

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

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Зв'язок емоційного інтелекту й рис особистості з
соціально-психологічною адаптацією в дівчат юнацького віку»

Студентки 4 курсу групи ПС-42
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – психологія
Світлична Олександра Олександрівна

Керівниця доц. кафедри загальної психології,
к. психол. н. Гімаєва Ю.А.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____

Кількість балів: _____

Члени комісії _____

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Харків – 2025

ЗМІСТ

Вступ	3
Розділ 1. Теоретичні засади зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією.....	5
1.1 Поняття емоційний інтелект	5
1.2 Поняття риси особистості	7
1.3 Поняття соціально-психологічна адаптація	10
Висновки до Розділу 1	15
Розділ 2. Емпіричне дослідження зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією.....	16
2.1 Організація емпіричного дослідження	16
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження	18
2.3 Аналіз кореляцій між емоційним інтелектом, рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією.....	26
Висновки до Розділу 2	33
Висновки	36
Список літератури	39
Анотація	42
Додатки	45

ВСТУП

Проблемою дослідження є наявність зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією у дівчат юнацького віку. Чи є підстави вважати, що високий рівень емоційного інтелекту або наявність певних особистісних рис гарантує успішну соціально-психологічну адаптацію для дівчат юнацького віку, чи все ж ці ресурси самі по собі не є достатніми?

Актуальність: визначальні події в Україні такі, як пандемія коронавірусної хвороби, повномасштабне вторгнення росії на територію нашої країни, вплинули на повсякденне життя кожного, зокрема на дівчат юнацького віку. Навчання та спілкування в значній мірі стали недоступними, обмеженими або видозміненими для юначок, що впливає на їх соціально-психологічну адаптацію у суспільстві. Тому розуміння зв'язку між емоційним інтелектом та рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією у дівчат юнацького віку, а також використання цього розуміння може бути корисним для полегшення процесів адаптації до складних умов сучасного суспільства.

Об'єкт: особистість.

Предмет: зв'язок емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією.

Мета: визначити особливості зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.

Гіпотеза: розвиток емоційного інтелекту та певні риси особистості пов'язані з успішною соціально-психологічною адаптацією. Чим більше розвинений емоційний інтелект, тим кращою є соціально-психологічна адаптація. Риси особистості, такі як екстраверсія, емоційна стійкість, відкритість до нового досвіду, сумлінність та доброзичливість, також позитивно корелюють із високими показниками адаптації. У дівчат пізнього юнацького віку ці зв'язки є сильнішими, ніж у ранньому юнацькому віці.

Задачі:

1. Провести теоретичний аналіз понять емоційний інтелект, риси особистості, соціально-психологічна адаптація та зв'язків між ними.
2. Визначити емпірично ступінь розвитку емоційного інтелекту у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.
3. Визначити емпірично ступінь розвитку рис особистості у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.
4. Визначити емпірично ступінь соціально-психологічної адаптації у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.
5. Визначити наявність зв'язку між емоційним інтелектом й рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.

Емпіричні методи дослідження: методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда, методика діагностики емоційного інтелекту Н. Холла, п'ятифакторний особистісний опитувальник «Велика п'ятірка».

Для статистичної обробки результатів використано наступні методи: метод первинної математичної обробки, t-критерій Стю'дента, кореляційний аналіз за Спірменом.

Характеристика вибірки: Вибірку складають дві групи дівчат юнацького віку, загалом 54 досліджувані. До складу групи пізнього юнацького віку увійшло 28 осіб віком від 19 до 21 років, до складу групи раннього юнацького віку увійшло 26 осіб віком від 15 до 18 років. Всі досліджувані залучені до освітньої діяльності в закладах загальної середньої або вищої освіти.

Практична значущість дослідження полягає у використанні знань взаємозв'язку розвитку емоційного інтелекту, рис особистості з соціально-психологічною адаптацією для розробки розвивальних та підтримуючих програм.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ Й РИС ОСОБИСТОСТІ З СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЮ АДАПТАЦІЄЮ

В цьому розділі розглянуто такі поняття, як емоційний інтелект, риси особистості, соціально-психологічна адаптація та зв'язок між ними. Поданий огляд емпіричних досліджень на тему зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією.

1.1. Поняття емоційний інтелект

Одними з перших дослідників емоційного інтелекту були американські психологи Г. Гарднер, Д. Гоулман, Д. Маєр та П. Саловей, які почали розглядати цей феномен у 1980-х роках. Вони поєднали поняття "емоція" та "інтелект", що раніше здавалося протилежними за сенсом.

Д. Маєр і П. Саловей розробили одну з перших теорій емоційного інтелекту [14], визначивши його як здатність розпізнавати, розуміти і керувати своїми емоціями та емоціями інших. Їхня модель включає чотири компоненти:

1. Сприйняття емоцій: здатність точно розпізнавати емоції.
2. Використання емоцій для мислення: застосування емоцій для покращення когнітивних процесів.
3. Розуміння емоцій: аналіз емоцій та прогнозування їх розвитку.
4. Керування емоціями: ефективна регуляція емоцій для досягнення позитивних результатів.

Це визначення є основою багатьох досліджень в області емоційного інтелекту і часто використовується в різних контекстах, зокрема в психології, менеджменті, освіті та інших сферах.

Після виходу у світ у 1995 році монографії Д. Гоулмана "Емоційний інтелект" ця робота миттєво стала неймовірно затребуваною. Що не дивує, адже автор у своїй праці визначив важливість емоційного інтелекту як ключового фактора успіху в житті, а також запропонував способи розвинути такі

особистісні якості, як самоконтроль, наполегливість, самомотивація, розуміння своїх і чужих емоцій та врахування цих емоцій для підтримання гармонійних стосунків з іншими.

Ці якості він об'єднав під загальною назвою "емоційний інтелект", використавши термін, який раніше вже був введений у науковий обіг Д. Маєром та П. Саловейом.

В своїй концепції він виділяв п'ять основних компонентів: самосвідомість, саморегуляцію, мотивацію, емпатію та соціальні навички [5].

Згідно з Р. Бар-Оном, емоційний інтелект є складовою частиною соціального інтелекту. Він виділяє кілька ключових компонентів цього феномену: здатність до самопізнання, розвиток міжособистісних навичок, адаптивність, а також уміння ефективно управляти стресовими ситуаціями [9]. Ці елементи, на його думку, визначають здатність людини успішно взаємодіяти з іншими та справлятися зі складними життєвими викликами. З огляду на це ми вже можемо говорити про зв'язок емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації в теоретичному плані, що є однією з головних проблем нашого дослідження та буде більш детально розглянуто далі.

Серед вітчизняних дослідників цієї проблеми, М. А. Манойлова підходить до емоційного інтелекту з точки зору комунікативних і регуляторних властивостей особистості. Вона вважає, що емоційний інтелект включає здатність усвідомлювати, приймати і регулювати як власні емоційні стани, так і емоції інших людей. Це дає можливість ефективно взаємодіяти в соціальних ситуаціях.

С. П. Дерев'янка пропонує свою структуру емоційного інтелекту, яка включає комунікативний, гностичний і евристичний компоненти. Вона розглядає емоційний інтелект як сукупність знань і навичок, що дозволяють людині розуміти та використовувати емоції для досягнення конкретних цілей і вирішення проблем.

Аналізуючи різні підходи науковців до розуміння емоційного інтелекту, можна сказати, що більшість розуміють його досить схожим чином, лише

трактують по різному. Так, до прикладу, якщо спиратись на теорію Д. Маєра і П. Саловейя, емоційний інтелект включає в себе компонент керування емоціями, а саме ефективну регуляцію емоціями для досягнення позитивних результатів. Тоді як Д. Гоулман виділяє мотивацію як компонент емоційного інтелекту, що теж можна віднести до керування емоціями для досягнення позитивних результатів, про що писали попередні науковці. Так само можна віднести до керування емоціями компонент, що в своїй теорії емоційного інтелекту виділив Р. Бар-Он - уміння ефективно управляти стресовими ситуаціями. Отже можна зробити висновок, що поняття емоційний інтелект має досить однозначне пояснення в психології.

1.2 Поняття риси особистості

Одним з перших науковців, що досліджували риси особистості був Г. Олпорт. В своїй теорії особистості він поєднував гуманістичний та індивідуальний підходи. В основі його теорії лежать дві засадничі ідеї: перша, що кожна людина володіє неповторним набором рис та це частіше за все і визначає її поведінку в різноманітних ситуаціях, крім того особистість є постійною в своїх діях, думках, почуттях; друга, що кожна людина є унікальною в своєму роді та знайти абсолютно ідентичних особистостей є неможливим [8].

Рису особистості він визначив як схильність поводитись подібним чином в широкому спектрі ситуацій попри плин часу. До прикладу, така риса як товариськість передбачає, що особистість буде приязно як із знайомими людьми, так і з незнайомцями, як в компанії колег, так і в компанії друзів, родини [11]. Він визначав існування основних рис, що є природженими та стимулюють поведінку та інструментальних, набутих та сформованих протягом життя. Сукупність цих рис і визначає неповторність особистості [4].

В своїй теорії риси він називав диспозиціями та поділяв їх на три типи: кардинальні, центральні та вторинні. Кардинальна диспозиція є досить рідкісним явищем і так сильно впливає на поведінку людини, що майже всі вчинки можна обґрунтувати її впливом. Центральна диспозиція є такою тенденцією у поведінці людини, що її легко помітити, але вона не визначає всі

вчинки. До прикладу, відповідальність або пунктуальність можна віднести до такого роду диспозиції. І наостанок вторинну диспозицію можна описати як менш помітну, менш стійку рису. До прикладу, вподобання у їжі або стилі.

Здається необхідним також зазначити той факт, що Г. Олпорт виділяв низку рис, які притаманні зрілій особистості та незрілій. Здатність бачити речі такими як вони є насправді, стійкість до фрустрації, активна позиція по відношенню до дійсності, є такими, що визначають зрілу особистість. Тоді як використання різних видів психологічного захисту, пасивна позиція відносно дійсності є ознаками незрілої особистості. З цього можна зробити припущення, що певні риси особистості, що визначають її зрілість, так само визначають і її успішність соціально-психологічної адаптації до суспільства. Адже дивно уявити адаптовану особистість, котра буде користуватись різними механізмами психологічного захисту від дійсності замість адекватного сприйняття її.

Інший науковець, Р. Кеттел вперше визначив практично вичерпний список нормальних і аномальних структурних рис [11]. Він поділяв їх на темпераментальні риси, риси-здатності та динамічні або ж мотиваційні. На його думку, якщо знати структуру та динаміку особистості цілком можливо передбачити її поведінку. В свою чергу динамічні риси він поділяв на ерги або ж інакше кажучи вроджені спонукання та сем - мотиви, що були набуті шляхом культурного впливу. Взаємозв'язок ергів, семів та аттitudів, що є інтересом певної інтенсивності в якійсь дії щодо певного об'єкта, він продемонстрував у вигляді динамічних грат.

Свою теорію особистості він створив на основі психометричних досліджень. Вчений виокремив 35 особистісних рис першого порядку, серед яких 23 риси притаманні нормальній особистості та 12 з них є ознакою патології. Також за результатами повторного факторного аналізу було визначено 8 рис другого порядку. Ці первинні та вторинні фактори в теорії Р. Кеттелла носять назву основні риси особистості.

В подальшому, він намагався за допомогою цих рис описати не тільки особистість самої людини, а і соціальні групи, до яких вона належить. Він

вважав, що на особистість впливають ситуаційні чинники, але при тому і групи, до яких вона входить мають неабиякий вплив. Р. Кеттел навіть запропонував окремий термін за допомогою якого можна позначити діапазон рис, який визначає характеристику окремої групи - синтальність.

Науковець Г. Айзенк також використовував факторний аналіз для створення своєї теорії, однак його підхід значно відрізнявся від Р. Кеттелла. Він вважав, що риси особистості визначаються насамперед спадковістю, тоді як Р. Кеттелл віддавав перевагу більшому впливу соціуму на особистість людини.

Г. Айзенк створив концепцію чотирирівневої ієрархічної моделі особистості. До першого рівня він відносив специфічні дії або думки, до другого рівня - звичні дії або думки, третій рівень це якраз риси особистості, а четвертий - це рівень типів або інакше кажучи суперфакторів.

Він виділяв існування трьох суперфакторів: екстраверсія-інтроверсія, невротизм-стабільність, психотизм-суперого. Як зазначав науковець, фактори вищого порядку являють собою комбінацію певних рис особистості. Так, до прикладу, екстраверсію він характеризує наявністю таких рис як товариськість, імпульсивність, легковажність, загальна активність, відкрита сексуальність; тоді як інтровертність описується такими рисами як пасивність і замисленість. Невротизму приписують такі риси як тривожність, сором'язливість, емоційну нестабільність, поступливість; стабільність як відсутність цих рис. Психотизм можна описати як наявність рис домінування-лідерства, домінування-підпорядкування, пошуку сенсацій та відсутності суперперого. Суперого в свою чергу є схильністю до співпереживання та співпраці. З огляду на це цікавою є думка більшості людей в сучасному суспільстві про те, що особистості яким притаманна екстравертність більше адаптовані у соціумі, що дуже часто насправді є міфом [11].

Отже з поданого вище, можна зробити висновок, що про риси особистості є різні погляди. Одні вчені вважають, що на їх формування переважно впливає генетичний та біологічний фактори, інші, що середовище. Кожен з них абсолютно в унікальному плані підходили до вивчення рис, до їх класифікації.

Навіть теорії Р. Кеттелла та Г. Айзенка неймовірно різняться при тому, що вони використовували спільний інструмент при вивченні рис - факторний аналіз. І при тому, після аналізу різних підходів до розуміння рис особистості, складається враження наче ці теорії не протирічать одна одній, а лише доповнюють наше розуміння цієї теми.

1.3 Поняття соціально-психологічна адаптація

Соціально-психологічна адаптація є процесом цілеспрямованого засвоєння норм, правил і цінностей як суспільства в цілому, так і конкретного соціального оточення людини. Це поняття тісно пов'язане з процесом соціалізації, яка виступає засобом формування зрілої особистості.

Проблема адаптації особистості в широкому сенсі цього поняття давно привертала увагу дослідників. Значний внесок у розробку загального поняття адаптації зробив Ж. Піаже. Відповідно до його концепції, адаптація в біології та психології розглядається як єдність двох протилежних процесів: акомодатії та асиміляції [6]. Якщо розглядати перший термін у широкому значенні, то він відображає "адаптацію до середовища", яка забезпечує модифікацію та функціонування організму або дій суб'єкта у відповідності з властивостями цього середовища. Другий процес змінює певні компоненти середовища, пристосовуючи їх до структури організму або включаючи їх у схему поведінки суб'єкта. Ці процеси тісно взаємопов'язані та впливають один на одного, хоча в кожному конкретному випадку один із них може відігравати провідну роль.

Соціалізація розглядається як процес подвійної природи: по-перше, як індивідуальне засвоєння соціального досвіду через інтеграцію в соціальне середовище, і, по-друге, як процес відтворення соціальних зв'язків завдяки активній участі в цьому середовищі. Адаптація є одним із аспектів соціалізації, що відбувається у трьох сферах: свідомості (формування образу власного "Я" як активного суб'єкта діяльності), діяльності (розширення сфер активності суб'єкта) та комунікації (розширення кола спілкування).

Проблема соціально-психологічної адаптації представлена у багатьох психологічних наукових підходах.

Відповідно до когнітивного підходу Дж.Келлі, соціально-психологічна адаптація пов'язана з відсутністю переживання загрози, а дезадаптація виникає при виразних емоційних переживаннях, які зумовлюють невідповідність між особистістю та соціальним середовищем.

Представники біхевіористичного підходу розглядають адаптацію як стан гармонії між потребами індивіда та вимогами середовища, а також як процес, за допомогою якого досягається цей гармонійний стан.

Альфред Адлер в межах індивідуальної психології визначає соціально-психологічну адаптацію як особистісну здатність долати комплекс неповноцінності. Цей процес триває протягом усього життя і сприяє вдосконаленню та розвитку особистості. А. Адлер підкреслює, що соціально-психологічна адаптація є важливим аспектом саморозвитку, який вимагає від індивіда активного подолання внутрішніх та зовнішніх викликів.

А. А. Налчаджян вважає, що соціально-психологічна адаптація розуміється подвійно. Це, з одного боку, є постійний процес пристосування до наявних суспільних норм та відносин та з іншого це результат даного процесу. До того ж і сама особистість і оточення навколо неї є активними учасниками адаптації [2].

І. М. Соколова в своїх дослідженнях акцентує увагу на співвідношенні соціалізації та адаптації. Вона зазначає, що адаптація є одним із етапів соціалізації, що дозволяє індивіду засвоювати соціальний досвід та функціонувати в суспільстві. За її словами, соціально-психологічна адаптація є процесом встановлення відповідності між особистістю та середовищем у процесі реалізації своєї діяльності, що дозволяє задовольняти поточні потреби та реалізовувати значущі цілі [3].

Важливою темою в контексті адаптації можна виділити розвиток певних властивостей, що можуть бути як чинниками впливу на об'єкт адаптації, а саме - середовище, і при тому бути внутрішніми детермінантами адаптації. До таких властивостей особистості відносять: прагнення до самоактуалізації, адекватна самооцінка, усвідомлення власної гідності, внутрішня свобода, вміння

відстоювати свою позицію, вміння будувати близькі стосунки, наявність комунікативних навичок, здатність керувати своїми емоціями та адекватно сприймати критику.

І спираючись на цей перелік вже можна навіть зробити висновок, що емоційний інтелект є важливим для соціально-психологічної адаптації, бо ми бачимо такі властивості як вміння будувати стосунки, комунікативні навички та керування власними емоціями, що безпосередньо стосуються емоційного інтелекту.

Далі розглянемо в зв'язках з якими психологічними феноменами з перелічених розглядалась соціально-психологічна адаптація.

Пітер Саловей та Джон Маєр, вивчаючи емоційний інтелект, наголошували, що він відіграє важливу роль у підтримці психологічного благополуччя та стійкості особистості. Вони стверджували, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту здатні краще адаптуватися до стресових ситуацій, оскільки можуть ефективно управляти власними емоціями та використовувати емоційні ресурси для підтримки мотивації і фокусу [14]. Такий підхід не тільки полегшує інтеграцію в нове соціальне середовище, але й сприяє збереженню психологічної стабільності в умовах соціальних змін та невизначеності.

Даніель Гоулман, у своїх дослідженнях, звернув увагу на те, що емоційний інтелект сприяє розвитку стійкості та здатності адаптуватися до змін, що є важливими складовими успішної соціальної адаптації в динамічному професійному середовищі [6].

Рувен Бар-Он розробив одну з перших моделей емоційного інтелекту, що охоплює широкий спектр емоційних та соціальних компетенцій [10]. Він зазначає, що емоційний інтелект відіграє ключову роль у забезпеченні ефективної соціальної взаємодії та адаптації до змін середовища, включаючи розвиток навичок вирішення проблем, управління стресом та підтримання позитивних соціальних зв'язків.

Альфред Адлер також розглядав соціальну взаємодію та співпрацю як основні чинники, що сприяють соціально-психологічній адаптації. Він вважав,

що почуття спільності та соціального інтересу є ключовими аспектами здорової особистості, здатної ефективно функціонувати в суспільстві. Емоційний інтелект, у цьому контексті, допомагає людині розвивати здатність до співпереживання та взаєморозуміння, що є основою для побудови гармонійних соціальних відносин. Відповідно, людина з високим рівнем емоційного інтелекту краще адаптується до соціального середовища, оскільки вона здатна встановлювати позитивні зв'язки з іншими та підтримувати соціальну гармонію.

З останніх емпіричних досліджень, результати роботи М. А. Бракетта, Д. Маєра і Р. М. Варнера показали, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту мають кращі соціальні навички, що допомагає їм налагоджувати позитивні міжособистісні відносини. Вони краще справляються з міжособистісними конфліктами і мають більш здорові соціальні зв'язки. Це дослідження підтверджує, що емоційний інтелект є важливим чинником для успішної соціальної інтеграції та підтримання гармонійних відносин у соціальному середовищі [13].

А також дослідження М. Зейднера, Г. Меттьюса і Р. Д. Робертса підтвердило поставлену гіпотезу, що емоційний інтелект має важливе значення для академічної успішності і адаптації в навчальних умовах. Студенти з високим рівнем емоційного інтелекту показали краще виконання академічних завдань і легше адаптувалися до навчального середовища. Вони мали менше проблем з соціальною інтеграцією і краще справлялися з академічними стресорами, що свідчить про те, що емоційний інтелект сприяє успішній адаптації в навчальному середовищі [15].

Далі розглянемо дослідження, що стосуються зв'язку рис особистості з соціально-психологічною адаптацією.

Емішянц О.Б. в своїй роботі отримала результати, котрі свідчать про те, що чим особистості сміливіші, соціально розкутіші, схильні до ризику, товариські, активні, чутливі, чуйні, тримаються вільно, вміють проявляти інтерес до іншої статі, емоційні, артистичні, безтурботні – тим вищий у них загальний рівень адаптованості. Окрім того було виявлено що, чим вищий

ступінь прагнення людини домінувати в міжособистісних стосунках тим більше вони є проникливі, хитрі, досвідчені, вміють поводитися в суспільстві, емоційно витримані, честолюбні. Схильність придушувати іншу людину, відчувати перевагу над іншими має зв'язок з рівнем адаптивності [7].

Також розглянемо дослідження зв'язку такої риси особистості як тривожність з соціально-психологічною адаптацією. Було простежено наступну тенденцію: при високому рівні тривожності зменшується здатність до успішної адаптації. Адже тривожність активує стресову реакцію, яка в свою чергу впливає і на фізіологічні, нейробіологічні та когнітивні процеси, що відбивається на здатності особистості до соціально-психологічної адаптації [1].

Отже з огляду на теоретичні та емпіричні дослідження на тему того чи є зв'язок між емоційним інтелектом з соціально-психологічною адаптацією та чи є зв'язок рис особистості з тією ж адаптацією, ми можемо зробити висновок, що ці явища безпосередньо пов'язані та впливають один на одного.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

1. Емоційний інтелект визначається як здатність розпізнавати, розуміти і керувати своїми емоціями та емоціями інших. Багатьма авторами сприймається як здатність людини успішно взаємодіяти з іншими та справлятися зі складними життєвими викликами.

2. Риси особистості визначають як схильність особистості поводитись подібним чином в широкому спектрі ситуацій попри плин часу. Підґрунтям наявності певних рис у особистості одні автори визначають вплив середовища, тоді як інші вважають, що провідну роль відіграє спадковість. Стосовно класифікації рис та їх опису в сучасній психології існує дуже різноманітні підходи.

3. Соціально-психологічна адаптація розглядається як процес засвоєння норм, правил і цінностей як суспільства в цілому, так і конкретного соціального оточення людини. Також соціально-психологічну адаптацію часто розглядають як один з аспектів соціалізації особистості. Було виявлено, що

соціально-психологічну адаптацію прийнято деякими авторами вивчати з двох сторін: з однієї адаптація це результат узгодження особистості та суспільства, а з іншого це процес за допомогою якого дана гармонія досягається.

4. В результаті останніх досліджень було виявлено, що у дорослих людей існує зв'язок емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією. Вищий рівень розвитку емоційного інтелекту відповідає наявності більш успішної соціально-психологічної адаптації особистості. Так само певні риси особистості пов'язані з низьким рівнем адаптації та інші з високим рівнем.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ Й РИС ОСОБИСТОСТІ З СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЮ АДАПТАЦІЄЮ

2.1 Організація емпіричного дослідження

Метою дослідження є виявлення зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією, а також вивчення вікової динаміки цих зв'язків у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.

Ми припускаємо, що емоційний інтелект та певні риси особистості пов'язані з рівнем соціально-психологічної адаптації. І при тому у дівчат пізнього юнацького віку ці зв'язки є сильнішими, ніж у дівчат раннього юнацького віку.

Задачі нашого дослідження це:

1. Визначити емпірично ступінь розвитку емоційного інтелекту у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.
2. Визначити емпірично ступінь розвитку рис особистості у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.
3. Визначити емпірично ступінь соціально-психологічної адаптації у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.
4. Визначити наявність зв'язку між емоційним інтелектом й рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією у дівчат пізнього та раннього юнацького віку.

Соціально-демографічні характеристики вибірки: вибірку складають дві групи дівчат юнацького віку, загалом 54 досліджувані. Групи ми ділили за віком, а саме перша група це дівчата пізнього юнацького віку (19-21) та другу групу складають дівчата раннього юнацького віку (15-18 років). Розподіл на групи ми визначали згідно сучасної вітчизняної вікової періодизації, що описала О. П. Сергєєнкова. До складу першої групи увійшло 28 юначок, більша

частина з яких є студентками вищих закладів освіти, спеціальності є різноманітними (психологія, медицина, менеджмент, фізика, дизайн і тд). До складу другої групи увійшло 26 юначок, частина з яких є школярками та частина вже почали своє навчання в ЗВО, наявні спеціальності також різноманітні (хімія, музика, філософія, архітектура, підприємство і тд). Близько 90% досліджуваних проживають на цей час в Україні і так як в останні 5 років навчання є дистанційним це може відбиватись на рівні соціально-психологічної адаптації цих юначок.

Для вирішення задач дослідження нами були використані наступні діагностичні методики. Ступінь розвитку емоційного інтелекту ми визначали за допомогою методики діагностики емоційного інтелекту Н. Холла. Вона призначена для виявлення здатності особистості розуміти відносини, що виявляються в емоціях та здатності керувати своїм емоційним світом в контексті ухвалення рішень. Методика містить 5 шкал: емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивація, емпатія, розпізнавання емоцій інших людей. Рівень кожної зі шкал визначається наступним чином: 14 і більше балів - високий рівень, 8-13 середній, 7 та менше - низький. Також окрім визначення рівня окремих шкал за даною методикою, можна встановити й інтегративний рівень емоційного інтелекту (70 і більше балів - високий рівень, 40-69 - середній, 39 і менше - низький).

Для вивчення рис особистості було використано п'ятифакторний особистісний опитувальник «Велика п'ятірка». Для отримання результатів підраховуються відповіді за кожною з п'яти шкал методики, що визначають якості притаманні особистості: екстраверсія-інтроверсія, нейротизм - емоційна стійкість, відкритість новому досвіду – обмеженість, сумлінність - безтурботність, доброзичливість - ворожість. Для визначення ступеня вираженості кожної з рис використовується наступний розподіл за балами: 0-3 бали - низький, 4-6 балів - нижче середнього, 7-9 балів - середній, 10-12 балів - вище середнього, 13-16 балів - високий.

Аби визначити ступінь соціально-психологічної адаптації було обрано методику дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда. За результатами опитування підраховуються бали за такими інтегральними показниками з використанням індивідуальних формул: адаптація, самосприйняття, емоційна комфортність, сприйняття інших, інтегральність, прагнення до домінування. Кожен з інтегральних показників містить в собі два полярні підпоказники, бали за якими підраховуються та порівнюються з нормою: адаптивність (68-136), дезадаптивність (68-136), неправда - (18-36), неправда + (18-36), прийняття себе (22-42), неприйняття себе (14-28), прийняття інших (12-24), неприйняття інших (14-28), емоційний комфорт (14-28), емоційний дискомфорт (14-28), внутрішній контроль (26-52), зовнішній контроль (18-36), домінування (6-12), підлеглість (12-24), есканізм (10-20).

Опис інструкції, варіанти відповідей та ключ до кожної з методик наведено в додатку А.

Для статистичної обробки результатів використано наступні методи: метод первинної математичної обробки, t-критерій Стю'дента, кореляційний аналіз за Спірменом.

2.2 Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Отже перейдемо до аналізу результатів за методикою діагностики емоційного інтелекту Н. Холла. Середні значення за показниками в кожній групі подано нижче у таблиці 2.1.

Орієнтуючись на норми за кожним з показників можемо сказати, що Емоційна обізнаність і в групі пізнього юнацького віку і в групі раннього юнацького віку є на середньому рівні. Це свідчить про те, що досліджувані обох груп частіше за все добре усвідомлені про свій емоційний стан і це дає їм певне розуміння того як ліпше вчиняти у житті та що варто змінити у відповідності до свого стану.

За показником Управління своїми емоціями і перша і друга група мають низькі результати. Отже всі наші досліджувані відчувають певну складність у контролі власних емоцій та дуже часто піддаються їх впливу.

Таблиця 2.1

Результати за показниками методики діагностики емоційного інтелекту Н.

Холла

Шкала	Група пізнього юнацького віку	Група раннього юнацького віку	t-критерій	Рівень значущості
Емоційна обізнаність	9.57 (середній рівень)	8.88 (середній рівень)	0.409	0.684
Управління своїми емоціями	0.68 (низький рівень)	-0.5 (низький рівень)	0.625	0.535
Самомотивація	6.21 (низький рівень)	4.54 (низький рівень)	0.910	0.367
Емпатія	10.75 (середній рівень)	8.11 (середній рівень)	1.754	0.085
Розпізнавання емоцій інших людей	8.18 (середній рівень)	5.58 (низький рівень)	1.696	0.096
Інтегративний рівень EI	35.39 (низький рівень)	26.62 (низький рівень)	1.357	0.180

Щодо Самомотивації так само результати в обох групах є низькими, що свідчить про недостатність внутрішньої мотивації. Нашим досліджуваним важко долати перешкоди та не звертати уваги на труднощі при досягненні своєї мети.

Емпатія і в групі пізнього юнацького віку і в групі раннього юнацького віку є на середньому рівні. Це демонструє нам, що для всіх досліджуваних юначок є можливим проявляти співпереживання в спілкуванні з іншими людьми, вони готові надавати підтримку, проте часом вони не завжди точно можуть розпізнавати та інтерпретувати емоції інших людей.

Відмінність в групах відзначається за показником Розпізнавання емоцій інших людей. В групі пізнього юнацького віку цей показник є на середньому рівні та це говорить нам про те, що юначкам даної групи є характерним правильне розуміння та оцінювання стану іншої людини, проте вони не завжди здатні вплинути на зміну цього емоційного стану. В той час як в групі раннього юнацького віку досліджуваним властивий низький рівень даного показника, що вказує на відсутність чіткого уявлення щодо того як поводитись зі складними емоціями інших людей поруч.

За інтегративним рівнем емоційного інтелекту в обох групах результати є низькими, що свідчить про низький рівень здатності дівчат юнацького віку загалом розуміти свої емоції, використовувати їх на користь собі, розпізнавати емоцій інших та вміти з ними справлятися.

Також за допомогою даних в цій таблиці ми можемо проаналізувати чи існують значущі відмінності між показниками даної методики в досліджуваних групах. Нами був використаний t-критерій Ст'юдента задля цього. Отримані результати свідчать про те, що за жодним з показників не було отримано статистично значущих відмінностей, проте є відмінність в рівні розпізнаванні емоцій між групами. Отже ми можемо говорити про те, що рівень емоційного інтелекту юначок пізнього та раннього юнацького віку переважно не відрізняється. Зважаючи на це можна зробити припущення, що емоційний

інтелект розвивається не лінійно з віком або залежить ще й від інших факторів, таких як середовища, особистий досвід і тд.

Далі перейдемо до аналізу результатів за п'ятифакторним особистісним опитувальником «Велика п'ятірка».

За результатами поданими в таблиці 2.2 ми можемо сказати про наступне: шкала Екстраверсія-інтроверсія у групи пізнього юнацького віку є на середньому рівні, а у раннього юнацького віку на рівні вище середнього. Це значить, що досліджувані першої групи однаково спрямовані як на зовнішній, так і на свій внутрішній світ. Тобто вони можуть часто проявляти себе доволі товариськими, оптимістичними, активними та такими, що люблять знаходитись в компанії, що передбачає наявність певної частки екстравертності в їх особистостях, але з іншого боку їм так само властиво бути стриманими, критично мислячими та часом відчуженими, що передбачено їх певним ступенем інтровертованості. Друга група трохи більше проявляє риси все таки, що характеризують екстраверсію. Проте так як різниця в результатах двох груп насправді дуже мала, ми не можемо зробити висновок про те, що юначкам раннього віку більш властива екстраверсія.

Аналізуючи результати за шкалою Нейротизм-емоційна стійкість ми можемо сказати про те, що в обох групах показник є однаковим та на рівні вище середнього. Це свідчить нам про притаманність певною мірою нейротизму нашим досліджуваним, а також про їх не дуже розвинену стресостійкість та бурхливість реакцій часом.

Шкала Відкритість новому досвіду-обмеженість також є на рівні вище середнього в обох досліджуваних групах, що характеризує наших юначок як особистостей, котрі мають тенденцію до відкритості новому досвіду. Це означає, що вони схильні легко сприймати зміни, частіше за все є готовими до них та навіть проявляють певну цікавість, що є підґрунтям для творчості.

Шкала Сумлінність-безтурботність в групі пізнього юнацького віку є на рівні вище середнього, тоді як в групі раннього юнацького віку на середньому рівні. Дані результати вказують на те, що досліджувані першої групи більш

схильні проявляти сумлінність, пунктуальність, наполегливість та відповідальність на відміну від досліджуваних другої групи, котрим певною мірою притаманні такі риси як безтурботність, недбалість та лінь.

За шкалою Доброзичливість-ворожість ми знов отримали однакові результати в двох групах на рівні вище середнього. Отже наші досліджувані є переважно доброзичливими, довірливими до світу навколо, а також готові надавати допомогу не очікуючи нічого натомість.

Таблиця 2.2

Результати за показниками п'ятифакторного особистісного опитувальника
«Велика п'ятірка»

Шкали	Група пізнього юнацького віку	Група раннього юнацького віку	t-критерій	Рівень значущості
Екстраверсія- інтроверсія	8.84 (середній рівень)	9.77 (рівень вище середнього)	1.257	0.214
Нейротизм - емоційна стійкість	11.21 (рівень вище середнього)	11.31 (рівень вище середнього)	-0.098	0.922
Відкритість новому досвіду – обмеженість	11.07 (рівень вище середнього)	10.58 (рівень вище середнього)	0.621	0.537
Сумлінність - безтурботність	10.11 (рівень вище середнього)	8.04 (середній рівень)	2.159	0.035
Доброзичливість - ворожість	11.36 (рівень вище середнього)	11.15 (рівень вище середнього)	0.303	0.763

Далі розглянемо результати двох груп на наявність значущих відмінностей. Можемо бачити, що статистично значущі відмінності між

групами наявні тільки за шкалою Сумлінність-безтурботність. Це вказує нам на те, що юначкам пізнього віку і правда більше притаманна сумлінність, старанність та надійність, а юначкам раннього юнацького віку є також характерною безтурботність, що супроводжується слабкою волею та любов'ю до насолод.

Підсумовуючи результати за даною методикою ми також можемо зробити висновок про те, що юначкам різного віку в більшості свого притаманні однакові риси особистості, лише в таких рисах як сумлінність та безтурботність було виявлено певні відмінності.

Наступним кроком ми розглянемо результати за методикою дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда, що подані нижче в таблиці 2.3. За показниками Адаптивність в обох групах ми отримали результати вище норми, тоді як показник Дезадаптивність на рівні норми в обох групах. Це говорить нам про високий рівень адаптації всіх досліджуваних, що характеризує їх як особистостей, котрі добре пристосовуються до умов навколишнього середовища, здатних знаходити в собі сили аби долати труднощі, легко входять в новий колектив та заводять нові знайомства. При тому Адаптивність у дівчат пізнього юнацького віку можна вважати більш розвиненою, ніж в дівчат раннього юнацького віку.

За шкалою Неправда - в групі пізнього юнацького віку ми отримали результати нижче норми, проте вони є нижчими від норми лише на один бал. В той час як в тій самій групі показники за шкалою Неправда + також є нижче від норми. Такі результати свідчать нам про те, що в більшості свого рівень щирості досліджуваних даної групи є на досить доброму рівні і вони не мали прагнення показати себе краще ніж вони є. В групі раннього юнацького віку за шкалою Неправда - отримані результати є в межах норми, а за шкалою Неправда + нижче норми, що також вказує на задовільну щирість досліджуваних даної групи та достовірність результатів даної методики загалом.

Таблиця 2.3

Результати за показниками методики дослідження
соціально-психологічної адаптації К. Роджерса - Р. Даймонда

Шкали	Група пізнього юнацького віку	Група раннього юнацького віку	t-критерій	Рівень значущості
Адаптивність	150.79 (вище норми)	145.77 (вище норми)	0.761	0.450
Деадаптивність	83.11 (норма)	95.19 (норма)	1.003	0.320
Неправда -	17.21 (нижче норми)	19.23 (норма)	1.625	0.110
Неправда +	13.32 (нижче норми)	11.69 (нижче норми)	1.232	0.223
Прийняття себе	46.18 (вище норми)	44.69 (вище норми)	0.518	0.607
Неприйняття себе	13 (нижче норми)	16.54 (норма)	1.478	0.146
Прийняття інших	22.14 (норма)	22.77 (норма)	0.416	0.679
Неприйняття інших	15.14 (норма)	17.81 (норма)	1.210	0.232
Емоційний комфорт	22.71 (норма)	23.08 (норма)	0.226	0.822
Емоційний дискомфорт	18.79 (норма)	20.81 (норма)	0.660	0.512
Внутрішній контроль	53.46 (вище норми)	50.35 (норма)	1.377	0.175
Зовнішній контроль	24.96 (норма)	28.38 (норма)	0.941	0.351
Домінування	10.68 (норма)	10.92 (норма)	0.278	0.782
Підлеглість	16.57 (норма)	19.65 (норма)	1.775	0.082
Ескапізм	12.93 (норма)	14.38 (норма)	0.870	0.388

За шкалою Прийняття себе в обох групах ми отримали результати вище норми, а за шкалою Неприйняття себе в групі пізнього юнацького віку

результати нижче норми. Щодо групи раннього юнацького віку за шкалою Неприйняття себе ми маємо результати в межах норми. Ці всі дані говорять нам про те, що наші юначки позитивно оцінюють себе, усвідомлюють власну цінність, приймають себе та впевнені у власних силах.

За шкалами Прийняття інших та Неприйняття інших в обох групах результати є в межах норми. Це вказує на наявність розуміння по відношенню до інших людей, їх слабких сторін та недоліків.

Шкали Емоційний комфорт та Емоційний дискомфорт також є в межах норми як в групі пізнього юнацького віку, так і в групі раннього юнацького віку. Тому ми можемо казати про те, що нашим досліджуваним є притаманними емоційна стабільність, врівноваженість, загальне відчуття благополуччя та впевненість.

За шкалою Внутрішній контроль в групі пізнього юнацького віку маємо результати вище норми, а в групі раннього юнацького віку в межах норми. Водночас результати за шкалою Зовнішній контроль є в межах норми. Отже, наші юначки демонструють себе такими, котрим характерно адекватно розділяти відповідальність між власними силами та зовнішніми чинниками, вони не є схильними перекладати відповідальність за свої дії на інших людей або обставини і водночас не беруть на себе всі труднощі світу навколо.

За шкалами Домінування та Підлеглість також наші юначки в обох групах мають результати в межах норми. Це означає, що наші досліджувані схильні до відстоювання власної думки, часом прагнуть впливати на інших, але при тому можуть бути піддатливими до зовнішніх умов коли того вимагають обставини.

За шкалою Ескапізм ми маємо результати в межах норми в обох групах, що передбачають помірний рівень уникнення проблем, здатність прямо стикатись з труднощами життя та вміння перебувати в реальному досвіді навіть за умов наявності сильного стресу.

Отже після аналізу результатів даної методики ми можемо зробити висновок, що групи пізнього юнацького віку та раннього юнацького віку специфічно не відрізняють у рівні розвитку своєї соціально-психологічної

адаптації. Та підтвердженням цьому є відсутність значущих відмінностей у показниках за критерієм Ст'юдента, дані представлені в таблиці 2.3.

2.3 Аналіз кореляцій між емоційним інтелектом, рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією

Далі проведемо аналіз того чи існує зв'язок між емоційним інтелектом й рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією за допомогою кореляційного аналізу за Спірменом спираючись на дані в таблицях 2.4 та 2.5. Повні результати кореляційного аналізу представлені в додатку Б.

Отже почнемо із зв'язку емоційного інтелекту з соціально-психологічною адаптацією і виділимо наступні значущі кореляції, що є властивими для юнацького віку в цілому. Адаптивність та Емоційна обізнаність, Адаптивність та Управління своїми емоціями, Адаптивність та Самомотивація, Адаптивність та Інтегративний рівень емоційного інтелекту. Це свідчить нам про те, що чим більше особистість розуміється на своїх емоціях, вміє ними керувати, здатна знайти в собі сили на певну діяльність або рішення, чим більше загалом її емоційний інтелект розвинений, тим більше її здатність до адаптації до навколишнього середовища.

Прийняття себе також в свою чергу пов'язане з тими самими складових емоційного інтелекту, а саме із загальним рівнем емоційного інтелекту, емоційною обізнаністю, здатністю управляти своїми емоціями та спроможністю до самомотивації.

В той час як прийняття інших залежить від того наскільки особистість здатна управляти своїми емоціями та змотивувати сама себе. Це наштовхує на думку, що для того аби мати змогу приймати людей такими як вони є необхідно мати певну терпимість.

Емоційний комфорт також для всіх дівчат юнацького віку залежить від спроможності до самомотивації, тобто для того аби почувати себе добре в

якихось обставинах вони використовують внутрішню силу щоб не звертати уваги на труднощі.

Внутрішній контроль також пов'язаний із самомотивацією, що є цілком передбачуваним, адже для того аби особистість була здатна не перекладати відповідальність за свої дії та майбутнє її потрібні певні сили аби нести цю відповідальність самотужки.

Домінування є значущо пов'язаним з тією самою самомотивацією та управлінням своїми емоціями. Це говорить нам про те, що здатність діяти без тиску ззовні, а також, до прикладу, вміння справлятися зі стресом та іншими емоційними станами є чинниками, котрі прямо пов'язані з домінуванням.

Щодо специфічних вікових особливостей зв'язку емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації для дівчат пізнього юнацького віку можемо виділити залежність емоційного комфорту не тільки від здатності до самомотивації, але і від здатності управління своїми емоціями. Тож те наскільки дівчата пізнього юнацького віку комфортно відчують себе в емоційному плані залежить також від того наскільки вони можуть приборкати та змінити свої емоції.

Ще серед специфічних зв'язків в пізньому юнацькому віці ми можемо виділити залежність внутрішнього контролю від спроможності управління своїми емоціями. Тобто коли особистість здатна брати відповідальність за ситуацію, вона також здатна спрямовувати власні емоції у відповідності до цієї ситуації.

Серед специфічних значущих зв'язків між показниками емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації в групі раннього юнацького віку ми можемо звернути увагу на те, що адаптивність пов'язана з усіма показниками емоційного інтелекту, зокрема з емпатією та здатністю розпізнавати емоції інших людей. Тобто для того аби добре пристосовуватись до умов навколишнього середовища, легко входити в новий колектив та заводити нові знайомства їм необхідно бути здатними розуміти інших людей.

Таблиця 2.4

Результати кореляційного аналізу за Спірменом між показниками емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації в групі пізнього юнацького віку

Шкали	Емоційна обізнаність	Управління своїми емоціями	Самотивація	Емпатія	Розпізнавання емоцій інших людей	Інтегративний рівень EI
Адаптивність	$r = 0.373^*$ $p = 0.025$	$r = 0.698^{***}$ $p < 0.001$	$r = 0.675^{***}$ $p < 0.001$			$r = 0.495^{**}$ $p = 0.004$
Прийняття себе	$r = 0.485^{**}$ $p = 0.004$	$r = 0.595^{***}$ $p < 0.001$	$r = 0.668^{***}$ $p < 0.001$			$r = 0.508^{**}$ $p = 0.003$
Прийняття інших		$r = 0.520^{**}$ $p = 0.002$	$r = 0.336^*$ $p = 0.040$			
Емоційний комфорт		$r = 0.489^{**}$ $p = 0.004$	$r = 0.600^{***}$ $p < 0.001$			
Внутрішній контроль		$r = 0.346^*$ $p = 0.036$	$r = 0.326^*$ $p = 0.045$			
Домінування		$r = 0.423^*$ $p = 0.012$	$r = 0.339^*$ $p = 0.039$			
Ескапізм						

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Прийняття себе також пов'язано з усіма показниками емоційного інтелекту. Специфічними кореляціями є між прийняттям себе емпатією та розпізнаванням емоцій інших людей. Це може свідчити про те, що для того аби юначки раннього віку позитивно оцінювали себе їм необхідно також мати певні здібності, котрі дають змогу бути корисними для інших людей в переживанні складних станів.

Таблиця 2.5

Результати кореляційного аналізу за Спірменом між показниками
емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації в групі раннього
юнацького віку

Шкали	Емоційна обізнаність	Управління своїми емоціями	Самомоти вація	Емпатія	Розпізнав ання емоцій інших людей	Інтегративний рівень EI
Адаптивність	$r = 0.669$ *** $p < 0.001$	$r = 0.516^{**}$ $p = 0.004$	$r = 0.793$ *** $p < 0.001$	$r = 0.547$ ** $p = 0.002$	$r = 0.785$ *** $p < 0.001$	$r = 0.857$ *** $p < 0.001$
Прийняття себе	$r = 0.558^{**}$ $p = 0.002$	$r = 0.514^{**}$ $p = 0.004$	$r = 0.713$ *** $p < 0.001$	$r = 0.451$ * $p = 0.010$	$r = 0.747$ *** $p < 0.001$	$r = 0.793$ *** $p =$ < 0.001
Прийняття інших	$r = 0.471^{**}$ $p = 0.008$	$r = 0.471^{**}$ $p = 0.008$	$r = 0.429^{*}$ $p = 0.014$		$r = 0.697$ *** $p < 0.001$	$r = 0.691$ *** $p < 0.001$
Емоційний комфорт	$r = 0.550^{**}$ $p = 0.002$		$r = 0.419^{*}$ $p = 0.017$	$r = 0.478$ ** $p = 0.007$	$r = 0.452$ * $p = 0.010$	$r = 0.512$ ** $p = 0.003$
Внутрішній контроль	$r = 0.463^{**}$ $p = 0.009$		$r = 0.502$ ** $p = 0.004$			$r = 0.358^{*}$ $p = 0.036$
Домінування	$r = 0.650$ *** $p < 0.001$	$r = 0.392^{*}$ $p = 0.024$	$r = 0.76$ *** $p < 0.001$	$r = 0.473$ ** $p = 0.007$	$r = 0.727$ *** $p < 0.001$	$r = 0.734$ *** $p < 0.001$
Ескапізм						

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Емоційний комфорт у дівчат раннього юнацького віку залежить від їх емоційної обізнаності, емпатії, здатності до розпізнавання емоцій інших людей та від інтегративного рівня емоційного інтелекту. Тобто для того щоб відчувати себе спокійно та врівноважено їм необхідно добре розуміти свій власний стан і

при тому бути здатними розуміти стан людей навколо та мати змогу до співпереживання.

Також зі специфічних значущих зв'язків ми можемо виділити той факт, що чим більша емоційна обізнаність у юначок раннього віку, чим більше вони здатні до емпатії та до розпізнавання емоцій інших людей, чим більше їх інтегративний рівень емоційного інтелекту, тим більше вони схильні до домінування. Тож можна сказати, що для того аби впливати на інших, їм треба розуміти, що відчують інші та розуміти себе.

Далі розглянемо спільні для двох груп значущі зв'язки рис особистості з соціально-психологічною адаптацією. Дані зі значущими кореляціями наведені в таблицях 2.6 та 2.7, повні результати представлені в додатку Б.

Отже серед подібних зв'язків і для дівчат пізнього юнацького віку і для дівчат раннього юнацького віку перш за все можна виділити кореляцію між адаптивністю та шкалами відкритість новому досвіду-обмеженість, доброзичливість-ворожість. Це вказує на те, що чим легше дівчата юнацького віку приймають зміни навколишнього середовища та чим більше для них є характерними такі риси як сумлінність, наполегливість та відповідальність, тим більша їх спроможність пристосуватись до світу навколо них.

Прийняття себе передбачає зв'язок з відкритістю новому досвіду. Отже чим легше дівчата юнацького віку приймають зміни світу навколо, тим більше вони в свою чергу приймають себе і зміни в собі зокрема.

Прийняття інших в той час не має значущих кореляцій ні з одним з показників рис особистості.

Емоційний комфорт має значущий зв'язок з екстраверсією-інтроверсією та відкритістю новому досвіду-обмеженістю. Тож чим більше дівчата юнацького віку товаришки, активні та орієнтовані на зовнішній світ, чим більше вони здатні справлятися з новим навколо них, тим більш комфортно вони відчують себе в емоційному плані.

Внутрішній контроль має значущий зв'язок з сумлінністю-безтурботністю. Це свідчить про те, що чим більше дівчата юнацького віку проявляють риси такі

як відповідальність, надійність та старанність, тим більше вони здатні самостійно приймати рішення щодо власного життя, не перекладаючи їх на інших.

Домінування також корелює з сумлінністю-безтурботністю. Отже можна сказати, що ці всі риси не тільки роблять юначок здатними впливати на свою поведінку, а і на поведінку інших.

Щодо специфічних кореляційних зв'язків, котрі характерні саме дівчатам пізнього юнацького віку ми можемо перш за все виділити прийняття себе та сумлінність-безтурботність. Отже чим більше у дівчат пізнього юнацького віку розвинені риси суміжні з сумлінністю, тим більш позитивно вони оцінюють та сприймають себе.

Таблиця 2.6

Результати кореляційного аналізу за Спірменом між показниками рис особистості та соціально-психологічної адаптації в групі пізнього юнацького віку

Шкали	Екстраверсія-інтроверсія	Нейротизм-емоційна стійкість	Відкритість новому досвіду-обмеженість	Сумлінність-безтурботність	Доброзичливість-ворожість
Адаптивність			$r = 0.451^{**}$ $p = 0.008$	$r = 0.432^{*}$ $p = 0.011$	
Прийняття себе			$r = 0.451^{**}$ $p = 0.008$	$r = 0.393^{*}$ $p = 0.019$	
Прийняття інших					
Емоційний комфорт	$r = 0.510^{**}$ $p = 0.003$		$r = 0.624^{***}$ $p < 0.001$		
Внутрішній контроль				$r = 0.499^{**}$ $p = 0.003$	
Домінування			$r = 0.364^{*}$ $p = 0.028$	$r = 0.591^{***}$ $p < 0.001$	
Ескапізм		$r = 0.559^{***}$ $p < 0.001$			

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Домінування є пов'язаним з відкритістю новому досвіду-обмеженістю. Тож вміння сприймати зміни, що відбуваються навколо сприяє спроможності впливати на інших людей.

Ескапізм в свою чергу є пов'язаним з нейротизмом-емоційною стійкістю. Тобто чим більше дівчата пізнього юнацького віку відчують внутрішню опору, здатні успішно долати стрес, тим менше вони схильні до уникнення проблем, що виникають.

Таблиця 2.7

Результати кореляційного аналізу за Спірменом між показниками рис особистості та соціально-психологічної адаптації в групі раннього юнацького віку

Шкали	Екстраверсія-інтроверсія	Нейротизм-емоційна стійкість	Відкритість новому досвіду-обмеженість	Сумлінність-безтурботність	Доброзичливість-ворожість
Адаптивність			$r = 0.489^{**}$ $p = 0.006$	$r = 0.384^{*}$ $p = 0.026$	
Прийняття себе			$r = 0.434^{*}$ $p = 0.013$		
Прийняття інших	$r = 0.499^{**}$ $p = 0.005$				
Емоційний комфорт	$r = 0.427^{*}$ $p = 0.015$		$r = 0.464^{**}$ $p = 0.009$		
Внутрішній контроль			$r = 0.495^{**}$ $p = 0.005$	$r = 0.592^{***}$ $p < 0.001$	
Домінування			$r = 0.598^{***}$ $p < 0.001$	$r = 0.433^{*}$ $p = 0.014$	$r = 0.394^{*}$ $p = 0.023$
Ескапізм					

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

Щодо специфічних кореляційних зв'язків в ранньому юнацькому віці, можемо виділити прийняття інших та екстраверсію-інтроверсію. Для даної вікової категорії є характерним зростання здатності позитивно ставитись до

інших людей, якщо самі дівчата раннього юнацького віку володіють такими рисами як товариськість, відкритість та орієнтованість більшою мірою на людей, ніж на власний внутрішній світ.

Окрім того зі специфічних кореляцій для цієї групи було також виокремлено зв'язок внутрішнього контролю з відкритістю новому досвіду-обмеженістю. Отже досліджувані даної групи більше схильні брати відповідальність за своє життя та події в ньому, коли є спроможними спокійно та позитивно сприймати зміни світу навколо.

Домінування в свою чергу є пов'язаним з доброзичливістю-ворожістю для дівчат раннього юнацького віку. Тож чим більше вони є прихильними, людяними та чуйними по відношенню до інших людей, тим більше вони відчують змогу брати на себе ініціативу та відповідальність при взаємодії з соціумом.

Отже провівши аналіз кореляцій між показниками різних методик ми можемо зробити висновок, що існує зв'язок між емоційний інтелектом та рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією. При тому зв'язок між емоційним інтелектом та соціально-психологічною адаптацією є сильнішим, ніж між рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією. Також ми можемо констатувати, що зв'язок між показниками емоційного інтелекту та соціально-психологічною адаптацією у дівчат раннього юнацького віку є міцнішим, ніж у дівчат пізнього юнацького віку.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

1. Щодо визначення ступеня розвитку емоційного інтелекту в юнацькому віці ми можемо зробити висновок, що і для дівчат пізнього юнацького віку і для дівчат раннього юнацького віку є характерними низький рівень розвитку таких показників як управління своїми емоціями та самомотивація. На середньому рівні розвитку є такі показники як емоційна обізнаність та емпатія. Інтегративний рівень емоційного інтелекту також є на низькому рівні в обох досліджуваних групах. Відмінність у результатах була за показником розпізнавання емоцій інших людей: у дівчат пізнього юнацького

віку він є на середньому рівні, тоді як у дівчат раннього юнацького віку на низькому рівні. Значущих відмінностей за рештою показників не було виявлено.

2. За допомогою аналізу результатів рис особистості ми можемо зробити наступний висновок: для обох груп є характерним рівень вище середнього за показниками нейротизм, відкритість новому досвіду та доброзичливість. Серед відмінностей можемо виділити той факт, що показник екстраверсія є на середньому рівні у дівчат пізнього юнацького віку, в той час як у дівчат раннього юнацького віку він є на рівні вище середнього. Також сумлінність у дівчат пізнього юнацького віку є на рівні вище середнього, а у дівчат раннього юнацького віку - на середньому. З цих відмінностей значущою виявилась відмінність у показнику сумлінність.

3. Результати дослідження соціально-психологічної адаптації показали, що для юнацького віку в цілому є характерними показники прийняття інших, емоційний комфорт, домінування та ескапізм в межах норми, а показники адаптивності та прийняття себе вище норми. Відмінність в групах була отримана за показником внутрішній контроль: в групі пізнього юнацького віку він є на рівні вище норми, тоді як в групі раннього юнацького віку в межах норми. Значущі відмінності між групами відсутні.

4. Було виявлено, що для дівчат юнацького віку загалом є характерним зв'язок адаптивності з інтегративним рівнем емоційного інтелекту. Переважна більшість показників адаптації пов'язані з самомотивацією. При тому з ескапізмом не було виявлено значущих кореляцій. Для дівчат пізнього юнацького віку характерним є зв'язок більшості аспектів адаптації з управлінням своїми емоціями, тоді як у дівчат раннього юнацького віку аспекти адаптації та емоційного інтелекту значно ширше пов'язані. Щодо значущих кореляцій між рисами особистості та показниками соціально-психологічної адаптації, які є характерними для дівчат юнацького віку загалом можна виділити зв'язок багатьох аспектів адаптації з відкритістю новому досвіду та сумлінністю. Специфічними кореляціями, котрі характерні лише

для пізнього юнацького віку є зв'язок есканізму з нейротизмом. А в групі раннього юнацького віку специфічними є зв'язки між прийняттям інших та екстраверсією й між домінуванням та доброзичливістю.

ВИСНОВКИ

Дане дослідження було присвячено вивченню зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією. Через складні умови сучасності в Україні велика кількість людей юнацького віку позбавлена можливості живого спілкування та навчання, що прямо впливає на їх рівень соціально-психологічної адаптації. Тому ми вважаємо за необхідне вивчення теми соціально-психологічної адаптації та того з чим вона пов'язана.

На основі здійсненого реферування літератури та аналізу емпіричних даних було зроблено такі висновки:

1. Емоційний інтелект в психології розглядається як здатність розпізнавати, розуміти і керувати своїми емоціями та емоціями інших. Риси особистості визначають як схильність поводитись подібним чином в широкому спектрі ситуацій попри плин часу. Соціально-психологічна адаптація є процесом цілеспрямованого засвоєння норм, правил і цінностей як суспільства в цілому, так і конкретного соціального оточення людини. Стосовно зв'язку, до прикладу, емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації, вчені вважають, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту здатні краще адаптуватися до стресових ситуацій, що і є однією з ознак успішної адаптації. Щодо зв'язку рис особистості з соціально-психологічною адаптацією було виявлено, що при високому рівні тривожності зменшується здатність до успішної адаптації. Тобто за допомоги аналізу літератури ми можемо зробити висновок про існування зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією.

2. Було визначено, що рівень емоційного інтелекту в дівчат юнацького віку є на низькому рівні, зокрема і його складові такі як управління своїми емоціями та самомотивація. При тому для них є характерними розвиток емоційної обізнаності та емпатії на середньому рівні. Відмінність між дівчатами пізнього та раннього юнацького віку є в тому, що дівчатам пізнього

юнацького віку властивий середній рівень здатності розпізнавати емоції інших людей, тоді як у дівчат раннього юнацького віку ця здатність є на низькому рівні. Отже можемо зробити висновок, що в більшості свого дівчата пізнього та раннього юнацького віку характеризуються як особистості для яких розуміти свої емоції, керувати ними собі на користь, а також розуміти емоцій оточуючих та вміти справлятися з ними є не дуже простою задачею.

3. За допомоги вивчення рис особистості ми можемо сказати про те, що загалом для дівчат юнацького віку є характерним вище середнього рівень розвитку таких рис як нейротизм, відкритість новому досвіду та доброзичливість. Щодо вікових особливостей, маємо зазначити, що для дівчат пізнього юнацького віку є притаманним середній рівень екстраверсії, в той час як у дівчат раннього юнацького віку він є на рівні вище середнього. Також для дівчат пізнього юнацького віку є властивим рівень вище середнього за такою рисою як сумлінність, тоді як у дівчат раннього юнацького віку він є на середньому рівні. Ця відмінність є статистично значущою.

4. Вивчення соціально-психологічної адаптації дало нам розуміння, що в цілому для дівчат юнацького віку є характерним мати такі складові адаптації як прийняття інших, емоційний комфорт, домінування та есканізм в межах норми, а адаптацію та прийняття себе вище норми. Відмінність в групах була наявна за аспектом внутрішній контроль: в групі пізнього юнацького віку він є на рівні вище норми, тоді як в групі раннього юнацького віку в межах норми. Отже рівень соціально-психологічної адаптації в пізньому та ранньому юнацькому віці є досить задовільним, що характеризує їх як здатних добре пристосовуватись до умов навколишнього середовища.

5. Для дівчат юнацького віку загалом є притаманним зв'язок адаптивності з інтегративним рівнем емоційного інтелекту. Переважна більшість аспектів адаптації пов'язані з самомотивацією. Для дівчат пізнього юнацького віку властивий є зв'язок більшості аспектів адаптації з управлінням своїми емоціями, тоді як у дівчат раннього юнацького віку аспекти адаптації та емоційного інтелекту значно ширше пов'язані. Загалом

для дівчат юнацького віку можна виділити зв'язок багатьох аспектів адаптації з такими рисами особистості як відкритістю новому досвіду та сумлінністю. Специфічним зв'язком притаманними для пізнього юнацького віку є есканізм з нейротизмом. А для раннього юнацького віку - прийняттям інших з екстраверсією та домінуванням з доброзичливістю.

Отже наші гіпотеза частково виправдалась. І правда, чим більше розвинений емоційний інтелект, тим кращою є соціально-психологічна адаптація у дівчат пізнього та раннього юнацького віку. Риси особистості, такі як екстраверсія, емоційна стійкість, відкритість новому досвіду, сумлінність та доброзичливість, також позитивно корелюють із високими показниками адаптації. Проте ми можемо сказати, що зв'язок рис особистості з адаптацією у дівчат всього юнацького віку є більшою мірою однаковим, тоді як зв'язок емоційного інтелекту з адаптацією у дівчат раннього юнацького віку є сильнішим. Розуміння цього зв'язку дає можливість розробки розвивальних та підтримуючих програм. Перспективою наступних досліджень може бути виявлення того чи такі зв'язки є характерними тільки для дівчат юнацького віку чи і для хлопців зокрема.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Бельська А. Кваліфікаційна робота на тему: «Взаємозв'язок тривожності та соціально-психологічної адаптації у молоді» - 2023.
<https://ekhnuir.karazin.ua/server/api/core/bitstreams/9d5cde8d-1401-4981-a382-c7c15b0fdd3c/content>
2. Блинова О.Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації // Науковий вісник Херсонського державного університету. Випуск 3. Том 1. - 2016 - С. 111-117. <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/676/635>
3. Боярин Л. В. Теоретичний аналіз вивчення проблеми соціальної адаптації у психологічній літературі / Л. В. Боярин // Теоретичні і прикладні проблеми психології. - 2013. - № 3. - С. 54-60.
http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2013_3_11
4. Варій М.Й Психологія особистості: Навч. пос. - К.: Центр учбової літератури, 2008. - 592 с.
<https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2019/10/biblioteka/file7.pdf>
5. Гоулман Д. Емоційний інтелект / Д. Гоулман ; [пер. з англ. С.- Л. Гумецької]. - Харків : Віват, 2018. - 512 с.
6. Гоулман Д. Емоційний інтелект у бізнесі. Як стати успішним у житті та кар'єрі / Д. Гоулман ; [пер. з англ. С.- Л. Гумецької]. - Харків : Віват, 2021. - 528 с.
7. Емішянц О.Б. Психологічні проблеми соціальної адаптації особистості // Науковий вісник Херсонського державного університету. Випуск 5. Том 2. - 2016 - С. 150-154.
file:///C:/Users/xonom/Downloads/1172-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-2248-1-10-20210415.pdf
8. Максименко С.Д. Загальна психологія: підручник / за загальною редакцією академіка С.Д. Максименка. 4-те вид., переробл. і доп. Том 1. Київ:

Видавництво Людмила, 2025. 568 с.

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744612/1/I_%D0%97%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BE%202712_3_removed.pdf

9. Носенко В.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига. - К.: Вища школа, 2003. - 126 с. - (Монографія).

http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf

10. Романовський, О. Г., Підбуцька, Н. В., Книш, А. Є., Штученко, І. Є. Взаємозв'язок емоційного інтелекту та лідерських якостей у студентів // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Розділ Психологія - 2020. - № 68. - С. 8-16.

<https://doi.org/10.26565/2225-7756-2020-68-01>

11. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 280 с.

<https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Psykholohia-osobystosti.-Stoliarenko-O.-B..pdf>

12. Ткачишина О.Р. Проблема соціально-психологічної адаптації студентів - майбутніх фахівців з комп'ютерних технологій // Педагогічні науки: зб. наук. праць (41). - 2006 - с. 387-391.

https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5406/1/O_Tkachyshyna_PN_41_IL.pdf

13. Brackett, M. A., Mayer, J. D., & Warner, R. M. (2006). Emotional intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1395-1405. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.12.009>

14. Salovey, P., Mayer, J. D., & Caruso, D. R. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197-215. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1503_04

15. Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2009). The science of emotional intelligence: Knowns and unknowns. *Emotion*, 9(1), 1-24.
<https://doi.org/10.1037/a0014213>

АНОТАЦІЯ

Світлична О. О.

Зв'язок емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією в дівчат юнацького віку.

Дане дослідження було присвячено вивченню зв'язку емоційного інтелекту й рис особистості з соціально-психологічною адаптацією у дівчат в пізньому та ранньому юнацькому віці. Емоційний інтелект для дівчат юнацького віку загалом є характерним на низькому рівні. Відмінність за емоційним інтелектом в групах полягає в тому, що розпізнавання емоцій інших людей у дівчат пізнього юнацького віку є на вищому рівні, ніж у дівчат раннього юнацького віку.

Риси особистості, котрі притаманні дівчатам юнацького віку в цілому і є на виражених на рівні вище середнього - це нейротизм, відкритість новому досвіду та доброзичливість. Відмінністю є рівень розвитку сумлінності - у дівчат пізнього юнацького віку він є вищим, ніж у дівчат раннього юнацького віку.

За результатами дослідження соціально-психологічної адаптації ми можемо казати про те, що переважна більшість аспектів адаптації і в групі пізнього і в групі раннього юнацького віку є в межах норми або вище норми. Відмінність існує за аспектом внутрішній контроль: в групі пізнього юнацького віку він є на рівні вище норми, тоді як в групі раннього юнацького віку в межах норми.

Основні результати дослідження свідчать про те, що існує зв'язок між емоційним інтелектом й рисами особистості з соціально-психологічною адаптацією. Чим більше розвинений емоційний інтелект, тим кращою є соціально-психологічна адаптація у дівчат юнацького віку. Для дівчат пізнього юнацького віку характерним є зв'язок більшості аспектів адаптації з управлінням своїми емоціями, тоді як у дівчат раннього юнацького віку аспекти адаптації та емоційного інтелекту значно ширше пов'язані. Щодо значущих

кореляцій між рисами особистості та показниками соціально- психологічної адаптації, які є характерними для дівчат юнацького віку загалом можна виділити зв'язок багатьох аспектів адаптації з відкритістю новому досвіду та сумлінністю. Специфічними кореляціями, котрі характерні лише для пізнього юнацького віку є зв'язок есканізму з нейротизмом. А в групі раннього юнацького віку специфічними є зв'язки між прийняттям інших та екстраверсією й між домінуванням та доброзичливістю.

Ключові слова: емоційний інтелект, риси особистості, соціально- психологічна адаптація, зв'язок, дівчата юнацького віку.

Svitlychna O. O.

The Relationship Between Emotional Intelligence and Personality Traits and Socio-Psychological Adaptation in Adolescent Girls

This study focused on exploring the relationship between emotional intelligence and personality traits with socio-psychological adaptation in girls of early and late adolescence. Emotional intelligence among adolescents in general tends to be at a low level. The difference in emotional intelligence between the groups lies in the fact that the ability to recognize other people's emotions is more developed in girls of late adolescence compared to those in early adolescence.

Personality traits that are generally characteristic of adolescent girls and are expressed at an above-average level include neuroticism, openness to new experience, and agreeableness. A distinguishing factor is the level of conscientiousness, which is higher in girls of late adolescence than in those of early adolescence.

Based on the results of the socio-psychological adaptation assessment, we can state that the majority of adaptation aspects in both the late and early adolescence groups fall within or above the normative range. The key difference is observed in the “internal control” aspect: in the late adolescence group, it is above the norm, whereas in the early adolescence group it remains within the normative range.

The main findings of the study indicate that there is a connection between emotional intelligence and personality traits with socio-psychological adaptation. The more developed the emotional intelligence, the better the socio-psychological adaptation in adolescent girls. Among girls in late adolescence, the majority of adaptation aspects are associated with the ability to manage their own emotions, while in girls of early adolescence, the connection between adaptation and emotional intelligence appears to be broader.

As for significant correlations between personality traits and socio-psychological adaptation in adolescent girls overall, many aspects of adaptation are related to openness to new experiences and conscientiousness. Specific correlations identified only in the late adolescence group include the connection between escapism and neuroticism. In the early adolescence group, specific associations were found between acceptance of others and extraversion, as well as between dominance and agreeableness.

We can also conclude that the relationship between personality traits and adaptation is relatively similar across all adolescents, while the relationship between emotional intelligence and adaptation is stronger in girls of early adolescence.

Keywords: emotional intelligence, personality traits, socio-psychological adaptation, relationship, adolescent girls.