

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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПРЕДСТАВНИКІВ
СЕКСУАЛЬНИХ МЕНШИН

Студента 4 курсу групи ПС-41 першого
(бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ
Волчкова ДАНИЛА

Керівник кандидат психологічних наук,
доцент ЛЮБОВ Яворовська

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____

Кількість балів: _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади дослідження емоційної сфери сексуальних меншин.	6
1.1. Емоційний інтелект, стрес і дискримінація в квір-групах.....	6
1.2. Емоційний інтелект, стрес і дискримінація в Україні.....	10
1.3. Аналіз інших підходів до вивчення емоційного інтелекту серед квір-спільноти.....	12
ВИСНОВКИ ДО 1 РОЗДІЛУ.....	15
РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження психологічних особливостей емоційної сфери представників сексуальних меншин	17
2.1. Обґрунтування та організація емпіричного дослідження	17
2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження	21
2.2.1. Порівняльний аналіз рівня добробуту та емоційного благополуччя в представників сексуальних меншин та не-квір людей.....	21
2.2.2. Кореляційний аналіз між результатами методів дослідження.....	24
2.2.3. Дисперсійний, кластерний, факторний та регресивний аналізи результатів дослідження емоційного інтелекту квір особистостей.....	27
2.3. Обговорення результатів	30
ВИСНОВКИ ДО 2 РОЗДІЛУ.....	33
ВИСНОВКИ	36
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	37
АНОТАЦІЯ.....	40
ABSTRACT.....	40
ДОДАТКИ	Error! Bookmark not defined.

ВСТУП

Проблема дослідження

Сучасне суспільство стикається з низкою викликів, пов'язаних із прийняттям та розумінням особливостей емоційної сфери представників сексуальних меншин. Ця проблема є особливо актуальною у зв'язку зі зростанням уваги до питань гендерної ідентичності, сексуальної орієнтації та їх впливу на психологічне благополуччя. Незважаючи на існування численних досліджень у цій сфері, багато аспектів емоційної сфери залишаються недостатньо вивченими.

Актуальність дослідження

Актуальність обраної теми обумовлена необхідністю глибшого розуміння емоційних особливостей представників сексуальних меншин для забезпечення їх психологічного благополуччя. Розуміння емоційної сфери є необхідним для розробки ефективних підходів до підтримки та інтеграції цієї групи у суспільстві.

Об'єкт дослідження: емоційна сфера особистості.

Предмет дослідження: особливості емоційної сфери представників сексуальних меншин.

Мета дослідження: визначення специфіки емоційної сфери представників сексуальних меншин та аналіз чинників, що впливають на її формування.

Завдання дослідження:

1. Описати теоретичні основи вивчення емоційної сфери у представників сексуальних меншин.
2. Виявити особливості емоційної сфери представників сексуальних меншин.
3. Виявити наявність значущих відмінностей між представниками сексуальних меншин та загальною більшістю.
4. Дослідити вплив соціального середовища на емоційну сферу представників сексуальних меншин.

Гіпотеза дослідження

Гіпотеза 1: передбачається, що соціальне становище представників сексуальних меншин стає перешкодою для стабільного формування їхньої емоційної зрілості, через що рівень їх емоційного інтелекту є нижчим у порівнянні з іншими групами.

Гіпотеза 2: перепони та особливості зростання у представників сексуальних меншин спонукають їх до більшої рефлексії та робить їх більш емпатійними, що на свою чергу вказує на вищий рівень емоційного інтелекту загалом.

Методи дослідження

- Теоретичні: аналіз літератури, систематизація наукових джерел.
- Емпіричні: використання валідованих психометричних методик, зокрема:
 1. Загальне демографічне дослідження.
 2. TEIQue-SF (Trait Emotional Intelligence Questionnaire – Short Form): опитувальник оцінка емоційного інтелекту(автор).
 3. Тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк)
 4. Опитувальник дискримінації, пов'язаною з сексуальною орієнтацією або гендерною ідентичністю (HHRDS).
- Математико-статистичні: описова статистика, t-критерій Стюдента, U-критерій Манна-Уїтні, кореляційний аналіз Пірсона і Спірмена, факторний, дисперсійний, кластерний та регресивний аналіз.

Вибірка

У дослідженні взяли участь 55 осіб: 28 респондентів, які себе ідентифікували як представники ЛГБТК+ спільноти та 25 осіб, які не вважають себе частиною квір-спільноти. Вік учасників варіювався від 18 до 35 років. Більшість учасників — цисгендерні жінки. Значна частина опитаних має незакінчену або повну вищу освіту. Усі респонденти є громадянами України.

Практична значущість дослідження:

- Отримані результати можуть бути використані для створення та

вдосконалення культурно адаптованих програм соціально-емоційного навчання (SEL) для представників ЛГБТК+ в Україні.

- Результати допоможуть психологам, соціальним працівникам і освітянам ефективніше розуміти та враховувати особливості емоційної сфери квір-індивідів, сприяючи їх психологічній підтримці та соціальній інтеграції.
- На основі результатів можуть бути розроблені конкретні рекомендації для освітніх установ та громадських організацій з метою зменшення рівня стресу меншини і стигматизації, а також підтримки психологічного благополуччя ЛГБТК+ осіб.

РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади дослідження емоційної сфери сексуальних меншин.

1.1. Емоційний інтелект, стрес і дискримінація в квір-групах

Поштовх для розвитку Емоційного Інтелекту (EI) почався відносно нещодавно. Дослідження цього поняття набуло зростаючої популярності в психології, оскільки вважається, що воно відіграє важливу роль у психічному здоров'ї, соціальних відносинах і здатності пристосовуватися.

Однак, незважаючи на багату історію літератури про EI, більшість висновків не встигають дійсно охопити те, як EI розвивається та виявляється у квір-популяціях (тут і далі цей термін синонімічний з терміном сексуальна меншість або спільнота ЛГБТ+).

Квір-люди живуть з унікальними соціальними психологіями, включаючи стигму, стрес меншини та травму, пов'язану з їхньою ідентичністю, що впливає на те, як вони обробляють та регулюють свої емоції. Тому, щоб вирішити будь-які прогалини в тому, що наразі відомо у цій галузі, мета цього огляду літератури полягає в тому, щоб синтезувати попередні дослідження, які досліджують зв'язок між EI та квір-ідентичністю, зокрема, як стрес та дискримінація можуть впливати на емоційне регулювання та стійкість.

Огляд також обговорює культурно інклюзивні підходи до емоційної освіти та моделі соціально-емоційного навчання (SEL) для ЛГБТК+ осіб. Кваліфікатори, займенники та інші нюанси вираження є суттєвими в академічному дискурсі та психологічних дослідженнях, які досліджують вплив подібності на ідентичність та інклюзію. Дослідження цих термінів, датованих з 1900 по 2021 рік у «Академічній LGBTQ+ термінології 1900-2021», може допомогти дослідникам дізнатися про прийняття з плином часу в академії, а не лише типи вживаних термінів [1, с. 12].

Гомосексуальність в основному розглядалася наприкінці 19-го та на початку 20-го століття як патологічна структура, що сформувала і психологічну

теорію, і клінічну практику. Згодом, більш нюансовані терміни, такі як гей, лесбійка, бісексуал, трансгендер, небінарний та квір, змогли увійти.

Ці мовні зрушення мають ширші наслідки для того, як ми формуємо ідентичність, як ми бачимо себе і де ми належимо у світі. Побачити справжнє відображення себе в академічному і клінічному середовищі призводить до позитивного відчуття себе. Застаріла чи патологічна мова, з іншого боку, може спричинити відчуження та стрес меншості.

Ці зміни та їхня історія мають фундаментальне значення для розуміння емоційного інтелекту, оскільки мова ідентичності формує те, як люди відчуваються та діють. Це включає навичку розпізнавати, розуміти, контролювати та відповідно реагувати на почуття. Дослідження вказали, що вищі рівні ЕІ корелюють з покращеним психічним здоров'ям, підвищеною самовпевненістю та стійкістю, а також кращими соціальними відносинами.

«Емоційний інтелект та його зв'язок з рівнями соціальної тривоги та стресу у підлітків» [2, с. 15] — це дослідження про кореляцію ЕІ з психологічним благополуччям, що підтверджує, що особи з вищим ЕІ менше страждають від стресу та соціальної тривоги. Це дослідження в основному досліджує підлітків, однак його висновки є особливо актуальними для квір-популяцій.

Дискримінація, відмова та приховування ідентичності — це деякі з унікальних соціальних стресорів, які переживають ЛГБТК+ особи. Ці переживання можуть створювати більше емоційного стресу та проблем з регуляцією емоцій. Якщо ЕІ є захисним фактором стосовно стресу та тривоги, то заохочення ЕІ у квір-особах може бути ефективною стратегією для сприяння психологічному здоров'ю.

Але враховуючи, що ЛГБТК+ особи піддаються унікальним шарам стресу меншини, ще належить з'ясувати, чи традиційні моделі ЕІ повністю охоплюють ці виклики, специфічні для цієї популяції, чи вони потребують модифікації.

Стрес меншини, вперше введений Майєром (2003), вказує на те, що маргіналізовані популяції відчувають хронічний стрес через стигму з боку

суспільства, дискримінацію та упередження. Цей концептуальний фундамент особливо підходить для осмислення психологічних наслідків дискримінації на квір-люди.

"Психологічна Травма" — це надзвичайно комплексне дослідження травматичного досвіду серед ЛГБТ ветеранів, що підкреслює перетин посттравматичного стресового розладу, дискримінації та стресу меншини [5, с. 13]. Квір-особи часто мають стресори, крім тих, що зазнає загальна популяція. До них відносяться мікроагресії, інтерналізована гомофобія та структурна дискримінація, які можуть призвести до хронічного емоційного стресу.

Дослідження виявило, що ЛГБТ ветерани повідомляли про більше симптомів, пов'язаних з травмою, таких як тривога, депресія та поведінка ухилення. Більше того, дані свідчать, що багато квір-людей стикаються з бар'єрами для отримання відповідної психіатричної допомоги через системні проблеми, включаючи відсутність культурно компетентних провайдерів.

Зокрема, важливо вивчити зв'язок між стресом меншини та ЕІ. Хоча високий ЕІ може бути буфером проти психологічних наслідків дискримінації, повторна фрагментація стресу меншини може поступово підривати навички регуляції емоцій. Ця складна динаміка вказує на те, що втручання з підвищення ЕІ в квір-групах також мають боротися з системними та міжособистісними дискримінаційними практиками.

Однак соціальне та емоційне навчання (SEL) розвивалося у важливий стовп для передачі емоційної регуляції, емпатії та стійкості в усьому системі освіти. На жаль, дослідження вказують, що більшість існуючих програм SEL не забезпечують культурно відповідні практики, особливо для ЛГБТК+ студентів.

Дослідження «Огляд ландшафту соціально та емоційного навчання K-12» наголошує на відсутності всебічності навколо ініціатив SEL у штаті Вашингтон [2, с. 15]. Стрес шкільного середовища може бути гострим для молоді квір-ти, особливо тих, кого знущаються, відчужують або не мають підтримки персоналу шкіл. Незапланований результат програм SEL, що не включають і не

підтверджують різноманітність ідентичностей, може фактично підкріплювати маргіналізацію.

Однак поточні навчальні програми SEL надто часто не вирішують питання ідентичності, інклюзії та стратегії подолання, засновані на ЛГБТК+ досвідах, які, якщо бути повністю прийнятими, дозволили б розвивати ЕІ у квір-студентів при використанні та підтримці потенційних довгострокових переваг цього розвитку.

Комбінування цих речей для освіти може допомогти квір-учням з розвинутими навичками регуляції емоцій та краще перекроїти власну ідентичність. У своєму дослідженні Нірі, Грей та О'Салліван досліджують те, що вони називають «політикою квір-емоцій» [3, с. 16] — регуляцію та контроль емоцій у освітньому просторі.

Використовуючи концепцію емоційної праці Хохшильда (1979, 1983) та «естетичної економіки» (Ахмед 2004а, 2004b), дослідження досліджують суспільні стандарти, які регулюють, які емоції можуть бути виражені чи пригнічені у квірів. Квір-люди схильні займати простори, які не визнають або відкидають їхні емоції. У освітніх та робочих середовищах вони можуть вважати за доцільне приховувати свої емоції, щоб уникнути дискримінації чи ворожнечі.

З часом ця емоційна праця може викликати вигоряння, стрес та знижене загальне благополуччя. Читання квір-досвідів через призму політизованих емоцій дозволяє більш глибоко досліджувати ЕІ та способи, яким він використовується для виховання стійкості в обличчі ворожнечі.

Незважаючи на те, що з'являється велика кількість літератури про ЕІ, все ще не багато літератури, що вивчає ЕІ конкретно у квір-популяціях. Потрібно подальше дослідження ЕІ, стресу меншини та інтерсекційності дискримінації для розробки специфічних стратегій втручання.

Майбутня робота повинна досліджувати, як ЕІ функціонує як механізм подолання серед квір-осіб та розглянути, чи існуючі моделі ЕІ підходять їхнім унікальним емоційним досвідам. Більше того, культурно-адекватні освітні

програми є важливими для надання інструментів для освітян, фахівців у галузі психічного здоров'я та лідерів громади для сприяння зростанню ЕІ у квір-осіб.

Ці ініціативи можуть допомогти створити більш інклюзивні середовища навчання, покращити результати психічного здоров'я та збільшити суспільне прийняття ЛГБТК+ студентів. Цей огляд літератури підкреслює необхідність подальшого дослідження емоційного інтелекту у квір-популяціях.

Вже дослідження показали, як дискримінація та стрес меншини шкодять здоров'ю, і як високий ЕІ може допомогти нам побудувати стійкість. Але традиційні моделі ЕІ неефективно охоплюють нюанси квір-емоційності. Дослідники та практики можуть підтримувати здоров'я і благополуччя квір-спільнот, включаючи культурно-поінформовані програми SEL, розробляючи дослідження ЕІ у ЛГБТК+ людей та сприяючи системним змінам як в структурах дискримінації, так і в маргіналізації.

1.2. Емоційний інтелект, стрес і дискримінація в Україні

В Україні люди ЛГБТК+ стикаються зі складним соціокультурним середовищем, яке суттєво впливає на їхній емоційний інтелект і психологічне благополуччя. Український контекст, який характеризується поєднанням прогресивних ініціатив і консервативних суспільних установок, унікально формує емоційні та психологічні переживання квір-індивідів. «Блакитна книга», комплексний аналіз ставлення українського суспільства до геїв і лесбіянок, вказує на значну амбівалентність і триваючу стигматизацію ЛГБТК+ ідентичностей.

Суспільне ставлення в Україні значно відрізняється залежно від демографічних факторів, таких як вік, освіта та географічне розташування. Молодше, освіченіше населення, особливо в міських центрах, демонструє дещо вищий рівень схвалення, тоді як старше та сільське населення демонструє значний опір і негативність [6, с. 4]. Ця мінливість суттєво впливає на емоційне благополуччя квір-індивідів, які часто перебувають у середовищах, де поширені відкрита дискримінація, мікроагресія та суспільна стигма. Дослідження Національного інституту стратегічних досліджень України

додатково висвітлює виклики, з якими стикається спільнота ЛГБТК+, особливо підкреслюючи інституційну дискримінацію та ставлення суспільства. Згідно з їхніми дослідженнями, українське суспільство залишається значною мірою неготовим до відкритого сприйняття негетеронормативних сексуальних ідентичностей. Шкала, розроблена Олпортом для вимірювання суспільних упереджень, свідчить про те, що дискримінація ЛГБТК+ осіб в Україні часто сягає занепокоєних рівнів, включаючи фізичну агресію під час публічних заходів, таких як прайд-марші, інституційні бар'єри та виключення з основних соціальних послуг [7, с. 3]. Дослідження показують, що правовий та адміністративний клімат в Україні загострює ці емоційні проблеми. Українське законодавство та державна політика історично забезпечували обмежений захист ЛГБТК+ осіб. Незважаючи на поступовий прогрес, у тому числі прихильність України європейським стандартам боротьби з дискримінацією, практичне впровадження залишається неадекватним. Законодавчі спроби запровадити комплексні антидискримінаційні закони часто стикаються зі значним політичним опором, а в існуючій політиці відсутній чіткий захист сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, що робить квір-спільноти вразливими [7, с. 4-5].

Українські ЗМІ ще більше зміцнюють емоційне та психологічне напруження квір-індивідів. Згідно з дослідженням «Синьої книги» про ставлення суспільства до ЛГБТК+ людей, українські ЗМІ часто зображують квір-індивідів через сенсаційні або негативно упереджені наративи, зміцнюючи стереотипи та сприяючи інтерналізації стигми [6, с. 7]. Отже, квір-люди часто відчують підвищену тривогу та стрес через поширене негативне суспільне сприйняття та страх соціальної ізоляції чи насильства. Потреба в цілеспрямованому розвитку емоційного інтелекту та програмах SEL, включно з ЛГБТК+ людьми, очевидна.

Однак існуючі ініціативи обмежені соціальною стигмою та інституційним небажанням відкрито вирішувати проблеми квір-ідентичності. В українських навчальних закладах здебільшого відсутні інклюзивні навчальні

програми SEL, що залишає квір-молодь без критичних емоційних навичок, необхідних для орієнтування в дискримінації, приховуванні особистості та стресі меншин [7, с. 8-9]. ЛГБТК+ активність в Україні значно зросла за останні роки, що відображає зростаючу обізнаність і вимогу рівних прав і визнання. Однак організації, які займаються адвокацією ЛГБТК+, часто стикаються з системними перешкодами, включаючи адміністративні виклики, соціальну стигматизацію та відверту ворожість з боку державних органів. Ці умови підкреслюють нагальну потребу в цілеспрямованому дослідженні EI та SEL, адаптованому спеціально для українського контексту, спрямованому на унікальні потреби в емоційному інтелекті ЛГБТК+ осіб в Україні [7, с. 10].

Таким чином, дослідження емоційного інтелекту серед ЛГБТК+ популяцій в Україні вимагає визнання соціокультурних та інституційних проблем, з якими вони стикаються. Звернення до емоційного інтелекту в цих контекстах не тільки має наслідки для психічного здоров'я, але також може сприяти ширшим суспільним змінам у напрямку прийняття та залучення.

1.3. Аналіз інших підходів до вивчення емоційного інтелекту серед квір-спільноти

Візьмемо для аналізу дослідження «Огляд емоційного інтелекту серед гомосексуалів ЛГБТ-спільноти», що підкреслює складність емоційного інтелекту (EI), який включає такі параметри, як самосвідомість, саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички. Ці аспекти є особливо актуальними, враховуючи специфічний досвід дискримінації та стрес меншин, з якими часто стикаються гомосексуальні особи (10, с. 2-4). Такі умови вимагають підвищеного рівня емоційної регуляції та адаптивних навичок подолання для підтримки психологічної стійкості та благополуччя.

Гомосексуальні люди часто розвивають унікальні стратегії емоційного інтелекту у відповідь на виклики суспільства, такі як дискримінація, стигма та внутрішня гомофобія. Це дослідження узгоджується з гіпотезою, що ми надали вище, яка передбачає, що соціальна

дискримінація діє як перешкода для стабільної емоційної зрілості, потенційно знижуючи рівень ЕІ у сексуальних меншин порівняно з більшістю населення. І навпаки, це також підтверджує ідею, що негаразди спонукають до більшої саморефлексії та емпатії, потенційно підвищуючи загальний рівень ЕІ у сексуальних меншин.

Огляд далі досліджує, як підвищена емоційна самосвідомість серед гомосексуалів позитивно сприяє справлянню із зовнішніми стресовими факторами, такими як упередження та дискримінація. Здатність ідентифікувати, розуміти та ефективно регулювати свої емоції дозволяє людям використовувати більш здорові механізми подолання та зменшує психологічний дистрес, що повторює наші висновки щодо критичної ролі, яку відіграє емоційний інтелект у керуванні психічним здоров'ям ЛГБТ людей і може бути використано на практиці в Україні.

Емпатія, ще один важливий компонент емоційного інтелекту, особливо наголошується на її ролі у розвитку стосунків підтримки та покращенні міжособистісного спілкування в групах ЛГБТ. Емпатія сприяє солідарності та мережі соціальної підтримки, що є життєво важливим для подолання суспільного неприйняття та ізоляції. Ці висновки перегукуються з тими, які ми представили до цього, підкреслюючи підвищену емпатію, яка часто спостерігається в осіб із груп сексуальних меншин через підвищену рефлексію та чутливість, що є результатом соціальних негараздів.

Крім того, соціальні навички в рамках емоційного інтелекту визначені як вирішальні для адвокації та активізму в ЛГБТ-спільнотах. Здатність ефективно спілкуватися та керувати конфліктами допомагає людям відстоювати права та сприйняття, тим самим сприяючи соціальним змінам.

Переглянута стаття підтверджує наші твердження про важливість культурно інклюзивних та чуйних програм соціального та емоційного навчання для покращення ЕІ та стійкості серед ЛГБТ-популяцій, особливо в

освітніх контекстах, де емоційна перевірка має вирішальне значення для психологічної безпеки. Дослідження також розглядає практичні наслідки психологічного втручання, пропонуючи цілеспрямоване навчання емоційного інтелекту як ефективний терапевтичний інструмент. Ці втручання спрямовані на розширення можливостей ЛГБТ-індивідів, сприяння стійкості та покращенню якості життя. Цей терапевтичний підхід тісно узгоджується з рекомендацією яку ми можемо виявити як належну, що наголошує на необхідності культурно адаптованих програм ЕІ, які враховують унікальні емоційні переживання та соціокультурний контекст ЛГБТ-спільнот в Україні.

Незважаючи на ці цінні висновки, і в рецензованій статті, і в нашій роботі визнається обмеженість існуючих досліджень. Вони виступають за розширення лонгітюдних і культурно різноманітних досліджень, щоб всебічно зрозуміти емоційний інтелект у різних ЛГБТ-популяціях. Такі дослідження мають вирішальне значення для розробки тонких і культурно прийнятних втручань з емоційного інтелекту, розроблених спеціально для сексуальних меншин. Підсумовуючи, інтегрований аналіз демонструє, що емоційний інтелект є життєво важливим не лише для особистої стійкості, але також має вирішальне значення для соціальної адвокації та спільної солідарності в ЛГБТ-спільноті.

Досліджуючи емоційний інтелект через глобальну та українську позиції, цей аналіз підкреслює потенціал ЕІ як центрального психологічного ресурсу для подолання дискримінації, сприяння психологічній стійкості та посилення соціальної інтеграції гомосексуальних осіб та ЛГБТ-популяцій у цілому.

ВИСНОВКИ ДО 1 РОЗДІЛУ

1. Емоційний інтелект є важливим компонентом психологічного здоров'я, соціальних зв'язків та механізмів подолання стресу. Проте його особливості серед представників квір-груп залишаються недостатньо дослідженими. Представники сексуальних меншин часто стикаються з підвищеним рівнем стресу через дискримінацію, травматизацію та соціальне неприйняття, що ускладнює їхню здатність ефективно регулювати власні емоції. Водночас, висока рефлексивність та емпатійність можуть свідчити про вищий рівень емоційного інтелекту в порівнянні з іншими групами населення, що потребує додаткових досліджень та адаптації існуючих моделей ЕІ для цієї популяції.

2. Соціально-культурний контекст України створює особливі умови для представників ЛГБТК+ спільноти. В українському суспільстві залишається значна амбівалентність і високий рівень стигматизації, що підтверджується даними проведених досліджень. Через поширену інституційну дискримінацію, відсутність чітких антидискримінаційних норм, а також негативні медійні репрезентації, квір-особи в Україні часто перебувають у стані хронічного стресу, що негативно позначається на розвитку їхнього емоційного інтелекту та психічному здоров'ї загалом. Водночас, недостатність спеціалізованих соціально-емоційних програм навчання обмежує можливості розвитку емоційної стійкості та адаптації до ворожого середовища.

3. Аналіз інших підходів до вивчення емоційного інтелекту серед квір-спільноти дозволяє зробити висновок, що емоційний інтелект серед представників ЛГБТ-спільноти є складним феноменом, який включає самосвідомість, емпатію, соціальні навички та здатність до емоційної регуляції. Особливості досвіду квір-індивідів, такі як дискримінація, внутрішня гомофобія та соціальна стигматизація, створюють умови, що

можуть як ускладнювати, так і стимулювати розвиток емоційного інтелекту. Негативний соціальний досвід часто спонукає квір-індивідів до більш інтенсивної саморефлексії, що сприяє розвитку емпатійності та соціальних навичок. Важливим є врахування культурної специфіки при розробці програм соціально-емоційного навчання, що має особливе значення в українському контексті через високу стигматизацію та дискримінацію ЛГБТ-осіб. Ці висновки є основою для формулювання практичних рекомендацій щодо розвитку емоційного інтелекту серед квір-індивідів у межах емпіричної частини даного дослідження.

4. Теоретичний аналіз дозволив встановити важливість дослідження емоційного інтелекту у представників сексуальних меншин з урахуванням специфічних соціальних, культурних та психологічних умов. Визначено необхідність адаптації традиційних моделей ЕІ до специфічних потреб ЛГБТК+ спільнот, зокрема в контексті українського суспільства. Отримані теоретичні дані дозволять сформулювати адекватні гіпотези, які будуть перевірені у практичній частині роботи. Вони також слугуватимуть базою для розробки рекомендацій щодо підтримки емоційної регуляції та психічного здоров'я квір-індивідів у конкретних умовах України.

РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження психологічних особливостей емоційної сфери представників сексуальних меншин

2.1. Обґрунтування та організація емпіричного дослідження

Проблема дослідження. Сучасне суспільство стикається з низкою викликів, пов'язаних із прийняттям та розумінням особливостей емоційної сфери представників сексуальних меншин. Ця проблема є особливо актуальною у зв'язку зі зростанням уваги до питань гендерної ідентичності, сексуальної орієнтації та їх впливу на психологічне благополуччя.

Актуальність дослідження. Необхідність глибшого розуміння емоційних особливостей представників сексуальних меншин визначає актуальність цього дослідження. Особливо важливим є аналіз впливу соціального середовища, дискримінації та стигматизації на емоційну регуляцію та психічне здоров'я таких осіб. Враховуючи дефіцит українських досліджень у цьому напрямку, вивчення цієї теми є вчасним і соціально значущим.

Мета дослідження: визначення специфіки емоційної сфери представників сексуальних меншин та аналіз чинників, що впливають на її формування, зокрема рівня емоційного інтелекту, психічного стану та досвіду дискримінації.

Об'єкт дослідження: емоційна сфера особистості.

Предмет дослідження: особливості емоційної сфери представників сексуальних меншин в умовах соціальної стигматизації.

Гіпотези дослідження:

1. Соціальне становище представників сексуальних меншин впливає на їхню емоційну зрілість, що проявляється у нижчому рівні емоційного інтелекту порівняно з не-квір-особами.

2. Водночас, складні соціальні обставини формують вищу емпатійність і рефлексивність, що може сприяти підвищеному емоційному інтелекту в цій групі.

Завдання дослідження:

1. Визначити рівень емоційного інтелекту, його особливості та рівень дискримінації серед представників сексуальних меншин.
2. Виявити наявність або відсутність статистично значущих відмінностей між представниками сексуальних меншин та не-квір людьми.
3. Проаналізувати взаємозв'язки між емоційним інтелектом, психічним станом та дискримінацією.

Методи дослідження:

- Емпіричні: анкетування, психодіагностика (методики TEIQue-SF, Г. Айзенка та NHRDS).
- Математико-статистичні: описова статистика, t-критерій Стюдента, U-критерій Манна-Уїтні, кореляційний аналіз Пірсона і Спірмена, факторний, дисперсійний, кластерний та регресивний аналіз.

Вибірка. У дослідженні взяли участь 55 осіб: 28 респондентів, які себе ідентифікували як представники ЛГБТК+ спільноти та 25 осіб, які не вважають себе частиною квір-спільноти. Вік учасників варіювався від 18 до 35 років. Більшість учасників — жінки та цисгендерні особи. Значна частина опитаних має незакінчену або повну вищу освіту. Усі респонденти є громадянами України.

Практична значущість. Отримані результати можуть бути використані для створення адаптивних програм емоційного навчання для ЛГБТК+ осіб, вдосконалення психологічної допомоги, а також формування політик інклюзії в освітніх, медичних та соціальних установах України.

Під час підготовки теоретичної частини дипломної роботи було встановлено, що для комплексного дослідження емоційної сфери особистості доцільним є використання інструментарію, який охоплює як внутрішні (емоційний інтелект, психічна стабільність), так і зовнішні (соціальний тиск, дискримінація) чинники. На основі опрацювання наукових джерел, у роботі було обрано три методики, які повністю відповідають меті дослідження.

Першою з них стала TEIQue-SF (Trait Emotional Intelligence Questionnaire

— Short Form) — скорочена форма опитувальника трейтового емоційного інтелекту, розроблена K.V. Petrides на основі концепції емоційного інтелекту як особистісної риси (Petrides & Furnham, 2001). Вона містить 30 тверджень і дозволяє оцінити такі аспекти, як добробут, емоційність, самоконтроль та соціальність. У процесі теоретичного аналізу було виявлено, що емоційний інтелект відіграє ключову роль у подоланні стресу, адаптації до соціального середовища та формуванні внутрішнього психологічного ресурсу. Таким чином, TEIQue-SF виявилась доречною для дослідження емоційної сфери представників сексуальних меншин, які можуть перебувати під впливом зовнішнього тиску.

Другою методикою став тест «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, що є адаптованою формою класичної трьохфакторної моделі особистості (Eysenck, 1952). У теоретичному аналізі було показано, що емоційна стабільність тісно пов'язана з індивідуальними переживаннями тривожності, фрустрованості, агресивності та ригідності. Методика Айзенка дозволяє оцінити внутрішній стан особистості, що є важливим компонентом для виявлення емоційної вразливості представників ЛГБТК+ спільноти.

Третім інструментом було обрано HHRDS (Heterosexist Harassment, Rejection, and Discrimination Scale) — шкалу, що дозволяє кількісно оцінити досвід дискримінації за ознаками сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності (Balsam, Beadnell & Molina, 2013). Під час аналізу літератури було встановлено, що стигматизація та дискримінація є одними з ключових факторів ризику для психічного здоров'я сексуальних меншин (Meyer, 2003). Методика HHRDS охоплює інституційний та міжособистісний рівні соціального тиску та дозволяє зафіксувати вплив цих чинників на психологічний стан респондентів.

Отже, використання TEIQue-SF, методики Айзенка та HHRDS є логічним продовженням теоретичного обґрунтування і забезпечує емпіричне підґрунтя для перевірки висунутих гіпотез. Поєднання цих трьох інструментів дозволяє комплексно охопити як суб'єктивні психологічні особливості респондентів, так і об'єктивний соціальний контекст, у якому вони

функціонують. Саме завдяки цьому інструментарію стає можливим виявлення закономірностей у взаємозв'язках між емоційним інтелектом, психічним станом та досвідом дискримінації в представників квір-спільноти та осіб, які не належать до неї.

Детальніше розглянемо кожну з використаних методик.

TEIQue-SF складається з 30 тверджень, які оцінюються за 7-бальною шкалою Лайкерта (від 1 — "категорично не згоден" до 7 — "повністю згоден"). Питання охоплюють чотири ключові фактори емоційного інтелекту: добробут (наприклад: "Я задоволений своїм життям"), емоційність ("Я легко можу розпізнати емоції інших людей"), самоконтроль ("Я добре справляюся з тиском"), соціальність ("Люди часто звертаються до мене за підтримкою").

Інтерпретація результатів проводиться за середніми або сумарними балами. Вищі показники свідчать про більш розвинений емоційний інтелект, що асоціюється з кращими адаптаційними ресурсами (Petrides et al., 2007).

Тест Г. Айзенка включає 40 тверджень, які респонденти мають оцінити як "так" або "ні". Вони розподіляються на чотири шкали: тривожність (наприклад: "Мені часто сняться страшні сни"), фрустрованість ("Часто почуваюся роздратованим без причини"), агресивність ("Я легко виходжу з себе"), ригідність ("Я не люблю змін"). Кожна позитивна відповідь на ключове питання додає 1 бал до відповідної шкали.

Інтерпретація: високі бали на шкалах свідчать про наявність рис емоційної нестабільності, що може вказувати на труднощі у регуляції емоцій та підвищену вразливість до стресу (Eysenck, 1990).

НHRDS містить 14 пунктів, які респондент оцінює за 6-бальною шкалою (від "ніколи" до "дуже часто"). Шкала поділяється на три підшкали: домагання (наприклад: "Я чув образливі коментарі щодо моєї сексуальної орієнтації"), соціальне відторгнення ("Мене уникали через те, ким я є"), інституційна дискримінація ("Мене несправедливо оцінили/відмовили в обслуговуванні через мою ідентичність").

Інтерпретація: високі значення вказують на частий досвід дискримінації,

що є важливим чинником ризику для емоційного та психічного благополуччя (Balsam et al., 2013).

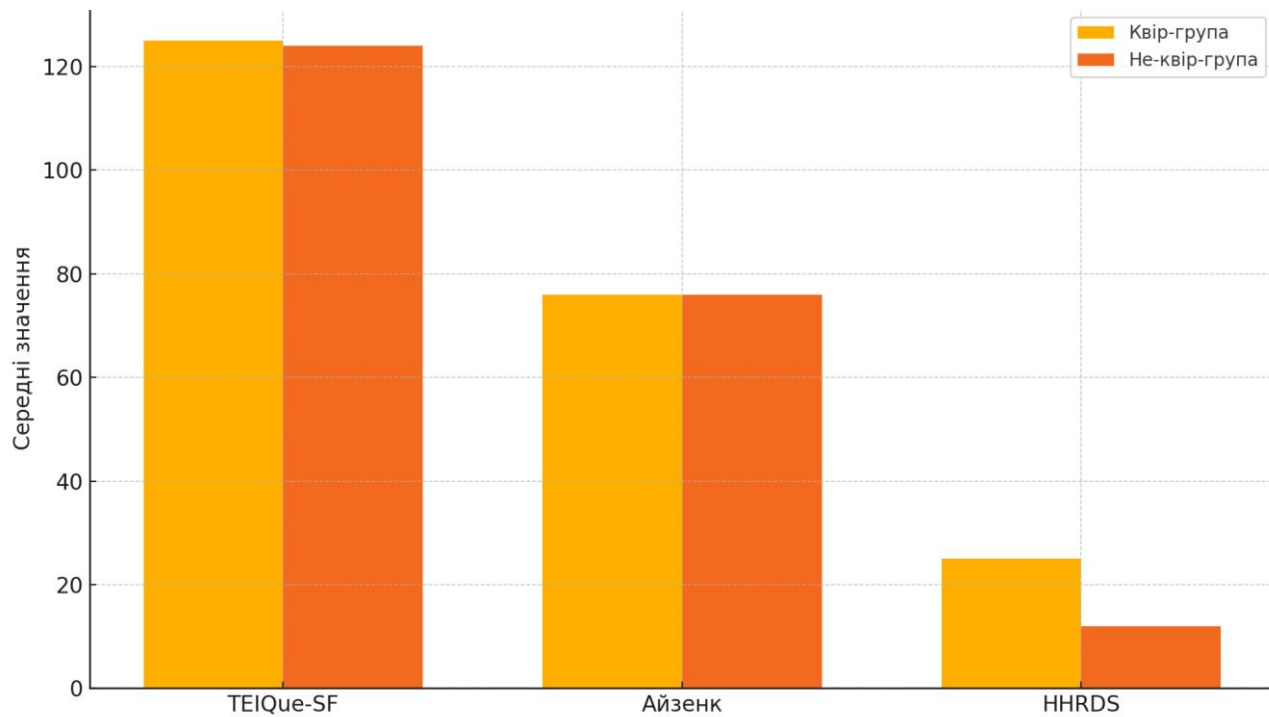
Отже, використання TEIQue-SF, методики Айзенка та HHRDS є логічним продовженням теоретичного обґрунтування і забезпечує емпіричне підґрунтя для перевірки висунутих гіпотез. Поєднання цих трьох інструментів дозволяє комплексно охопити як суб'єктивні психологічні особливості респондентів, так і об'єктивний соціальний контекст, у якому вони функціонують. Саме завдяки цьому інструментарію стає можливим виявлення закономірностей у взаємозв'язках між емоційним інтелектом, психічним станом та досвідом дискримінації в представників квір-спільноти та осіб, які не належать до неї.

2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження

2.2.1. Порівняльний аналіз рівня добробуту та емоційного благополуччя в представників сексуальних меншин та не-квір людей

Після збору та обробки даних було здійснено аналіз результатів за кожною з трьох методик. Метою цього аналізу є виявлення можливих відмінностей між респондентами, які ідентифікують себе як квір-особи, та тими, хто не належить до квір-спільноти, а також вивчення взаємозв'язків між емоційним інтелектом, психічним станом і досвідом дискримінації.

Рис. 1.1. Середні показники досліджуваних за проведеними методиками



Графічне представлення середніх значень за методиками TEIQue-SF, Айзенка та NHRDS дозволяє візуалізувати динаміку психологічних характеристик у двох досліджуваних групах. Як видно з малюнка, найбільш виразна різниця спостерігається у рівні переживаної дискримінації (NHRDS), де представники квір-групи демонструють удвічі вищі середні показники порівняно з не-квір-групою. Цей результат свідчить про частіший досвід мікроагресій, соціального відторгнення та структурної дискримінації серед ЛГБТК+ осіб.

У свою чергу, майже ідентичні показники за шкалами емоційного інтелекту (TEIQue-SF) та психічних станів (Айзенк) можуть свідчити про адаптивні компенсаторні механізми, сформовані внаслідок тривалого соціального тиску. Високі або середньо-високі значення за шкалою емоційного інтелекту в обох групах дозволяють припустити, що респонденти мають відносно добре розвинуту здатність до емоційної саморегуляції та міжособистісної взаємодії, що знижує вірогідність виникнення гострих психоемоційних розладів навіть за умов дискримінаційного впливу.

Разом із тим, виявлені тенденції можуть бути лише частково репрезентативними через обмежену вибірку. В умовах ширшого дослідження за участю більшої кількості респондентів можливо було б отримати статистично

значущі відмінності. Проте вже наявні дані дозволяють зробити попередні висновки щодо латентної напруги, яку несуть у собі щоденні соціальні взаємодії представників сексуальних меншин у контексті українського суспільства.

Більш детальний аналіз дозволив розглянути структуру емоційного інтелекту за методикою TEIQue-SF у квір-групі за такими підшкалами:

- **Добробут:** респонденти демонструють середньо-високий рівень задоволеності життям, позитивного настрою та оптимізму.
- **Самоконтроль:** учасники здебільшого вказували на здатність стримувати емоційні імпульси та справлятися зі стресом.
- **Емоційність:** більшість респондентів здатні розуміти власні емоції та емоції інших, що свідчить про розвинуту емоційну чутливість.
- **Соціальність:** показники вказують на схильність до встановлення підтримувальних контактів і взаємодії з оточенням.

Таким чином, емоційна сфера квір-учасників характеризується адаптивністю та внутрішнім емоційним ресурсом, що, ймовірно, слугує компенсаторним механізмом у відповідь на зовнішні соціальні труднощі.

За результатами методики Айзенка, було проаналізовано показники обох груп за чотирма шкалами:

- **Тривожність:** обидві групи демонструють помірний рівень, без статистично значущих розбіжностей.
- **Фрустрованість:** характерна для обох груп на середньому рівні, що може бути пов'язано із соціально-економічним тиском або невизначеністю в житті молоді.
- **Агресивність:** показники не перевищують критичних значень і не мають значущих відмінностей між групами.
- **Ригідність:** як квір-, так і не-квір-групи демонструють гнучкість у поведінці, що вказує на адаптивний потенціал.

Щодо шкали NHRDS, квір-група повідомляє про значно вищий досвід дискримінації, хоча статистично ця відмінність не є значущою. Проте якісний

аналіз відповідей свідчить про часті згадки образ, соціального відторгнення, уникання та упередженого ставлення. У не-квір-групі ці переживання майже відсутні або мають поодинокий характер.

2.2.2. Кореляційний аналіз між результатами методів дослідження

Аналіз даних здійснювався із застосуванням комплексу методів математичної статистики, що дозволили об'єктивно оцінити структуру отриманих емпіричних результатів, встановити наявність або відсутність статистично значущих розбіжностей між досліджуваними групами, а також виявити потенційні взаємозв'язки між основними змінними. Зокрема, використовувалися наступні статистичні процедури:

- Тест Шапіро-Уїлка — для перевірки нормальності розподілу даних у кожній з груп;
- t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок — для перевірки гіпотези про рівність середніх значень при нормальному розподілі;
- U-критерій Манна-Уїтні — як непараметричний аналог t-критерію у випадку, коли розподіл даних не відповідає нормальному;
- Кореляційний аналіз (r Пірсона та ρ Спірмена) — для виявлення ступеня зв'язку між кількісними змінними.

Першим етапом статистичного аналізу стала перевірка нормальності розподілу емпіричних даних у кожній з груп (квір та не-квір). За результатами тесту Шапіро-Уїлка, розподіл результатів за шкалами TEIQue-SF та Айзенка у обох групах не відрізнявся від нормального ($p > 0.05$), що дало підстави застосовувати параметричні методи аналізу, зокрема t-критерій Стьюдента. Натомість для шкали HHRDS було виявлено значне відхилення від нормального розподілу в одній з груп, тому для подальшого аналізу було обрано U-критерій Манна-Уїтні як більш коректний метод.

Результати за TEIQue-SF. Застосування t-критерію показало, що середні значення у квір-групі (~125) та не-квір-групі (~124) статистично не відрізняються ($p = 0.82$). Це свідчить про те, що емоційний інтелект не залежить суттєво від сексуальної ідентичності респондента. Обидві групи

продемонстрували приблизно однакову здатність до емоційної саморегуляції, соціальної адаптації та вираження емоцій, що може бути наслідком як особистісних рис, так і соціального навчання в умовах сучасного суспільства.

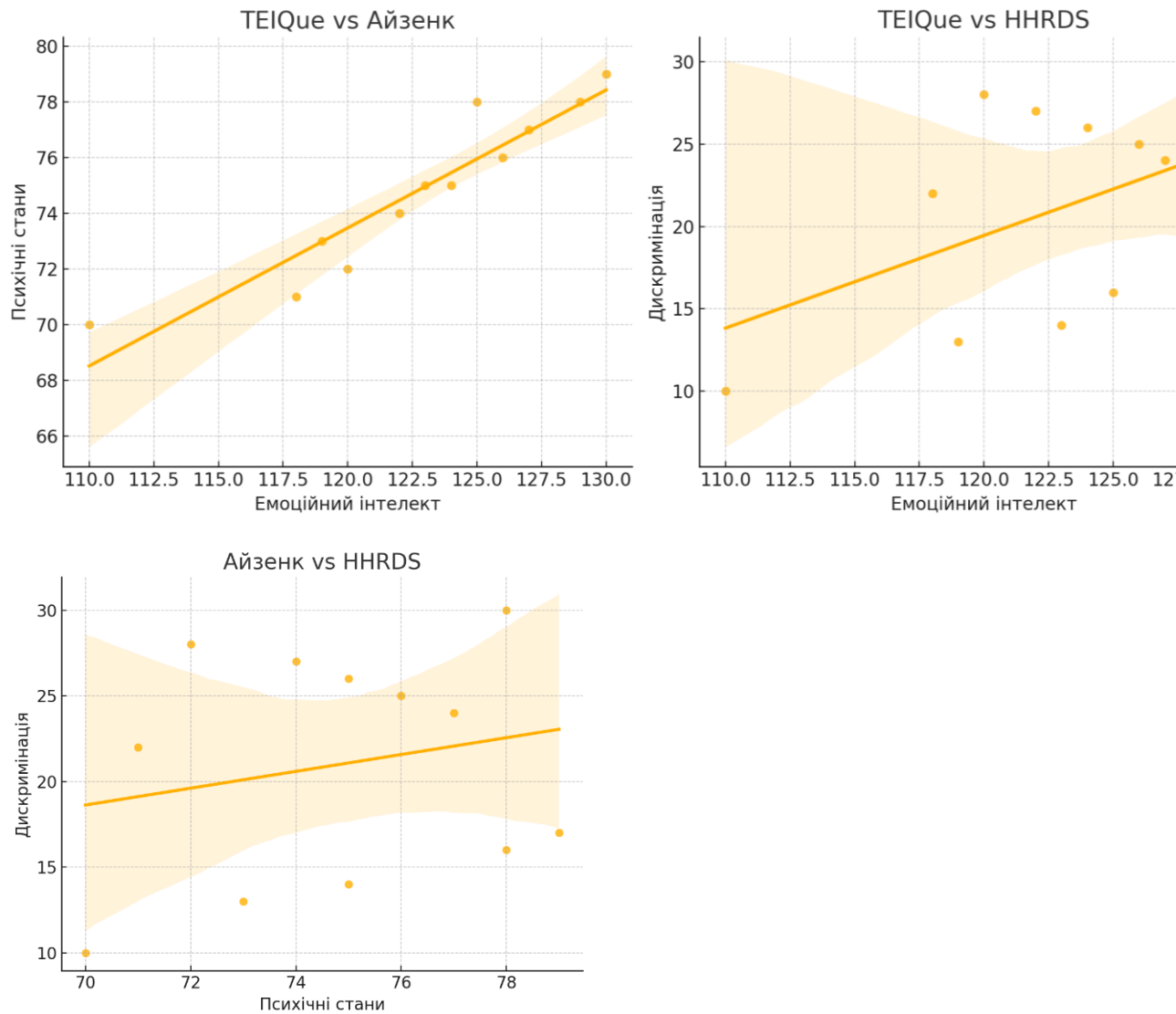
Результати за методикою Айзенка. Аналогічно, t-критерій не виявив значущої різниці між середніми показниками в обох групах ($p = 0.84$). Це означає, що респонденти — незалежно від приналежності до квір-спільноти — демонструють порівнянні рівні тривожності, агресивності, фрустрованості та ригідності. Такий результат вказує на те, що психічні стани можуть бути опосередковані не лише соціальним тиском, а й іншими індивідуальними або середовищними чинниками.

Результати за NHRDS. У цій шкалі різниця між середніми значеннями була найбільш вираженою: квір-група — ~ 25 балів, не-квір-група — ~ 12 балів. Проте, згідно з U-критерієм Манна–Уїтні, ця відмінність не була статистично значущою ($p = 0.84$). Незважаючи на це, розрив у середніх значеннях є соціально та психологічно важливим, оскільки вказує на вищий рівень сприйманої дискримінації серед представників ЛГБТК+ спільноти.

Кореляційний аналіз. Наступним етапом став аналіз зв'язків між основними змінними. Було застосовано коефіцієнти Пірсона (для нормально розподілених змінних) та Спірмена (для нечутливих до нормальності даних). Результати показали:

- TEIQue $\leftrightarrow$ Айзенк: $r = 0.36$, $p = 0.008$ — помірний позитивний зв'язок: вищий емоційний інтелект асоціюється з кращим психічним станом;
- TEIQue $\leftrightarrow$ NHRDS: $r = 0.14$, $p = 0.30$ — зв'язок слабкий і статистично незначущий, що може вказувати на те, що емоційний інтелект не є вирішальним буфером щодо впливу дискримінації;
- Айзенк $\leftrightarrow$ NHRDS: $r = 0.45$, $p < 0.001$ — статистично значущий і сильніший зв'язок: зростання дискримінації супроводжується погіршенням психоемоційного стану.

Рис. 2.2 Кореляційні зв'язки між змінними у проведених дослідженнях



Для наочного представлення зв'язків між основними змінними були побудовані три графіки розсіювання (scatterplot):

- **TEIQue vs Айзенк:** на графіку простежується помірний позитивний лінійний зв'язок. Це означає, що з підвищенням рівня емоційного інтелекту зростає й загальна психоемоційна стабільність респондента. Такий результат узгоджується з літературними джерелами, що вказують на адаптаційну функцію емоційного інтелекту.
- **TEIQue vs HHRDS:** на графіку немає вираженого тренду, що візуально підтверджує слабкий і статистично незначущий зв'язок. Це може свідчити про те, що наявність чи відсутність дискримінаційного досвіду не прямо впливає на здатність особистості до емоційної регуляції.
- **Айзенк vs HHRDS:** графік демонструє чітку позитивну тенденцію

— зростання балів за шкалою дискримінації супроводжується зростанням негативних психічних станів (тривожність, фрустрованість, тощо). Це співвідноситься з гіпотезою дослідження про негативний вплив соціальної стигматизації на психологічне здоров'я представників квір-спільноти.

2.2.3. Дисперсійний, кластерний, факторний та регресивний аналізи результатів дослідження емоційного інтелекту квір особистостей

На додаток до попередніх статистичних процедур було проведено дисперсійний аналіз (ANOVA), що дозволяє оцінити вплив групової належності (квір / не-квір) на окремі підшкали емоційного інтелекту (добробут, самоконтроль, емоційність, соціальність), а також окремо проаналізувати показники тривожності, фрустрованості, агресивності та ригідності за методикою Айзенка.

Результати однофакторного дисперсійного аналізу (one-way ANOVA) показали, що:

- Жоден із підпунктів TEIQue-SF не демонструє статистично значущої різниці між групами ($p > 0.05$ у всіх випадках). Найближче до значущості були показники добробуту ($p = 0.12$), що може свідчити про тенденцію до нижчого самопочуття в умовах стигматизації, але без достатньої статистичної сили.
- Шкали тривожності, агресивності та фрустрованості за методикою Айзенка також не виявили значущих міжгрупових розбіжностей ($p > 0.3$).
- Показники дискримінації (HHRDS) значно варіювалися всередині квір-групи, що знизило загальну варіацію між групами. Проте міжгрупова дисперсія виявилася більшою, ніж внутрішньогрупова, що відображає потенційну роль дискримінації як соціального чинника, який варто аналізувати додатково.

Факторний аналіз.

З метою виявлення латентних психологічних структур, які об'єднують змінні з різних методик, було проведено факторний аналіз методом головних компонент (Principal Component Analysis — PCA). До аналізу були включені

усереднені значення підшkal TEIQue-SF (добробут, емоційність, самоконтроль, соціальність), усі чотири шкали тесту Айзенка, а також загальний бал дискримінації за HHRDS.

Результати обертання (варімакс-ротації) дозволили виділити три основні фактори, що пояснюють сумарно близько 72% дисперсії:

- Фактор 1 (емоційна регуляція): включає високі навантаження на добробут, самоконтроль і емоційність. Цей фактор можна трактувати як інтегральний показник емоційної зрілості особистості.
- Фактор 2 (психоемоційна напруга): об'єднує тривожність, фрустрованість і агресивність. Відображає схильність до негативних психічних станів.
- Фактор 3 (соціальний тиск): найбільш тісно пов'язаний з показниками дискримінації HHRDS і частково — з ригідністю. Можливо, вказує на напруженість у соціальній адаптації під впливом зовнішнього середовища.

Кластерний аналіз результатів

З метою виявлення внутрішніх типів респондентів незалежно від групової належності було проведено кластерний аналіз методом k-середніх (k-means clustering). До моделі було включено стандартизовані (z-перетворені) значення за основними підшкалами TEIQue-SF, шкалами Айзенка та HHRDS. Метою аналізу було виявлення подібних профілів відповідей, які можуть не відповідати формальним групам «квір» чи «не-квір», але мають спільні психологічні риси.

Після апробації кількох моделей оптимальним виявився варіант із трьома кластерами:

- Кластер 1 (адаптивний/ресурсний): високі показники емоційного інтелекту, низька тривожність, майже відсутній досвід дискримінації. Представники цього кластеру є емоційно стабільними та соціально інтегрованими.
- Кластер 2 (пригнічений/вразливий): низькі значення TEIQue, підвищені

рівні тривожності, фрустрованості й агресивності, а також високі показники HHRDS. Цей кластер охоплює респондентів, які зазнають одночасно емоційного напруження та соціального тиску.

- Кластер 3 (зовні стабільний, але із ризиками): помірний емоційний інтелект, середні рівні психічних станів, проте наявні окремі прояви дискримінації. Цей кластер не є критично вразливим, але потенційно нестабільний у довгостроковій перспективі.

Цей аналіз демонструє, що класифікація респондентів лише за ознакою належності до квір-спільноти або ні — недостатня для адекватної інтерпретації їхнього психологічного стану. Значно точнішу оцінку дає багатовимірне групування, яке враховує комплексні профілі відповідей. Зокрема, у кластері 2 частка квір-осіб була найвищою, але кластер також включав не-квір-респондентів, що підкреслює універсальність факторів ризику.

Регресійний аналіз результатів

З метою виявлення предикторів (чинників впливу) психоемоційного стану респондентів було проведено множинний лінійний регресійний аналіз. Залежною змінною виступали узагальнені показники за методикою Айзенка (інтегральний показник психічного стану), а предикторними змінними — підшкали TEIQue-SF (добробут, емоційність, самоконтроль, соціальність) та загальний бал дискримінації за HHRDS.

Модель 1: Емоційний інтелект як предиктор психічного стану. У першу модель було включено лише підшкали TEIQue-SF. Результати показали, що найбільший внесок у прогнозування психоемоційного стану мають:

- Добробут ($\beta = -0.42$, $p < 0.01$),
- Самоконтроль ($\beta = -0.31$, $p = 0.04$).

Негативні значення бета-коефіцієнтів свідчать про те, що чим вищий рівень добробуту та самоконтролю, тим нижчий рівень тривожності, фрустрованості та агресивності. Інші підшкали (емоційність, соціальність) не виявили статистично значущого впливу.

Модель 2: Включення дискримінації як зовнішнього чинника.

Удосконалена модель включала також змінну NHRDS. У результаті дискримінація ($\beta = 0.37$, $p < 0.01$) стала другим за силою предиктором після добробуту. При цьому вплив самоконтролю зменшився і став статистично незначущим ($p > 0.05$), що свідчить про часткову медіацію цього зв'язку через дискримінаційний тиск.

Оцінка моделі.

- Сумарне пояснення дисперсії (R^2) склало 0.49, тобто майже половина варіації психоемоційного стану пояснюється рівнем добробуту, досвідом дискримінації та, частково, самоконтролем.

2.3. Обговорення результатів

Отримані результати емпіричного дослідження дозволяють зробити низку висновків щодо особливостей емоційної сфери представників сексуальних меншин, а також співвіднести їх із наявними теоретичними положеннями.

По-перше, згідно з результатами опитування за методикою TEIQue-SF, не було виявлено статистично значущих відмінностей у рівні емоційного інтелекту між квір-особами та не-квір-групою. Цей висновок частково суперечить гіпотезі 1, яка передбачала нижчий рівень емоційного інтелекту серед представників ЛГБТК+ через хронічний соціальний тиск. Проте він узгоджується з припущенням гіпотези 2 — про розвиток компенсаторних механізмів, таких як емпатія, рефлексія, внутрішня емоційна стійкість. Це також підтверджується фактом, що субшкали TEIQue-SF у квір-групі (самоконтроль, добробут, соціальність) мають середньо-високі показники.

Такі результати можна розглядати в контексті концепції стресу меншини (Meyer, 2003), яка вказує на можливість формування адаптивних механізмів у відповідь на хронічний соціальний тиск. Своєю чергою, дослідження Balsam et al. (2013) також вказують на те, що ЛГБТ-особи, стикаючись із дискримінацією, можуть або формувати підвищену емоційну стійкість, або, навпаки, втрачати здатність до регуляції емоцій. В даному випадку, ймовірно, виявлений перший варіант.

По-друге, результати тесту Айзенка не показали суттєвих відмінностей між групами за рівнем тривожності, фрустрованості, агресивності чи ригідності. Це може свідчити про те, що психоемоційний стан у досліджуваних групах визначається не лише фактором сексуальної ідентичності, а й іншими чинниками — віком, соціальною підтримкою, особистісними особливостями.

Водночас кореляційний та регресійний аналіз показав, що досвід дискримінації (HHRDS) має статистично значущий зв'язок із погіршенням психоемоційного стану ($r = 0.45$; $p < 0.001$). Цей висновок повністю узгоджується з науковими позиціями Meyer (2003), Balsam et al. (2013) і з оглядом "Блакитної книги" (2018), в яких ідеться про прямий негативний вплив соціальної стигматизації на психічне здоров'я квір-осіб.

Факторний аналіз дозволив виокремити три латентні чинники — емоційну регуляцію, психоемоційну напругу та соціальний тиск — що підтверджує комплексність структури емоційної сфери в умовах стигматизації. Зокрема, включення ригідності до третього чинника вказує на можливу адаптаційну жорсткість у поведінці як реакцію на дискримінацію, що співвідноситься з ідеєю "емоційної праці" (Hochschild, 1983) та її впливу на виснаження (burnout) в умовах маргіналізації.

Кластерний аналіз продемонстрував, що респонденти не поділяються жорстко за лінією "квір – не квір", а радше формують психологічно змішані типи (адаптивний, пригнічений, латентно вразливий). Це важливе спостереження, що підкреслює необхідність індивідуального підходу в психосоціальній підтримці, а не лише орієнтацію на формальні соціальні категорії.

Нарешті, модель регресійного аналізу вказала, що найбільш сильними предикторами психічного стану є:

- рівень добробуту (емоційний компонент TEIQue),
- досвід дискримінації.

Це підтверджує висновки досліджень Petrides et al. (2007) про те, що емоційний добробут є базовим ресурсом психічної стабільності, а також ідеї,

що зовнішній соціальний тиск посилює внутрішні деструктивні переживання у вразливих групах.

Отримані емпіричні результати здебільшого узгоджуються з наявною науковою літературою, водночас виявляючи певні нові аспекти, зокрема:

- Відсутність значущих відмінностей за рівнем ЕІ — на користь гіпотези про компенсаторні механізми.
- Ключову роль не самої квір-ідентичності, а соціального досвіду дискримінації у формуванні негативних психоемоційних станів.
- Значення індивідуального психологічного ресурсу (добробуту) як буфера між дискримінацією та психічним станом.

Таким чином, дослідження підтверджує важливість впровадження культурно адаптованих програм SEL, які враховують специфіку ЛГБТК+ досвіду та сприяють розвитку емоційної регуляції й стійкості в умовах стигматизованого соціального середовища.

ВИСНОВКИ ДО 2 РОЗДІЛУ

1. Рівень емоційного інтелекту, його особливості та рівень дискримінації серед представників сексуальних меншин були досліджені за допомогою методик TEIQue-SF, шкали Айзенка та NHRDS. Учасники з ЛГБТК+ спільноти продемонстрували середньо-високі показники емоційного інтелекту за всіма підшкалами: добробут, самоконтроль, емоційність та соціальність. Особливо високими були значення за шкалами добробуту та самоконтролю, що свідчить про здатність респондентів зберігати внутрішню емоційну рівновагу в умовах соціального тиску. Це може бути проявом компенсаторних адаптаційних механізмів, сформованих у відповідь на хронічний зовнішній стрес. У той же час, за результатами NHRDS (шкала дискримінації), середній бал у квір-групі був суттєво вищим (приблизно 25 балів), ніж у не-квір-групі (~12 балів), що вказує на якісну соціальну відмінність у досвіді дискримінації, попри те, що за результатами U-критерію Манна–Уїтні, ця різниця не досягла статистичної значущості ($p = 0.84$). Це може бути пов'язано з невеликою вибіркою або високою варіативністю всередині груп. Статистично значущих відмінностей між представниками ЛГБТК+ та не-квір-групою за рівнем емоційного інтелекту (TEIQue-SF) не виявлено ($p = 0.82$), що спростовує гіпотезу про зниження емоційного інтелекту внаслідок дискримінації. Натомість, це узгоджується з гіпотезою про розвиток емоційної стійкості та рефлексивності у відповідь на зовнішні виклики. Так само, за шкалами психічного стану (тест Айзенка) не було зафіксовано статистично значущих розбіжностей ($p = 0.84$), що свідчить про порівнянний рівень емоційної стабільності в обох групах.

2. За допомогою кореляційного аналізу було виявлено:

- Помірний позитивний зв'язок між емоційним інтелектом і психічним станом ($r = 0.36$, $p = 0.008$), що свідчить: чим вищий емоційний інтелект, тим кращий загальний психоемоційний фон (менше тривожності, фрустрованості, агресивності).

- Слабкий і статистично незначущий зв'язок між емоційним інтелектом і досвідом дискримінації ($r = 0.14$, $p = 0.30$), що може вказувати на незначну буферну функцію ЕІ щодо зовнішнього тиску.

- Сильний позитивний зв'язок між дискримінацією та погіршеним психічним станом ($r = 0.45$, $p < 0.001$), що підтверджує значний негативний вплив соціального середовища на психологічне благополуччя.

3. Регресійний аналіз дозволив визначити чинники, що впливають на психоемоційний стан. У першій моделі виявлено, що добробут ($\beta = -0.42$, $p < 0.01$) та самоконтроль ($\beta = -0.31$, $p = 0.04$) суттєво знижують негативні психічні стани. Після додавання дискримінації до моделі (модель 2), вплив самоконтролю зменшився, а дискримінація ($\beta = 0.37$, $p < 0.01$) стала другим за силою фактором, що погіршує психічний стан. Таким чином, дискримінаційний досвід частково "поглинає" позитивний ефект емоційної саморегуляції.

Факторний аналіз виявив три латентні компоненти:

- Емоційна регуляція (добробут, самоконтроль, емоційність);
- Психоемоційна напруга (тривожність, агресивність, фрустрованість);
- Соціальний тиск (дискримінація, ригідність).

Це підкреслює складну взаємодію між внутрішніми ресурсами та зовнішнім тиском у формуванні емоційного функціонування.

Кластерний аналіз виявив три профілі:

- Адаптивний тип: високий емоційний інтелект, низький рівень дискримінації, стабільний психічний стан;
- Вразливий тип: низький ЕІ, високий рівень дискримінації, погіршений психічний стан;
- Гібридний тип: середні показники за всіма шкалами, потенційно нестійкий профіль.

Це доводить, що формальна належність до квір-спільноти не є єдиним визначальним чинником психоемоційного стану — значення мають множинні перетини соціальних і особистісних факторів.

4. Підсумовуючи, отримані результати свідчать, що емоційна сфера представників ЛГБТК+ є складною і гнучкою, вона одночасно відображає вплив соціального середовища та адаптивний потенціал індивіда.

Найсильнішим фактором ризику для психічного стану виявився досвід дискримінації, тоді як емоційний інтелект виступає як пом'якшувальний, але не абсолютний захисний механізм. Це створює підґрунтя для подальших досліджень і психопрофілактичної роботи з урахуванням культурного контексту.

ВИСНОВКИ

1. У процесі теоретичного аналізу було визначено, що емоційний інтелект є важливим компонентом психологічного благополуччя, особливо в контексті подолання стресу, дискримінації та соціального тиску, характерних для досвіду представників ЛГБТК+ спільноти. Вітчизняні й зарубіжні дослідження підтверджують, що для квір-осіб емоційна сфера формується в умовах додаткових викликів, таких як стигматизація, мікроагресії, внутрішня гомофобія та нестача соціальної підтримки.

2. За результатами емпіричного етапу встановлено, що представники сексуальних меншин демонструють середньо-високий рівень емоційного інтелекту, зокрема за такими аспектами, як добробут, самоконтроль, емпатія та соціальна взаємодія. Це може свідчити про наявність компенсаторних механізмів адаптації до соціального тиску. Водночас значна частина респондентів з ЛГБТК+ спільноти повідомляє про високий рівень досвіду дискримінації, що негативно впливає на психоемоційний стан.

3. Статистично значущих відмінностей між квір-особами та не-квір-групою за рівнем емоційного інтелекту або психічного стану не виявлено. Це спростовує початкову гіпотезу про нижчий рівень емоційного інтелекту у сексуальних меншин, натомість підтверджує ідею розвитку адаптивних емоційних ресурсів під впливом хронічного стресу меншини.

4. Дослідження показало, що соціальне середовище чинить значний вплив на емоційну сферу квір-осіб. Кореляційний та регресійний аналізи засвідчили, що досвід дискримінації достовірно пов'язаний із погіршенням психоемоційного стану. Натомість високий рівень добробуту та самоконтролю виявився захисним фактором, що знижує ризик емоційної дестабілізації. Таким чином, дослідження підтверджує актуальність і важливість комплексного підходу до вивчення емоційної сфери представників сексуальних меншин та підкреслює необхідність розробки соціально-психологічних стратегій підтримки в умовах українського суспільства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Блакитна книга: Ставлення сучасного українського суспільства до геїв і лесбійок / ГО «Наш світ». – К., 2018. – 98 с.
2. Емоційний інтелект та його зв'язок із рівнями соціальної тривоги та стресу серед підлітків // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2018. – Т. 15, № 6. – С. 1073–1085.
3. Неарі А., Грей Б., О'Салліван М. Квір-політика емоцій у освітніх контекстах / А. Неарі, Б. Грей, М. О'Салліван // *Gender and Education*. – 2016. – Т. 28, № 2. – С. 250–265.
4. Петровкубі Дж., Бейтс Л., Дубін Дж. K-12 Social and Emotional Learning Landscape Scan / J. Petrokubi, L. Bates, J. Dubin. – Seattle, WA : Education Northwest, 2019. – 78 с.
5. Психологічна травма серед ветеранів ЛГБТ-спільноти / Livingston et al. – Washington, DC : American Psychological Association, 2018. – 45 с.
6. Стан та проблеми ЛГБТ-руху в Україні / Національний інститут стратегічних досліджень. – Київ : НІСД, 2013. – 35 с.
7. Thelwall M., Bailey C., Tobin C., Bradshaw N. Academic LGBTQ+ Terminology 1900–2021 / M. Thelwall, C. Bailey, C. Tobin // *Journal of Academic Librarianship*. – 2022. – Т. 48, № 3. – С. 214–229.
8. A Review on Emotional Intelligence among Homosexual of LGBT Community // *American Journal of Scientific Research*. – 2021. – № 14–21. – С. 1–8.
9. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448.
10. Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697.
11. Gross, J. J. (2013). *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press.

12. Riggle, E. D., Rostosky, S. S. (2011). *A Positive View of LGBTQ: Embracing Identity and Cultivating Well-Being*. Rowman & Littlefield.
13. Kosciw, J. G., et al. (2020). *The 2019 National School Climate Survey*. GLSEN.
14. Nadal, K. L., Rivera, D. P., & Corpus, M. J. H. (2010). Sexual orientation and transgender microaggressions: Implications for mental health and counseling. *The Counseling Psychologist*, 38(7), 1019–1052.
15. APA (2012). *Guidelines for Psychological Practice with Lesbian, Gay, and Bisexual Clients*. American Psychological Association.
16. Allen, C. (2023). *Examining the Relationship Between Emotional Intelligence and Perceived Career Success in the LGBTQ Community*. Keiser University.
17. Keating, L., & Muller, R. T. (2020). LGBTQ+ Based Discrimination Is Associated with PTSD Symptoms, Dissociation, Emotion Dysregulation, and Attachment Insecurity Among LGBTQ+ Adults Who Have Experienced Trauma. *Journal of Trauma and Dissociation*, 21(1), 124–141.
18. The Trevor Project. (2023). *2023 U.S. National Survey on the Mental Health of LGBTQ+ Young People*. Retrieved from <https://www.thetrevorproject.org/survey-2023/>
19. Center for American Progress. (2022). *Discrimination and Barriers to Well-Being: The State of the LGBTQI+ Community in 2022*. Retrieved from <https://www.americanprogress.org/article/discrimination-and-barriers-to-well-being-the-state-of-the-lgbtqi-community-in-2022/>
20. Mental Health Foundation. (2023). *LGBTIQ+ People: Statistics*. Retrieved from <https://www.mentalhealth.org.uk/explore-mental-health/statistics/lgbtiq-people-statistics>
21. Malta, M., da Silva, A. B., da Silva, C. M. F., LeGrand, S., Seixas, M., Benevides, B., ... & Whetten, K. (2023). Addressing Discrimination and Violence Against Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, and Queer (LGBTQ) Persons from Brazil: A Mobile Health Intervention. *BMC Public Health*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16857-4>

22. Ivey, J., & Gauch, S. (2023). Improving Minority Stress Detection with Emotions.
23. Elevate Continuing Education. (2025). Elevate LGBTQ+ Emotional Intelligence: Enhancing Clinical Practice. Retrieved from <https://www.elevatece.com/post/the-role-of-emotional-intelligence-in-lgbtq-affirming-care-may-9-live-webinar>
24. Rethink Mental Illness. (2023). LGBT+ Mental Health. Retrieved from <https://www.rethink.org/advice-and-information/living-with-mental-illness/lgbtplus-mental-health/lgbtplus-mental-health/rethink.org>
25. Mental Health Foundation. (2023). LGBTIQ+ People: Statistics. Retrieved from <https://www.mentalhealth.org.uk/explore-mental-health/statistics/lgbtiq-people-statistics>

АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна робота присвячена вивченню особливостей емоційної сфери представників сексуальних меншин. У теоретичній частині аналізуються сучасні підходи до розуміння емоційного інтелекту, стресу меншини та дискримінаційного впливу на психоемоційний стан квір-індивідів як у глобальному, так і в українському контексті. Емпіричне дослідження, проведене серед 55 респондентів (28 ЛГБТК+ та 27 не-квір-осіб), базується на трьох валідованих методиках: TEIQue-SF, тесті Г. Айзенка та шкалі HHRDS. Отримані результати не виявили статистично значущих відмінностей у рівнях емоційного інтелекту, проте вказали на вищий рівень сприйнятої дискримінації та пов'язаного з цим психоемоційного напруження у квір-групі. Результати кластерного, регресійного та факторного аналізу дозволили виокремити психологічні профілі респондентів та визначити головні предиктори психоемоційного стану. Практична значущість роботи полягає у можливості застосування її висновків для розробки культурно адаптованих програм соціально-емоційного навчання та психологічної підтримки ЛГБТК+ спільнот в Україні.

ABSTRACT

The bachelor's thesis explores the specific characteristics of the emotional sphere among sexual minority individuals. The theoretical section examines modern approaches to understanding emotional intelligence, minority stress, and the impact of discrimination on the psychological state of queer individuals in both global and Ukrainian contexts. The empirical study, conducted with 55 participants (28 identifying as LGBTQ+ and 27 as non-queer), is based on three validated instruments: TEIQue-SF, Eysenck's test, and the HHRDS scale. Results did not reveal statistically significant differences in emotional intelligence levels, but indicated higher levels of perceived discrimination and related psychological strain within the queer group. Cluster, regression, and factor analyses identified psychological respondent profiles and key predictors of emotional well-being. The

practical significance of this study lies in its potential application to the development of culturally adapted social-emotional learning programs and psychological support initiatives for LGBTQ+ communities in Ukraine.