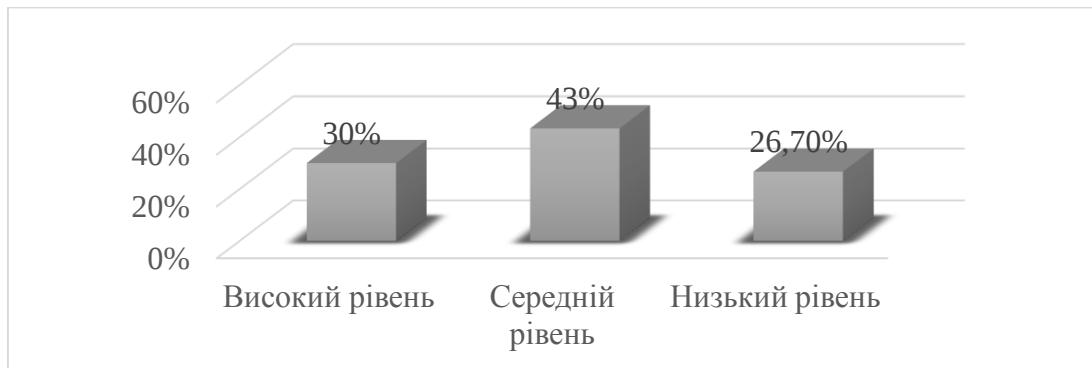


Рис. 2.4. Результати за методикою «Діагностика мотивації до уникнення невдач».

Аналіз результатів, отриманих за методикою «Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікаціях», дозволяє зробити низку суттєвих висновків про рівень гармонійності комунікативних орієнтацій серед студентської молоді.

Найбільша частка учасників дослідження (43,3% або 13 осіб) продемонструвала середній рівень гармонійності комунікативних орієнтацій. Це означає, що відносно стабільний, але не ідеальний рівень сформованості здатності до гармонійної міжособистісної взаємодії. Такі студенти в більшості випадків демонструють адекватні комунікативні стратегії, однак у деяких ситуаціях можуть виникати труднощі в розумінні інших, у гнучкому реагуванні чи конструктивному вирішенні конфліктів.

30% (9 осіб) мали високий рівень гармонійності. Це свідчить про те, що майже третина вибірки володіє вираженими комунікативними компетенціями: здатністю ефективно будувати міжособистісні стосунки, враховувати емоційний стан співрозмовника, уникати конфліктів або конструктивно їх вирішувати. Ці студенти, ймовірно, мають високий рівень

емоційної зрілості, що сприяє їхній соціальній адаптації та успішній взаємодії в різних сферах життя.

Низький рівень гармонійності зафіксовано у 8 студентів (26,7%). Це досить значна частка, що потребує уваги. Такий результат може свідчити про труднощі у побудові ефективної комунікації, брак емоційної гнучкості, недостатній розвиток навичок емпатії та саморегуляції. У цих осіб можуть частіше виникати конфлікти, труднощі у соціалізації, що в перспективі може впливати як на академічну успішність, так і на загальне психологічне благополуччя.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що хоча більшість студентів мають середній або високий рівень гармонійності комунікативних орієнтацій, чверть вибірки потребує цілеспрямованої підтримки. Це підкреслює доцільність включення до освітнього процесу тренінгів з розвитку комунікативних навичок, емоційної компетентності та соціальної взаємодії.

Результати, отримані за методикою «Діагностика мотивації досягнень» подано в таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

**Результати студентів за методикою «Діагностика мотивації
досягнень»**

Мотив	Кількість осіб	Показник у відсотках
Прагнення до успіху	17	56,7%
Прагнення уникати невдачі	13	43,3%

Для кращого розуміння та подальшої інтерпретації отриманих результатів їх було подано на рисунку 2.5.

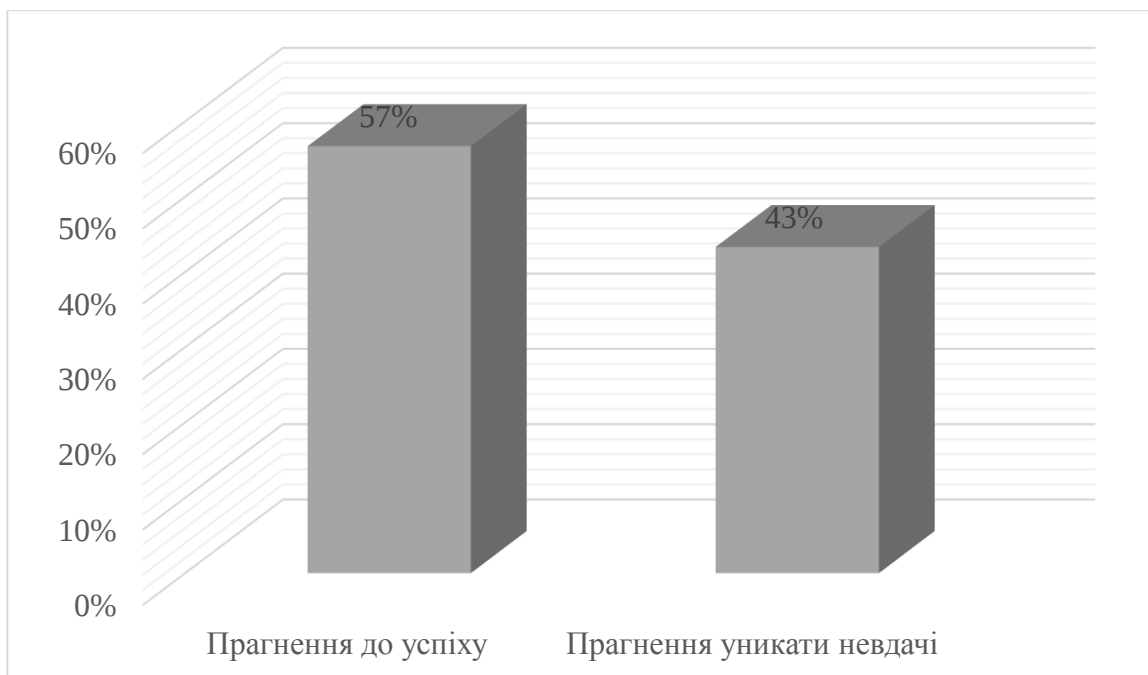


Рис. 2.5. Результати за методикою «Діагностика мотивації досягнень»

Результати дослідження мотивації досягнень свідчать про домінування у студентів прагнення до успіху – 56,7% респондентів орієнтовані на досягнення результату, проявляють ініціативність, налаштовані на самореалізацію, високу результативність та самостійне подолання труднощів. Це є позитивним показником сформованої внутрішньої мотивації, що сприяє активній навчальній і професійній діяльності.

Водночас у 43,3% студентів переважає мотив уникнення невдач, що може свідчити про схильність до тривожності, страху перед помилками та оцінюванням, а також про уникання складних завдань. Такий тип мотивації не обов'язково є деструктивним, проте він може знижувати ініціативність та ризикованість, що іноді є важливими для досягнення високих результатів. Тому варто розглядати потребу в психологічному супроводі цих студентів із метою розвитку впевненості, самоповаги та формування більш активної настанови на досягнення.

2.3. Аналіз взаємозв'язку між емоційним інтелектом і мотиваційною сферою особистості на основі статистичних даних

Аналіз взаємозв'язку між емоційним інтелектом та мотиваційною сферою особистості доцільно здійснювати за допомогою кореляційного аналізу, зокрема, методу Пірсона, з таких причин:

1. Результати як за методикою емоційного інтелекту, так і за методикою мотивації до уникнення невдач є числовими і мають інтервальний або близький до інтервального рівень виміру, що є обов'язковою умовою для застосування коефіцієнта Пірсона.

2. Метою дослідження є визначення лінійного зв'язку між рівнем емоційного інтелекту та ступенем мотивації до уникнення невдач.

3. У дослідженні використано методики, які забезпечують достатню варіативність балів, що також є умовою для доцільного застосування кореляції Пірсона.

Значення коефіцієнта (r) покаже, чи існує статистично значущий зв'язок між емоційним інтелектом і мотивацією до уникнення невдач.

Результати кореляційного аналізу з використанням коефіцієнта Пірсона, що відображають взаємозв'язок між рівнем емоційного інтелекту та загальним показником гармонійності комунікативних орієнтацій, наведено в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6.

**Результати студентів щодо кореляційних зв'язків між показниками
рівня емоційного інтелекту та загальним показником гармонійності
комунікативних орієнтацій**

Показник гармонійності комунікативних орієнтацій	Низький рівень емоційного інтелекту	Середній рівень емоційного інтелекту	Високий рівень емоційного інтелекту
Низький рівень гармонійності	0,473	-0,323	-0,482

Середній рівень гармонійності	-0,522	-0,214	-0,291
Високий рівень гармонійності	-0,328	0,218	0,637

Аналіз результатів кореляційних зв'язків між рівнем емоційного інтелекту та гармонійністю комунікативних орієнтацій дозволяє виділити важливі аспекти взаємозв'язку між цими показниками, зокрема позитивні кореляції.

1. Позитивний зв'язок між високим рівнем емоційного інтелекту та високим рівнем гармонійності комунікативних орієнтацій. Цей результат є значущим і свідчить про те, що студенти з вищим рівнем емоційного інтелекту демонструють помітно кращу здатність до ефективної та гармонійної взаємодії. Значення коефіцієнта кореляції 0,637 вказує на виражений позитивний зв'язок, що підтверджує: розвиток емоційного інтелекту сприяє покращенню міжособистісних стосунків, адекватному сприйняттю партнера та успішній комунікації. Такі студенти, ймовірно, краще справляються з емоціями як своїми, так і партнерів, що дозволяє їм ефективно вирішувати конфлікти та досягати порозуміння в комунікації.

2. Зв'язок між середнім рівнем емоційного інтелекту та гармонійністю комунікативних орієнтацій виявляється менш вираженим: для студентів із середнім рівнем емоційного інтелекту коефіцієнт кореляції становить 0,218, що вказує на слабкий позитивний зв'язок між цими показниками. Хоча є позитивний зв'язок між рівнем емоційного інтелекту і гармонійністю комунікацій, він менш виражений, що може свідчити про наявність ще певних труднощів у використанні емоційних навичок для покращення комунікативних стратегій. Студенти цього рівня можуть мати певні труднощі в емоційній регуляції та розумінні партнера, що може впливати на їх здатність до повної гармонії в спілкуванні.

3. Показник кореляції 0,473 між низьким рівнем емоційного інтелекту та низьким рівнем гармонійності комунікативних орієнтацій свідчить про те, що студенти з низьким емоційним інтелектом мають тенденцію до труднощів у досягненні гармонії в комунікації. Кореляція є помірно позитивною, що означає наявність зв'язку між цими двома змінними, але він не є надто сильним. Отримані результати свідчать, що студенти з низьким рівнем емоційного інтелекту, ймовірно, мають труднощі у розпізнаванні та регулюванні власних емоцій, а також у розумінні та адекватній реакції на емоції інших людей. Це може спричиняти проблеми у комунікації, зокрема, у формуванні конструктивних взаємин, сприйнятті чужих точок зору та прояві гнучкості у спілкуванні, що іноді призводить до конфліктів.

Загальний аналіз дає підстави стверджувати, що високий рівень емоційного інтелекту позитивно впливає на гармонійність комунікативних орієнтацій. Студенти з розвиненим емоційним інтелектом краще розуміють і адекватно реагують на емоції інших, що робить їхню комунікацію більш ефективною та конструктивною. Отримані дані підкреслюють значущість розвитку емоційного інтелекту для підвищення рівня комунікативних навичок, особливо у контексті формування гармонійних взаємин і налагодження якісних міжособистісних контактів.

Результати, отримані за показниками рівня емоційного інтелекту та мотивацією досягнень із застосуванням методу кореляції Пірсона, подано в таблиці 2.7.

Таблиця 2.7.

Результати студентів стосовно кореляційних зв'язків між показниками рівня емоційного інтелекту та мотивацією досягнень

Мотив	Низький рівень емоційного інтелекту	Середній рівень емоційного інтелекту	Високий рівень емоційного інтелекту
Націленість на досягнення успіху	-0,392	-0,281	0,735
Схильність уникати поразок	0,528	-0,194	-0,137

Кореляційний аналіз взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та мотивацією досягнень у студентів засвідчив чітко виражену позитивну залежність ($r = 0,735$), що свідчить про те, що високий емоційний інтелект супроводжується сильним прагненням до досягнення успіху. Це свідчить про те, що зі зростанням емоційного інтелекту зростає й орієнтація студентів на досягнення, самореалізацію, подолання труднощів і досягнення високих результатів. Такий зв'язок підкреслює, що вміння усвідомлювати, аналізувати і контролювати власні емоції сприяє формуванню внутрішньої мотивації до розвитку і самовдосконалення.

Натомість виявлено помірно позитивний зв'язок ($r = 0,528$) між низьким рівнем емоційного інтелекту та мотивацією уникнення невдачі, що свідчить про те, що такі студенти, як правило, зосереджуються не на досягненнях, а на страху перед помилками, осудом або поразкою. Це може бути пов'язано зі зниженим емоційним самоприйняттям, підвищеною тривожністю та схильністю уникати складних ситуацій замість активного їх подолання. Таким чином, дані підкреслюють важливість розвитку емоційного інтелекту як ключового ресурсу для формування позитивної та конструктивної мотивації досягнення поставлених цілей.

Отже, результати дослідження засвідчують наявність тісного зв'язку між високим рівнем емоційного інтелекту та позитивною мотиваційною орієнтацією особистості. Студенти з розвиненим емоційним інтелектом виявляють більшу орієнтацію на досягнення успіху та мають гармонійніші

комунікативні орієнтації, що забезпечує ефективнішу взаємодію з оточенням і внутрішню психологічну стійкість.

Натомість низький рівень емоційного інтелекту асоціюється з орієнтацією на уникнення невдач і супроводжується труднощами у налагодженні гармонійних взаємин із оточенням. Це вказує на наявність емоційної напруги, знижену самооцінку та обмежену здатність до ефективної саморегуляції. Таким чином, емоційний інтелект є важливою складовою мотиваційної сфери студентів і суттєво впливає на їхню здатність до конструктивної діяльності та міжособистісної взаємодії.

Висновки до другого розділу

Для вивчення взаємозв'язку між емоційним інтелектом та мотиваційною сферою у студентів було проведено емпіричне дослідження, у якому добровільно взяли участь 30 студентів віком від 18 до 22 років.

Аналіз кореляційних зв'язків між рівнем емоційного інтелекту та показниками мотиваційної сфери студентів дозволив виявити важливі закономірності, які підтверджують наявність взаємозв'язку між емоційною сферою особистості та її мотиваційними характеристиками.

Зокрема, позитивна кореляція між високим рівнем емоційного інтелекту та високою гармонійністю комунікативних орієнтацій свідчить про те, що здатність ефективно розпізнавати, розуміти та регулювати емоції є суттєвим ресурсом для налагодження якісної міжособистісної взаємодії. Студенти, які мають високий рівень емоційного інтелекту, демонструють вищу готовність до гармонійного спілкування, що проявляється у більш гнучкому реагуванні, вмінні приймати іншу точку зору, долати конфлікти конструктивно. Це є вагомим чинником успішної соціальної адаптації в академічному середовищі та за його межами.

У респондентів із середнім рівнем емоційного інтелекту теж спостерігається позитивний зв'язок із комунікативною гармонійністю,

однак менш виражений. Це дозволяє припустити, що за умови подальшого розвитку емоційної компетентності ці студенти можуть значно покращити свою здатність до конструктивної комунікації та соціальної взаємодії.

Варто також відзначити виявлений позитивний зв'язок між низьким рівнем емоційного інтелекту та низьким рівнем гармонійності комунікативних орієнтацій. Така залежність демонструє, що нестача емоційної гнучкості, труднощі у розпізнаванні та регулюванні власних і чужих емоцій можуть обмежувати комунікативну ефективність особистості. Це може призводити до соціальних непорозумінь, конфліктності, зниження здатності до співпраці, а також негативно впливати на загальний психоемоційний комфорт студентів.

У межах дослідження також було вивчено взаємозв'язок між емоційним інтелектом і мотивацією досягнень, що є важливою складовою мотиваційної сфери особистості. Аналіз отриманих даних вказує, що підвищений рівень емоційного інтелекту корелює з мотивацією досягати успіху. Це говорить про те, що емоційно зрілі студенти, які вміють усвідомлювати й адекватно регулювати власні емоції, виявляють більшу цілеспрямованість, наполегливість, бажання досягати високих результатів та самореалізовуватися. Така мотивація є внутрішньо зумовленою, конструктивною і підтримує активну життєву позицію особистості.

У той же час низький рівень емоційного інтелекту, як засвідчили результати, пов'язаний із орієнтацією на уникнення невдач. Це може свідчити про наявність внутрішніх бар'єрів, тривожності, невпевненості в собі, страху бути осудженим. Такі студенти, як правило, уникають ризиків і викликів, що може обмежувати їхній розвиток і впливати на зниження активності в досягненні цілей. У цьому контексті емоційна незрілість виступає не лише як емоційна, а й як мотиваційна перешкода.

Отже, результати дослідження підтверджують припущення про наявність значущого зв'язку між рівнем емоційного інтелекту студентів та характеристиками їх мотиваційної сфери. Емоційний інтелект є важливим

фактором, що сприяє формуванню конструктивної мотивації до досягнень, високої якості міжособистісної взаємодії та адаптації у соціумі. Це вказує на необхідність цілеспрямованого розвитку емоційної компетентності в освітньому процесі, зокрема через впровадження тренінгових програм і психологічно-педагогічного супроводу та емоційно-орієнтованих практик. Розвиток емоційного інтелекту у студентському віці може стати важливим чинником не лише академічного успіху, а й загального психологічного благополуччя особистості.

ВИСНОВКИ

Теоретичний і практичний аналіз досліджуваної теми дозволяє сформулювати такі висновки:

1. У процесі теоретичного аналізу проблеми емоційного інтелекту та мотиваційної сфери особистості було встановлено, що обидва ці феномени є ключовими компонентами психологічної структури особистості, які тісно взаємопов'язані та взаємовпливають один на одного. Емоційний інтелект визначається як здатність особистості усвідомлювати, розпізнавати, виражати, розуміти й регулювати емоції – як власні, так і емоції інших людей. Він охоплює емоційну обізнаність, емпатію, саморегуляцію та здатність до ефективної емоційної взаємодії.

Мотиваційна сфера особистості, у свою чергу, відображає систему внутрішніх спонукань до діяльності, що забезпечують цілеспрямовану поведінку людини, її життєву активність і прагнення до самореалізації. У структурі мотивації виокремлюють прагнення досягти успіху, уникати невдач, реалізовувати внутрішні потреби, зокрема потребу у визнанні, саморозвитку, соціальній взаємодії.

Аналіз наукових джерел показав, що емоційний інтелект значною мірою визначає характер і стійкість мотивації особистості. Високий рівень емоційної обізнаності та саморегуляції сприяє формуванню внутрішньої, орієнтованої на досягнення мотивації, зменшує вплив тривоги, страху невдачі, емоційної нестабільності. Здатність керувати емоціями дозволяє ефективніше долати труднощі, адаптуватися до змін і підтримувати цілеспрямовану діяльність.

Таким чином, результати теоретичного аналізу засвідчили, що емоційний інтелект є не лише як емоційна компетентність, а і як важливий чинник розвитку та підтримки мотиваційної сфери особистості, зокрема у студентському віці – періоді активного професійного та особистісного становлення.

2. Студентський період є важливим етапом психологічного розвитку особистості, протягом якого формуються ключові внутрішні ресурси, необхідні для самореалізації у майбутньому професійному та особистому житті. У цей час відбувається інтенсивне становлення самосвідомості, розвиток механізмів саморегуляції, осмислення особистих цінностей, життєвих цілей і соціальних орієнтирів. Важливо, що саме в юнацькому віці індивід активно взаємодіє з соціальним середовищем, будує систему міжособистісних стосунків, долає виклики та випробовує власні межі у сфері навчання, спілкування та діяльності. У цьому контексті емоційний інтелект виступає як базовий регулятор поведінки, що забезпечує можливість усвідомлювати й розуміти власні емоції та емоції інших людей, регулювати емоційні стани, підтримувати емоційну рівновагу і ефективно вирішувати конфліктні ситуації.

Високий рівень емоційного інтелекту міцно корелює з мотивацією досягати поставлених цілей: такі особистості виявляють більшу ініціативність, наполегливість, схильність до самореалізації та позитивне ставлення до труднощів як до джерела зростання. Вони краще орієнтуються в соціальних ситуаціях, здатні до емпатії, що сприяє підтриманню соціальних зв'язків і взаємодії у групі. Натомість студенти з низьким рівнем емоційної компетентності частіше демонструють уникання відповідальності, страх перед помилками, що характерно для мотивації уникнення невдач. У них спостерігається знижений рівень самоконтролю, що ускладнює досягнення поставлених цілей і може призводити до психологічного виснаження. Отже, емоційний інтелект має суттєве значення у формуванні й підтримці ефективної мотивації, виступає фактором психологічної витривалості та допомагає студентам досягати успіху як у особистісному, так і в професійному зростанні.

3. Для дослідження взаємозв'язку між емоційним інтелектом і мотиваційною сферою студентів було проведено емпіричне дослідження за

участю 30 студентів у віці від 18 до 22 років. Усі учасники добровільно погодилися бути частиною дослідження.

Емпіричне дослідження дозволило виявити статистично значущі кореляції між рівнем емоційного інтелекту студентів, їх гармонійністю комунікативних орієнтацій та мотиваційними установками.

Зокрема, виявлено сильний позитивний зв'язок між високим рівнем емоційного інтелекту та гармонійністю комунікативних орієнтацій ($r = 0,637$), що свідчить про здатність студентів з розвиненим емоційним інтелектом ефективно спілкуватися, регулювати власні емоції та будувати конструктивні взаємини з іншими. У студентів із середнім рівнем емоційного інтелекту виявлено слабку позитивну кореляцію з гармонійністю комунікативних орієнтацій ($r = 0,218$), що може свідчити про певні труднощі у застосуванні емоційних навичок у спілкуванні. У групі з низьким рівнем емоційного інтелекту зафіксовано помірну позитивну кореляцію з низьким рівнем гармонійності комунікативних орієнтацій ($r = 0,473$), що вказує на обмежену емоційну регуляцію та проблеми у взаємодії з навколишнім середовищем.

Додатковий аналіз показав, що високий емоційний інтелект значно пов'язаний з позитивною мотиваційною спрямованістю. У студентів з високим рівнем емоційного інтелекту виявлено виражену позитивну кореляцію з мотивацією досягнення успіху ($r = 0,735$), а також незначну негативну кореляцію з мотивацією уникнення невдач ($r = -0,137$), що свідчить про орієнтацію таких студентів на самореалізацію й подолання труднощів. Це означає, що такі студенти частіше орієнтовані на самореалізацію та подолання труднощів. Натомість у студентів із низьким рівнем емоційного інтелекту спостерігається помірна позитивна кореляція з мотивацією уникнення невдач ($r = 0,528$) та негативна кореляція з прагненням до успіху ($r = -0,392$), що свідчить про підвищену тривожність, емоційне напруження та схильність уникати складних ситуацій.

Таким чином, результати дослідження свідчать, що високий рівень емоційного інтелекту сприяє формуванню гармонійних комунікативних орієнтацій і позитивної мотивації до досягнень, тоді як низький рівень пов'язаний з домінуванням уникнення невдач та складнощами у міжособистісній взаємодії. Це акцентує увагу на важливості формування емоційного інтелекту в освітніх закладах для зміцнення психологічної витривалості студентів та покращення їхніх навичок соціальної взаємодії.

Отже, отримані дані підтверджують гіпотезу про міцний зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та мотиваційною сферою студентів. Емоційний інтелект виступає ключовим фактором, що підтримує розвиток конструктивної мотивації до досягнень, покращує якість міжособистісних стосунків і сприяє ефективній соціальній адаптації студентської молоді. Це вказує на необхідність інтеграції тренінгових програм і психолого-педагогічного супроводу, спрямованих на розвиток емоційної компетентності у студентів. Підвищення рівня емоційного інтелекту може суттєво сприяти не лише покращенню академічних результатів студентів, а й зміцненню їхнього загального психологічного здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амплєєва О. Взаємозв'язок емоційного інтелекту з різними напрямками практичної психології. *Молодий вчений*. 2019. № 2 (66). С. 145-149.
2. Басюк Н. А. Емоційний інтелект: становлення та розвиток поняття в зарубіжних дослідженнях. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки*. 2022. № 110. С. 253-266.
3. Боковець О. І. Емоційний інтелект як ресурс психічного здоров'я. URL: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/9b4af678-8010-45f1-945e-2cbcd394b550/content>
4. Борисенко К. Сутність поняття «емоційний інтелект» у психолого-педагогічній літературі. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2021. № 1(1). С. 83-90.
5. Буркало Н. Психологічні особливості емоційного інтелекту. *Psychological Journal*. 2019. № 5.7. С. 34-49.
6. Бурхан-Крутоус Л. А. Емпатія як складова емоційного інтелекту. URL: <http://info.dgu.edu.ua/bitstream/123456789/1305/1/%D0%A2%D0%B5%D0%B7%D0%B8%20%D0%91%D1%83%D1%80%D1%85%D0%B0%D0%BD-%D0%9A%D1%80%D1%83%D1%82%D0%BE%D1%83%D1%81%20%D0%9B.%D0%90.pdf>
7. Діомідова Н. Ю. Теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту. *Науковий журнал «Науковий огляд»*, 2015. Т.4. Вип. 14. С. 17-22.
8. Журавльова Л. П. Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень. *Наука і освіта*. 2009. №1-2. С. 57-61.
9. Зарицька В. В. Емоційний інтелект: аналіз наукових теорій. *Теорія і практика сучасної психології*. 2010. № 1. С. 17-22.

10. Зарішняк І. М. Аналіз теоретичних підходів щодо визначення емоційного інтелекту особистості. Вінниця : ВННІЕ ТНЕУ, 2014. С. 240-242.
11. Іванова Н. Сутність мотиву особистості в теорії мотивації. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. № 61 (3). С. 20-27.
12. Капосльоз Г. В. Особливості функціонування мотиваційної сфери особистості та управління мотивацією суб'єкта. *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. № 1. С. 157-163.
13. Карпенко Є. В. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості : монографія. Дрогобич : Посвіт, 2020. 436 с.
14. Карпенко Є. В. Метод case study у дослідженнях емоційного інтелекту. Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей VII всеукр. наук.-практ. конф., м. Хмельницький, 9–10 квітня 2020 р. Хмельницький, 2020. С. 43-44.
15. Карпенко Є. В. Методологічні настанови щодо вивчення емоційного інтелекту в парадигмі позитивної психотерапії. *Психологія особистості*. 2014. Вип. 1 (5). С. 90-97.
16. Карпенко Є. Сучасні вектори дослідження емоційного інтелекту особистості. *Психологія і особистість*. 2019. № 1. С. 60-72.
17. Квятковська А. О. Особливості навчальної мотивації студентів передвищих фахових та вищих навчальних закладів в умовах сучасних військових конфліктів. *Інноваційна педагогіка*. 2022. № 1.49. С. 177-182.
18. Bechter B. E. Emotional intelligence and interpersonal relationship quality as predictors of high school physical education teachers' intrinsic motivation. *Current Psychology*. 2023. № 42.9. P. 7457-7465.
19. Usán Supervía P., Bordás C. S. School motivation, emotional intelligence and academic performance in students of secondary education. *Actualidades En Psicología*. 2018. № 32.125. P. 95-112.

20. Zhylin M. Correlation between students' emotional intelligence and emotional dependency. *Revista Eduweb*. 2024. № 18.3. P. 193-203.

ДОДАТКИ

Додаток А

ТЕСТ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ EQ (Н. ХОЛЛА)

Методика Н. Холла запропонована для виявлення здатності розуміти відносини особистості, репрезентовані в емоціях і керувати емоційної сферою з урахуванням прийняття рішень. Вона складається з 30 тверджень і містить 5 шкал:

- 1) емоційна поінформованість,
- 2) управління емоціями (скоріше це емоційна відхідливість, емоційна неригідність),
- 3) самомотивація (скоріше це якраз довільне управління своїми емоціями, виключаючи пункт 14)
- 4) емпатія
- 5) розпізнавання емоцій інших людей (скоріше - вміння впливати на емоційний стан інших людей).

Повністю не згоден - (- 3 бали);

В основному не згоден - (-2 бали);

Почасти не згоден - (-1 бал);

Почасти згоден - (+ 1 бал);

В основному згоден - (+2 бали);

Повністю згоден - (+ 3 бали).

Текст опитувальника:

1. Для мене як негативні, так і позитивні емоції є джерелом знання, як чинити в житті.
2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я маю змінити в моєму житті.
3. Я спокійний, коли відчуваю тиск із боку.
4. Я можу спостерігати зміну своїх почуттів.

5. Коли потрібно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя.

6. Коли необхідно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, такі як веселощі, радість, внутрішній підйом та гумор.

7. Я стежу за тим, як я почуваюся.

8. Після того як щось засмутило мене, я можу легко впоратися зі своїми почуттями.

9. Я можу вислуховувати проблеми інших людей.

10. Я не зациклююсь на негативних емоціях.

11. Я чутливий до емоційних потреб інших.

12. Я можу діяти заспокійливо іншим людям.

13. Я можу змусити себе знову і знову стати перед перешкодою.

14. Я намагаюся творчо підходити до життєвих проблем.

15. Я адекватно реагую на настрої, спонукання та бажання інших людей.

16. Я можу легко входити у стан спокою, готовності та зосередженості.

17. Коли дозволяє час, я звертаюся до своїх негативних почуттів і знаюся на чому.

18. Я здатний швидко заспокоїтись після несподіваного засмучення.

19. Знання моїх справжніх почуттів є важливим для підтримки «хорошої форми».

20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.

21. Я добре можу розпізнавати емоції за виразом обличчя.

22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли потрібно діяти.

23. Я добре вловлюю знаки у спілкуванні, які вказують на те, чого інші потребують.

24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших людей.

25. Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще керують своїм життям.

26. Я здатний покращити настрій інших людей.

27. Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми.

28. Я добре налаштовуюсь на емоції інших людей.

29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.

30. Я можу легко відключитись від переживання неприємностей.

Ключ до методики Н. Холла:

Шкала «Емоційна поінформованість» - пункти 1, 2, 4, 17, 19, 25.

Шкала «Управління емоціями» - пункти 3, 7, 8, 10, 18, 30. 5, 6, 13, 14, 16, 22.

Шкала «Емпатія» - пункти 9, 11, 20, 21, 23, 28.

Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей» - пункти 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Обробка та інтерпретація результатів:

Рівні парціального емоційного інтелекту у відповідності зі знаком результатів:

14 і більше – високий;

8-13 – середній;

7 і менш – низький.

Інтегративний рівень емоційного інтелекту з урахуванням домінуючого знака визначається за такими кількісними показниками:

70 і більше – високий;

40-69 – середній;

39 і менше – низький.

МЕТОДИКА «ДІАГНОСТИКА МОТИВАЦІЙНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У МІЖОСОБИСТІСНИХ КОМУНІКАЦІЯХ» (І. ЛАДАНОВ, В. УРАЗАСВА)

Методика спрямована на виявлення основних комунікативних орієнтацій та рівня їх гармонійності в процесі формального спілкування.

Інструкція: Вам необхідно обрати один із варіантів відповіді на запропоновані твердження у тесті:

- а) Саме так
- б) Майже так
- в) Нібито так
- г) Можливо, так

У процесі виконання завдання намагайтеся спиратися на власний досвід спілкування з партнерами у діловій комунікації.

Опитувальник.

1. Мій партнер розглядає предмет обговорення всебічно, враховуючи й мою точку зору.
2. Мій партнер вважає мене гідним поваги.
3. Під час обговорення різних точок зору ми з партнером зосереджуємось на суті справи, не відволікаючись на дрібниці.
4. Я впевнений(а), що партнер розуміє мої наміри щодо побудови добрих взаємин із ним.
5. Мій партнер завжди належно оцінює мої висловлювання.
6. Мій партнер відчуває, коли під час розмови краще слухати, а коли – говорити.
7. Я впевнений(а), що під час обговорення конфліктної ситуації виявляю стриманість.
8. Я відчуваю, що партнер може зацікавитися змістом мого повідомлення.

9. Мені подобається проводити час у розмовах із партнером.
10. Коли ми з партнером досягаємо згоди, то чітко усвідомлюємо, що кожен із нас має робити.
11. Якщо ситуація цього вимагає, мій партнер готовий продовжити обговорення проблеми до її з'ясування.
12. Я намагаюся йти назустріч проханням мого партнера.
13. І мій партнер, і я намагаємось догодити один одному.
14. Мій партнер зазвичай говорить по суті, без зайвих слів.
15. Після обговорення з партнером різних точок зору я відчуваю, що це йде мені на користь.
16. Коли я засмучений(а), іноді вживаю надто різкі вирази.
17. Я щиро намагаюся зрозуміти наміри мого партнера.
18. Я цілком можу розраховувати на щирість мого партнера.
19. Я вважаю, що добрі взаємини залежать від зусиль обох сторін.
20. Після сварки з партнером ми зазвичай намагаємось бути уважнішими один до одного.

Обробка та інтерпретація результатів.

Комунікативні орієнтації визначаються за допомогою ключа:

- Орієнтація на прийняття партнера: 2, 5, 9, 12, 14, 18, 20
- Орієнтація на адекватне сприйняття та розуміння партнера: 1, 4, 6, 8, 11, 15, 19

- Орієнтація на досягнення компромісу: 3, 7, 10, 13, 16, 17, 21

Кожна шкала має діапазон від 7 до 28 балів.

Оцінювання відповідей:

- а) Саме так — 4 бали
- б) Майже так — 3 бали
- в) Нібито так — 2 бали
- г) Можливо, так — 1 бал

Рівень вираженості орієнтацій:

- 21 бал і більше — високий рівень

- 8–20 балів — середній рівень
- 7 балів і менше — низький рівень

Загальний показник гармонійності комунікативних орієнтацій:

Максимально можливий — 84 бали

Рівні загальної гармонійності:

- 64 бали і більше — високий рівень
- 30–63 бали — середній рівень
- 29 балів і менше — низький рівень

ТЕСТ-ОПИТУВАЛЬНИК МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ

А. МЕГРАБЯНА

Призначений для діагностики двох узагальнених стійких мотивів особистості: мотиву прагнення до успіху і мотиву уникнення невдачі. Причому оцінюють, який із цих двох мотивів у випробуваного домінує. Тест є опитувальником, що має дві форми – чоловічу і жіночу.

Тест складається з низки тверджень, що стосуються певних сторін характеру, а також думок і почуттів із приводу деяких життєвих ситуацій. Щоб оцінити ступінь вашої згоди або незгоди з кожним твердженням, використовуйте таку шкалу:

- +3 — цілком погоджуюсь;
- +2 — погоджуюсь;
- +1 — швидше погоджуюсь, ніж не погоджуюсь;
- 0 — нейтральний; -
- 1 — швидше погоджуюсь, ніж не погоджуюсь;
- 2 — не погоджуюсь;
- 3 — цілком не погоджуюсь.

Прочитайте твердження тесту й оцініть ступінь своєї згоди (або незгоди). Проти номера твердження поставте цифру, що відповідає мірі вашої згоди (+3, +2, +1, 0, -1, -2, -3). Не витрачайте часу на його обмірковування.

Тест опитувальника (форма А)

1. Я більше думаю, як одержати хорошу оцінку, ніж боюся одержати погану.
2. Коли я повинен виконати складне, незнайоме мені завдання, то волів би зробити його разом з кимсь, ніж працювати самотужки.
3. Я частіше беруся за важкі завдання, навіть якщо не впевнений, що зможу їх вирішити, ніж за легкі, у рішенні яких сумніваюся.

4. Мене більше приваблює справа, що не вимагає напруження і в успіху якої я упевнений, ніж важка справа, у якій можливі несподіванки.

5. Якби мені щось не вдавалося, я б швидше доклав усіх зусиль, щоб з цим впоратися, ніж взявся б за те, що мені може вдатись добре.

6. Я надаю перевагу роботі, у якій мої функції чітко визначені і зарплата вища від середньої, перед роботою із середньою зарплатою, у якій я повинен сам визначати свою роль.

7.. Я витрачаю більше часу на читання спеціальної літератури, ніж художньої.

8. Я б віддав перевагу важливій справі, хоча ймовірність невдачі в ній дорівнює 50%, перед справою досить важливою, але не важкою.

9. Я швидше вивчу розважальні ігри, відомі більшості людей, ніж маловідомі ігри, що вимагають майстерності.

10. Для мене дуже важливо робити свою роботу якнайкраще, навіть якщо через це в мене виникають суперечки з товаришами.

11. Якби я мав намір грати в карти, то швидше зіграв би в розважальну гру, ніж у важку, що потребує міркувань.

12. Я віддаю перевагу змаганням, де я сильніший від інших, перед тими, де всі учасники мають однакові можливості.

13. У вільний від роботи час я опаную техніку якоїсь гри швидше для розвитку свого уміння, ніж для відпочинку і розваг.

14. Я швидше волію зробити якусь справу так, як я вважаю за потрібне, нехай навіть із 50-відсотковим ризиком помилитися, ніж робити її так, як мені радять інші.

15. Якби мені довелося вибирати, то я швидше вибрав би роботу, у якій початкова зарплата становитиме 1500 грн. буде такою невизначений час, ніж роботу, у якій початкова зарплата дорівнює 750 грн. і є гарантія, що не пізніше ніж через 5 років я одержуватиму 5000 грн.

16. Я швидше волію грати у команді, ніж змагатися віч-на-віч.

17. Я волію працювати самовіддано, поки не матиму цілковитого задоволення від здобутого результату, ніж прагнути закінчити справу якомога швидше і з меншими зусиллями.

18. На іспиті я б віддав перевагу конкретним питанням, що вимагають висловлення власної думки.

19. Я швидше оберу справу, у якій існує імовірність невдачі, але є й можливість досягти більшого, ніж таку, у якій моє становище не погіршиться, проте й істотно не поліпшиться.

20. Після успішної відповіді на іспиті я швидше полегшено зітхну («пронесло!»), ніж втішатимусь хорошою оцінкою.

21. Якби я міг повернутися до якоїсь незавершеної справи, то швидше б взявся до важкої, ніж до легкої.

22. У виконанні контрольного завдання я більше турбуюся про те, як би не допустити якоїсь помилки, ніж думаю про те, як правильно його вирішити.

23. Якщо в мене щось не виходить, я краще звернуся до когось за допомогою, ніж сам продовжуватиму шукати вихід.

24. Після невдачі я стаю більш зібраним й енергійним, ніж втрачаю бажання продовжувати свою справу.

25. Якщо є сумнів в успіху якоїсь справи, то я швидше не ризикуватиму, ніж все-таки візьму в ньому активну участь.

26. Коли я беруся за важку справу, я більше побоююся, що не впораюся з нею, ніж сподіваюся, що все вдасться.

27. Я працюю ефективніше під чиймсь керівництвом, ніж коли особисто відповідаю за свою роботу.

28. Мені більше подобається виконувати складне незнайоме завдання, ніж те, в успіху якого я впевнений.

29. Я працюю продуктивніше над завданням, коли мені конкретно вказують, що і як виконувати, ніж тоді, коли мені описують проблему загалом.

30. Якби я успішно вирішив якесь завдання, то з великим задоволенням взявся б ще раз вирішити щось схоже, ніж щось іншого типу.

31. Коли потрібно змагатися, у мене швидше виникає інтерес і азарт, ніж тривога і занепокоєння.

32. Мабуть, я більше мрію про свої плани на майбутнє, ніж намагаюся їх реально здійснити.

Тест опитувальника (форма Б)

1. Я більше думаю про одержання гарної оцінки, ніж побоююся одержати погану.

2. Я частіше беруся за важкі завдання, навіть якщо не впевнена, що зможу їх вирішити, ніж за легкі, які знаю, як вирішувати.

3. Мене більше приваблює справа, що не вимагає напруження й в успіху якої я впевнена, ніж важка справа, у якій можливі несподіванки.

4. Якби мені щось не вдавалося, я б швидше доклала усіх зусиль, щоб з цим впоратися, ніж взялася б за те, що в мене може добре вийти.

5. Я віддаю перевагу роботі, у якій мої функції чітко визначені і зарплата вища від середньої, перед роботою із середньою зарплатою, у якій я повинна сама визначати свою роль.

6. Я більше боюся зазнати невдачі, ніж сподіваюсь на успіх.

7. Я віддаю перевагу науково-популярній літературі перед літературою розважального жанру.

8. Я б віддала перевагу важливій справі, хоча ймовірність невдачі в ній дорівнює 50%, перед справою досить важливою, але не важкою.

9. Я швидше вивчу розважальні ігри, відомі більшості людей, ніж маловідомі ігри, що вимагають майстерності.

10. Для мене дуже важливо робити свою роботу якнайкраще, навіть якщо через це в мене виникають суперечки з товаришами.

11. Після успішної відповіді на іспиті я швидше полегшено зітхну, що «пронесло», ніж втішатимусь гарною оцінкою.

12. Якби я мала намір грати в карти, то я швидше зіграла б у розважальну гру, ніж у таку, що потребує міркувань.

13. Я віддаю перевагу змаганням, де я сильніша від інших, перед тими, де всі учасники мають однакові можливості.

14. Після невдачі я стаю більш зібраною й енергійною, ніж втрачаю бажання продовжувати справу.

15. Невдачі отруюють моє життя більше, ніж успіхи приносять радості.

16. У нових невідомих ситуаціях я швидше хвилююсь і непокоюсь, ніж цікавлюсь.

17. Я швидше спробую приготувати нову цікаву страву, хоча вона може погано вийти, ніж готуватиму звичну, котра зазвичай добре виходила.

18. Я швидше займусь чимось приємним і необтяжливим, ніж виконуватиму щось, на мою думку, що вартісне, але не дуже захоплююче.

19. Я швидше витрачу увесь свій час на здійснення однієї справи, замість того, щоб виконати швидко за цей самий час дві–три інші.

20. Якщо я занедужала і змушена залишитися дома, то використовую час швидше для того, щоб розслабитися і відпочити, ніж щоб читати і працювати.

21. Якби я жила з кількома дівчатами в одній кімнаті, і ми вирішили б влаштувати вечірку, то я зволіла б сама організувати її, ніж допустила б, щоб це зробила інша.

22. Якщо в мене щось не виходить, я краще звернуся до когось за допомогою, ніж сама продовжуватиму шукати вихід.

23. Якщо потрібно змагатися, у мене швидше виникає інтерес і азарт, ніж тривога і занепокоєння.

24. Коли я беруся за важке діло, я швидше побоююся, що не впораюся з ним, ніж сподіваюся, що воно вийде.

25. Я працюю ефективніше під чийось керівництвом, ніж тоді, коли я особисто відповідаю за свою роботу.

26. Мені більше подобається виконувати складне незнайоме завдання, ніж те, в успіху якого я впевнена.

27. Якби я успішно вирішила якесь завдання, то з великим задоволенням взялася б ще раз вирішити щось схоже, ніж щось іншого типу.

28. Я працюю продуктивніше над завданням, коли переді мною ставлять його лише загалом, ніж тоді, коли мені конкретно вказують, що і як виконувати.

29. Якщо у виконанні важливої справи я припускаюся помилки, то частіше розгублююсь і впадаю у відчай, замість того, щоб швидко опанувати себе і спробувати виправити становище.

30. Мабуть, я більше мрію про свої плани на майбутнє, ніж намагаюся їх реально здійснити. Процедура підрахунку сумарного бала.

Для визначення сумарного бала необхідно виконувати таку процедуру. Відповідям випробуваних на прямі пункти опиту-вальника (помічені знаком «+» у ключі) приписують бали на основі такого співвідношення: -3 -2 -1 0 1 2 3 1 2 3 4 5 6 7 Відповідям випробуваних на непрямі пункти опи-тувальника (помічені знаком «-» у ключі) приписують бали на основі співвідношення: -3 -2 -1 0 1 2 3 7 6 5 4 3 2 1

Ключ до чоловічої форми: +1, -2, +3, -4, +5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, +13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, -23, +24, -25, -26, -27, +28, -30, +31, -32.

Ключ до жіночої форми: +1, +2, -3, +4, -5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, -13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, +23, -24, -25, +26, -27, +28, -29, -30.

Після підрахунку сумарного бала визначають, яка мотиваційна тенденція домінує у випробуваного. Бали усієї вибірки випробуваних, що беруть участь в експерименті, ранжирують і виділяють дві контрастні групи: верхні 27% вибірки характеризуються мотивом прагнення до успіху, а нижні 27% — мотивом уникнути невдачі.

Додаток Д

«Сирі» бали за тестом Емоційного інтелекту

	Шкала «Емоційна поінформованість»	Шкала «Управління емоціями»	Шкала «Емпатія»	Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей»	Загальний рівень EI
1	8	8	13	9	38
2	9	13	8	14	44
3	14	15	8	15	52
4	13	13	8	15	49
5	18	9	9	17	53
6	21	8	13	13	55
7	11	10	12	9	42
8	13	9	10	9	41
9	8	11	11	11	41
10	7	13	6	20	46
11	10	12	13	12	47
12	14	18	13	21	66
13	9	8	11	10	38
14	12	8	9	24	53
15	11	9	8	9	37
16	7	11	8	10	36
17	16	10	9	21	56
18	17	14	9	10	50
19	14	13	9	16	52
20	5	12	3	14	34
21	11	11	10	11	43

22	13	11	12	12	48
23	14	14	11	12	51
24	8	11	13	15	47
25	9	8	8	14	39
26	11	8	8	14	41
27	19	13	9	14	55
28	21	13	10	18	62
29	20	13	11	16	60
30	8	9	10	18	45

«Сирі» бали за методикою «Діагностика мотиваційних орієнтацій у міжособистісних комунікаціях»

	Орієнтація на прийняття партнера	Орієнтація на адекватне сприйняття та розуміння партнера	Орієнтація на досягнення компромісу	Загальний показник гармонійності комунікативних орієнтацій
1	21	24	23	68
2	8	12	8	28
3	24	21	21	66
4	17	14	12	43
5	21	21	21	63
6	18	15	20	53
7	24	21	23	68
8	22	21	25	68
9	23	21	22	66
10	7	20	18	45
11	7	12	13	32

12	21	7	7	35
13	7	15	15	37
14	6	7	8	21
15	21	17	8	46
16	20	7	9	36
17	7	5	7	19
18	16	7	7	30
19	24	23	21	68
20	26	22	22	70
21	5	18	22	45
22	5	12	11	28
23	5	8	7	20
24	21	22	21	64
25	7	7	12	26
26	21	21	21	63
27	7	7	14	28
28	7	7	16	30
29	21	23	21	65
30	5	6	11	22

«Сирі» бали за методикою «Мотивація досягнення»

	Мотивація досягнення
1	30
2	14
3	12
4	17
5	11
6	10

7	26
8	7
9	21
10	14
11	9
12	8
13	8
14	25
15	22
16	7
17	17
18	27
19	21
20	18
21	19
22	21
23	20
24	12
25	18
26	18
27	18
28	11
29	28
30	13