

УДК 159.942:[378.091.212:15

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2025.4.3>

## ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ СТУДЕНТІВ

### Гричанюк Оксана Леонідівна,

старший викладач кафедри практичної психології та психодіагностики  
Волинського національного університету імені Лесі Українки  
<https://orcid.org/0009-0006-8215-117X>

### Демчук Віолета Борисівна,

викладач вищої категорії,  
викладач-методист, методист відділення післядипломної освіти  
Комунального закладу вищої освіти «Волинський медичний інститут»  
<https://orcid.org/0000-0002-9137-8206>  
<https://www.researchgate.net/profile/Violeta-Demchuk>

### Магдисюк Ірина Едуардівна,

здобувач факультету психології  
Волинського національного університету імені Лесі Українки  
<https://orcid.org/0009-0008-3797-9079>

*У статті описано, що емоційний інтелект є системним утворенням, яке включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, що визначають ефективність соціальної взаємодії.*

*З'ясовано, що емоційний інтелект розглядається як важливий чинник соціальної компетентності, адаптації, комунікативної ефективності та психологічного благополуччя людини. У студентському віці розвиток емоційного інтелекту безпосередньо впливає на якість міжособистісних стосунків, соціальну адаптацію та психологічну стійкість.*

*Встановлено, що емоційний інтелект є інтегративною характеристикою особистості, яка відображає здатність усвідомлювати власні та чужі емоції, регулювати емоційні стани, співпереживати та ефективно взаємодіяти з іншими людьми. Підкреслено, що у студентському віці розвиток емоційного інтелекту має особливе значення, оскільки саме цей період характеризується активним становленням особистості, пошуком власної ідентичності, формуванням міжособистісних зв'язків і професійних орієнтацій. Емоційна компетентність у цей час забезпечує ефективну соціальну взаємодію, запобігає конфліктам, сприяє розвитку емпатії та лідерських якостей.*

*Аналіз результатів показав, що більшість студентів мають середній або вище середнього рівень розвитку емоційного інтелекту (понад 75% вибірки). Найвищі показники продемонстровано за шкалами емпатії та усвідомлення емоцій, тоді як емоційна саморегуляція виявилася менш розвинутою.*

*Підвищення рівня та розвитку емоційного інтелекту можливе шляхом цілеспрямованих освітніх і тренінгових програм, спрямованих на розвиток емпатії, саморегуляції та комунікативної культури.*

*Результати проведеного дослідження підтверджують теоретичні положення про значущість емоційного інтелекту в системі міжособистісних стосунків студентів і вказують на необхідність його цілеспрямованого розвитку у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців.*

**Ключові слова:** емоційний інтелект, студенти, майбутні фахівці, когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, соціальна взаємодія, міжособистісні стосунки.

**Grychaniuk Oksana, Demchuk Violeta, Mahdysyuk Iryna. Emotional intelligence as a factor in students' interpersonal interaction**

*The article describes that emotional intelligence is a systemic entity that includes cognitive, emotional, and behavioral components that determine the effectiveness of social interaction.*

*It has been found that emotional intelligence is considered an important factor in social competence, adaptation, communicative effectiveness, and psychological well-being of a person. During student age, the development of emotional intelligence directly affects the quality of interpersonal relationships, social adaptation, and psychological resilience.*

*It has been established that emotional intelligence is an integrative characteristic of a person, which reflects the ability to be aware of one's own and others' emotions, regulate emotional states, empathize, and effectively interact with other people.*

*It is emphasized that the development of emotional intelligence is of particular importance during student age, since this period is characterized by the active formation of the personality, the search for one's own identity, the formation of interpersonal relationships and professional orientations. Emotional competence at this time ensures effective social interaction, prevents conflicts, and promotes the development of empathy and leadership qualities.*

*Analysis of the results showed that the vast majority of students have an average or above average level of emotional intelligence (over 75% of the sample). The highest indicators were demonstrated on the empathy and emotional awareness scales, while emotional self-regulation was less developed.*

*Increasing the level and development of emotional intelligence is possible through targeted educational and training programs aimed at developing empathy, self-regulation, and communicative culture.*

*The results of the study confirm theoretical propositions about the significance of emotional intelligence in the system of interpersonal relationships of students and indicate the need for its purposeful development in the process of professional training of future specialists.*

**Key words:** *emotional intelligence, students, future professionals, cognitive, emotional and behavioral components, social interaction, interpersonal relationships.*

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство висуває високі вимоги до особистості студента як майбутнього фахівця, здатного не лише до засвоєння знань, а й до ефективної взаємодії у колективі. У цьому контексті все більшого значення набуває розвиток емоційного інтелекту, що виступає важливим чинником міжособистісної взаємодії. Здатність розуміти власні та чужі емоції, керувати ними, а також будувати на цій основі конструктивні стосунки є ключовою умовою успішної соціалізації студентської молоді. Саме тому дослідження ролі емоційного інтелекту у процесі міжособистісної взаємодії студентів є актуальним і затребуваним.

Проблематика емоційного інтелекту в сучасній психологічній науці розглядається як міждисциплінарна, оскільки поєднує знання з когнітивної, соціальної, особистісної та педагогічної психології. Вивчення цього феномена спрямоване на розуміння того, яким чином емоційні процеси взаємодіють з інтелектуальними та як вони впливають на поведінку, мотивацію, адаптацію й міжособистісну взаємодію.

**Метою дослідження** є аналіз психологічної проблеми розвитку емоційного інтелекту як чинника міжособистісної взаємодії у студентів.

**Результати дослідження.** Проблема емоційного інтелекту широко висвітлена у працях зарубіжних дослідників: П. Саловея, Д. Меєра, Д. Гоулмана, а також у роботах вітчизняних науковців: О. Власової, Н. Ковриги, Л. Орбан-Лембрик та ін [1; 2]. Сьогодні емоційний інтелект розглядають як один із ключових чинників успішності особистості, який визначає не лише емоційне благополуччя, а й рівень соціальної адаптації, професійної ефективності та міжособистісних стосунків.

Попри відносно коротку історію розвитку поняття емоційного інтелекту, у сучасній науці сформувалися кілька основних теоретичних підходів до його вивчення: модель здібностей, змішані моделі та модель особистісних рис. Кожен із цих підходів має власне теоретичне підґрунтя, методи вимірювання й практичні наслідки для розуміння структури емоційного інтелекту.

1. Модель здібностей (ability model). Засновниками когнітивного підходу до вивчення емоційного інтелекту є Пітер Саловей і Джон Маєр. Вони запропонували розглядати емоційний інтелект як особливий тип інтелектуальної здібності, спрямованої на опрацювання емоційної інформації [2].

Згідно з їхньою чотирирівневою моделлю, емоційний інтелект охоплює такі компоненти:

- сприймання емоцій – здатність точно розпізнавати власні емоції та емоції інших за невербальними сигналами (мімікою, жестами, інтонацією);

- використання емоцій для мислення – уміння спрямовувати емоції на підтримку когнітивних процесів, зокрема уваги, пам'яті, творчості;

- розуміння емоцій – пізнання закономірностей виникнення, зміни та взаємозв'язку емоцій, а також уміння прогнозувати їх розвиток;

- управління емоціями – свідоме регулювання власних емоцій та вплив на емоційний стан інших з метою досягнення гармонійних міжособистісних стосунків [3].

У межах цього підходу емоційний інтелект трактується як когнітивна здатність, подібна до логіко-аналітичного або вербального інтелекту. Для вимірювання рівня ЕІ розроблено спеціальні психодіагностичні методики, зокрема Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) [4].

Основною перевагою моделі здібностей є її наукова обґрунтованість та можливість об'єктивного вимірювання. Водночас вона критикується за обмеженість, зокрема за недооцінку мотиваційних і особистісних аспектів емоційного функціонування людини.

2. Змішана модель емоційного інтелекту (mixed model). Однією з найпоширеніших у прикладній психології є змішана модель, яку запропонував Деніел Гоулман. Учений визначив емоційний інтелект як сукупність емоційних, соціальних і мотиваційних компетентностей, які забезпечують ефективну поведінку в різних сферах життя [5].

На відміну від моделі здібностей, змішаний підхід ґрунтується не лише на когнітивному, а й на особистісно поведінковому

вимірі емоційного інтелекту. Д. Гоулман виділив п'ять ключових складників ЕІ:

- самосвідомість – усвідомлення власних почуттів і мотивів;

- саморегуляція – контроль емоцій і поведінки;

- мотивація – внутрішнє прагнення до досягнення цілей;

- емпатія – здатність розуміти емоційні стани інших;

- соціальні навички – ефективна взаємодія й управління стосунками [1].

Цей підхід набув значного поширення у менеджменті, педагогіці, психології лідерства, освіті дорослих, оскільки дає змогу розглядати емоційний інтелект як компетентність, що піддається розвитку в процесі навчання, виховання чи тренінгової роботи.

Інший представник змішаного підходу Реувен Бар-Он [6] запропонував модель емоційного соціального інтелекту (Emotional-Social Intelligence), що охоплює такі компоненти:

- внутрішньоособистісні здібності (самоповага, самосвідомість, асертивність);

- міжособистісні здібності (емпатія, міжособистісні стосунки, соціальна відповідальність);

- адаптивність (гнучкість, вирішення проблем, реалістичність сприйняття);

- стресостійкість (контроль імпульсів, стійкість до тиску);

- загальний настрій (оптимізм, життєва задоволеність) [7].

Таким чином, у межах змішаного підходу емоційний інтелект тлумачиться не лише як когнітивна здатність, а і як сукупність емоційних, мотиваційних і соціальних якостей, що забезпечують психологічне благополуччя та соціальну ефективність особистості.

3. Модель особистісних рис (trait model). Третій підхід – модель особистісних рис (trait emotional intelligence) – запропонував К. Петридес [1]. Згідно з його концепцією, емоційний інтелект не є інтелектуальною здібністю, а радше комплексом стабільних особистісних характеристик, пов'язаних з емоційною сферою. До таких рис належать:

- емоційна самосвідомість;

- оптимізм;

- емпатія;
- стресостійкість;
- впевненість у собі;
- соціальна компетентність;
- регуляція емоцій;
- комунікативність [1].

К. Петридес наголошує, що ЕІ у цьому контексті є частиною особистісної структури і визначає стиль емоційного реагування людини у взаємодії із середовищем. Модель рис базується на суб'єктивному вимірюванні емоційного інтелекту за допомогою опитувальників, наприклад Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue). Її перевага полягає в тому, що вона враховує індивідуально-психологічні особливості людини, однак недоліком є залежність результатів від самооцінки досліджуваного [8].

4. Вітчизняні підходи до вивчення емоційного інтелекту. Українські дослідники також зробили значний внесок у розвиток проблематики емоційного інтелекту. Зокрема, Л. Карамушка, О. Пов'якель, І. Андрєєва, О. Васильєва, Н. Чепелева розглядають ЕІ як важливий чинник професійної успішності, психологічного здоров'я та соціальної компетентності [5].

Так, І. Андрєєва визначає емоційний інтелект як «інтегральну характеристику особистості, що відображає рівень усвідомлення, розуміння й регуляції емоцій», наголошуючи на його ролі у процесах саморегуляції й міжособистісної взаємодії [4]. А. Четверик-Бурчак підкреслює педагогічну значущість ЕІ, вбачаючи в ньому основу емоційно зрілої поведінки вчителя, а також засіб розвитку емпатії та толерантності у взаєминах з учнями [2].

Отже, у вітчизняній психології емоційний інтелект розглядається як динамічна

особистісна освіта, що формується у процесі соціалізації, професійної діяльності та емоційного досвіду. Порівняння основних моделей емоційного інтелекту дозволяє дійти висновку, що кожна з них висвітлює окремий аспект цього складного феномена (Табл 1).

Незважаючи на концептуальні відмінності, всі підходи визнають, що емоційний інтелект забезпечує ефективну адаптацію людини в соціумі, сприяє формуванню емоційної зрілості, гармонійних стосунків і психологічного благополуччя [9].

**Аналіз результатів дослідження.** Емоційний інтелект визнається ключовим ресурсом молоді людини для ефективної міжособистісної взаємодії у навчальному середовищі. Особливо в студентській групі, де комунікативні навички, регулювання емоцій та емпатія визначають якість співпраці, навчальних дискусій і соціальної підтримки, вимірювання рівня ЕІ дозволяє краще зрозуміти механізми взаємодії та розробити цілеспрямовані інтервенції. З цією метою було здійснено дослідження з вивчення ролі емоційного інтелекту (за методикою «ЕмІн», Д. Люсін) у формуванні та якості міжособистісних взаємодій студентів університету.

Отримані результати дослідження за методикою діагностики емоційного інтелекту «ЕмІн» (Д. Люсін) свідчать про те, що більшість студентів (56,6%) мають середній рівень емоційного інтелекту, що відображає достатню, але ще неповною мірою сформовану здатність до усвідомлення, розуміння і регуляції власних емоцій та емоцій оточення. Найвищі показники спостерігаються за підшкалою емпатії (33,3% студентів мають високий рівень), що свідчить про розвинену здат-

Таблиця 1

**Порівняння основних моделей емоційного інтелекту**

Підхід	Основна ідея	Ключові представники	Основна ідея
Модель здібностей	ЕІ як когнітивна здатність до обробки емоційної інформації	П. Саловей, Дж. Маєр [32]	Інтелектуальний компонент
Змішана модель	ЕІ як поєднання емоційних і соціальних компетентностей	Д. Гоулман, Р. Бар-Он [30; 31]	Поведінковий, соціальний компонент
Модель особистісних рис	ЕІ як сукупність стабільних емоційних рис особистості	К. Петридес [29]	Особистісний компонент

Таблиця 2

**Результати діагностики емоційного інтелекту за методикою «ЕмІн» (Д. Люсін)**

Рівень емоційного інтелекту	Усвідомлення емоцій	Регуляція емоцій	Емпатія	Загальний рівень ЕІ
Високий (75–100 балів)	9 осіб (30%)	7 осіб (23,3%)	10 осіб (33,3%)	8 осіб (26,7%)
Середній (40–74 бали)	16 осіб (53,4%)	17 осіб (56,7%)	15 осіб (50%)	17 осіб (56,6%)
Низький (до 39 балів)	5 осіб (16,6%)	6 осіб (20%)	5 осіб (16,7%)	5 осіб (16,7%)
Разом	30 (100%)	30 (100%)	30 (100%)	30 (100%)

ність до емоційного співпереживання та підтримки. Водночас за підшкалою регуляції емоцій високий рівень зафіксовано лише у 23,3% респондентів, що може вказувати на труднощі у контролі емоційних реакцій та потребу у розвитку навичок емоційної саморегуляції. Загалом результати підтверджують наявність позитивного потенціалу для подальшого формування емоційного інтелекту студентів у процесі професійної підготовки та міжособистісної взаємодії у навчальному середовищі.

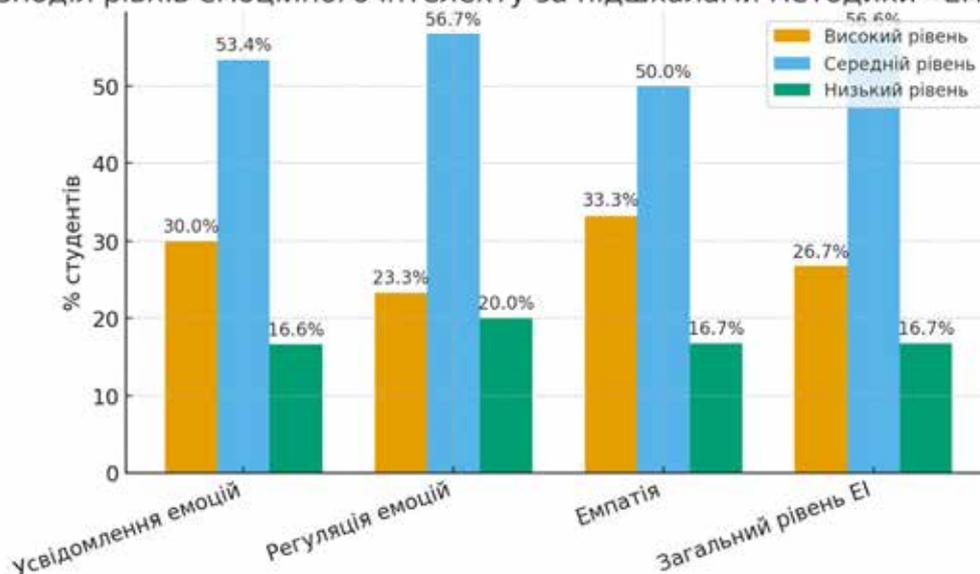
Графічно результати дослідження представлено на Рис. 1.

Отримані дані демонструють пряму залежність між емоційним інтелектом і соціометричним статусом студентів: ті, хто володіє високою здатністю до емоційного усвідомлення та співпереживання, мають більш позитивний образ у групі, частіше виступають ініціаторами спільної діяльності та користуються довірою однолітків.

**Висновки.** Результати емпіричного дослідження підтверджують гіпотезу про значну роль емоційного інтелекту в регуляції міжособистісних стосунків студентів, а також демонструють доцільність упровадження у навчальний процес програм розвитку емоційної компетентності як важливого складника професійного становлення майбутніх фахівців.

Теоретичні підходи до вивчення емоційного інтелекту демонструють багатовимірність цього феномена. Його можна розглядати як когнітивну здатність, як комплекс соціально-емоційних компетентностей або як стійку особистісну рису. Усі моделі сходяться на тому, що розвиток емоційного інтелекту є динамічним процесом, який формується під впливом досвіду, навчання та соціальної взаємодії. Системний підхід до розуміння емоційного інтелекту передбачає інтеграцію різних теоретичних моделей і дає змогу більш повно розкрити його структуру, функції та роль у розвитку особистості.

Розподіл рівнів емоційного інтелекту за підшкалами методики «ЕмІн» (n = 30)

**Рис. 1. Результати діагностики емоційного інтелекту за методикою «ЕмІн» (Д. Люсін)**

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект / Пер. з англ. С. Л. Гумецької. Харків : Віват, 2018. 512 с.
2. Mayer J. D., Salovey P. Emotional intelligence. 2005. URL: [http://www.unh.edu/emotional\\_intelligence/](http://www.unh.edu/emotional_intelligence/)
3. Дмитріюк Н. С. Вплив емоцій на формування та становлення особистості. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць*. 2010. № 8. С. 261–271. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-8.%25p>
4. Буркало Н. І. Психологічні особливості емоційного інтелекту. *Психологічний часопис*. 2019. № 7. С. 34–49. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.7>
5. Зарицька В. В. Емоційний інтелект: аналіз наукових теорій. *Теорія і практика сучасної психології*. 2010. Вип. 1. С. 17–22.
6. Марчук С. В. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 3. С. 20–23. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.4>
7. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
8. Goleman D. Emotional Intelligence. New York : Banta book, 1995. P. 11.
9. Магдисюк Л. І., Андросюк Л. В. Теоретико-методологічний аналіз особливостей розвитку емоційного інтелекту у молодших школярів засобами ігрових технологій. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 10(15). С. 495–503. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10\(15\)-495-503](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10(15)-495-503).

**REFERENCES:**

1. Houlman, D. (2018). Emotsiinyi intelekt [Emotional intelligence]. Per. z anhl. S. L. Humetskoï. Kharkiv: Vivat, 512 p. [in Ukrainian].
2. Mayer, J. D., Salovey P. (2005). Emotional intelligence. Retrieved from [http://www.unh.edu/emotional\\_intelligence/](http://www.unh.edu/emotional_intelligence/) [in English].
3. Dmytriuk, N. S. (2010). Vplyv emotsii na formuvannia ta stanovlennia osobystosti [The influence of emotions on the formation and formation of personality]. *Problemy suchasnoi psykholohii: zbirnyk naukovykh prats*, 8, 261–271. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-8.%25p> [in Ukrainian].
4. Burkalo, N. I. (2019). Psykholohichni osoblyvosti emotsiinoho intelektu [Psychological characteristics of emotional intelligence]. *Psykholohichni chasopys*, 7, 34–49. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.7> [in Ukrainian].
5. Zarytska, V. V. (2010). Emotsiinyi intelekt: analiz naukovykh teorii [Emotional intelligence: an analysis of scientific theories]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*, 1, 17–22 [in Ukrainian].
6. Marchuk, S. V. (2021). Teoretychnyi analiz poniattia emotsiinoho intelektu v psykholohii [Theoretical analysis of the concept of emotional intelligence in psychology]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Seriiia «Psykholohiia»*, 3, 20–23. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.4> [in Ukrainian].
7. Nosenko, E. L., Kovryha, N. V. (2003). Emotsiinyi intelekt: kontseptualizatsiia fenomenu, osnovni funktsii: monohrafiia. [Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, main functions: monograph]. Kyiv: Vyshcha shkola, 126 p. [in Ukrainian].
8. Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. New York : Banta book, 11. [in English].
9. Mahdysiuk, L. I., & Androsiuk, L. V. (2022). Teoretyko-metodolohichni analiz osoblyvostei rozvytku emotsiinoho intelektu u molodshykh shkoliariv zasobamy ihrovykh tekhnolii [Theoretical and methodological analysis of the features of the development of emotional intelligence in younger schoolchildren using gaming technologies]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky*, 10(15), 495–503. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10\(15\)-495-503](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10(15)-495-503) [in Ukrainian].

Дата надходження статті: 01.12.2025

Дата прийняття статті: 26.12.2025

Опубліковано: 30.12.2025