

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА
ФАКУЛЬТЕТ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ, ПСИХОЛОГІЇ
І СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

з теми: **«РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПОЗИТИВНОМУ
СПРИЙНЯТТІ ЖИТТЄВИХ ЗМІН ЗДОБУВАЧАМИ ВИЩОЇ ОСВІТИ
МОЛОДШИХ КУРСІВ»**

Виконала: студентка 4 курсу
Ps2-B21z групи
спеціальності 053 Психологія
(заочна форма навчання)
Соловей Яна Сергіївна

Керівник:
Онуфрієва Ліана Анатоліївна,
доктор психологічних наук,
професор, завідувач кафедри
загальної та практичної психології

Рецензент:
Гончарук Наталія Миколаївна,
доктор психологічних наук,
доцент, доцент кафедри
загальної та практичної психології

Кам'янець-Подільський – 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ СПРИЙНЯТТЯ ЗМІН ОСОБИСТІСТЮ	8
1.1. Аналіз наукових підходів до вивчення адаптації та сприймання змін особистістю.....	8
1.2. Психологічна налаштованість особистості на конструктивне сприйняття життєвих змін.....	10
1.3. Залежність сприйняття життєвих змін від рівня емоційного інтелекту особистості.....	16
Висновки до першого розділу.....	28
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКА ПОЗИТИВНОГО СПРИЙНЯТТЯ ЖИТТЄВИХ ЗМІН У СТУДЕНТІВ ПОЧАТКОВИХ КУРСІВ	30
2.1. Мета та гіпотетичні припущення дослідження	30
2.2. Проведення дослідження та використані методики	31
2.3. Інтерпретація та узагальнення результатів емпіричного вивчення	38
Висновки до другого розділу	51
ВИСНОВКИ	53
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	56
ДОДАТКИ.....	62

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасному світі, який динамічно змінюється, від кожної людини вимагається високий рівень здатності до адаптації. Сприйняття нових умов життя, готовність до прийняття змін, інновацій і перетворень є необхідними чинниками для збереження емоційної стабільності та загального добробуту. Проте далеко не всі однаково ефективно адаптуються до нових обставин, що може призводити до виникнення психоемоційного дискомфорту, стресових реакцій і депресивних станів. Питання полегшення процесу адаптації до змін викликає значний інтерес у науковій спільноті. Сприйняття змін значною мірою залежить від низки психологічних характеристик.

Люди, які схильні до позитивного сприймання життєвих змін, зазвичай демонструють оптимістичне ставлення до подій, мають віру у власні сили, налаштовані на позитивний результат та майбутнє загалом. Для таких індивідів характерні більш конструктивні механізми подолання труднощів, вони частіше досягають успіху як в навчанні, так і в професійній сфері, а також мають більш гармонійне бачення навколишнього світу і власної ролі в ньому.

Одним із ключових чинників, що забезпечує ефективне реагування на життєві зміни, виступає емоційний інтелект, оскільки саме емоції є першою реакцією людини на нові обставини. Емоційний інтелект як психологічна категорія викликає стійкий інтерес серед науковців і практиків різних спеціальностей. Його активне вивчення розпочалося понад два десятиліття тому. Спочатку цей конструкт розглядався як універсальний показник успішності у всіх життєвих сферах, проте згодом з'явилося критичне переосмислення теоретичних моделей, що виявило недоліки наявних концепцій.

На сьогодні існує значна кількість досліджень, у яких емоційний інтелект характеризується як важлива якість, що сприяє відповідальності, командній взаємодії, ініціативності, лідерству, просуванню кар'єрними сходами тощо. Однак

аспекти впливу емоційного інтелекту на процес сприйняття змін ще не були повноцінно вивчені. Саме це і визначає актуальність запропонованого дослідження.

Об'єкт дослідження – особистісне сприйняття життєвих трансформацій.

Предмет дослідження – емоційний інтелект як чинник позитивного реагування на життєві зміни.

Мета роботи – здійснити теоретичний аналіз і практичну перевірку взаємозв'язку між емоційним інтелектом та особливостями сприйняття змін у житті студентів перших курсів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати, як саме особистість сприймає життєві зміни та охарактеризувати основні наукові підходи до вивчення цієї проблеми;
2. Розкрити взаємозв'язок між емоційним інтелектом і сприйманням життєвих змін;
3. Сформулювати гіпотези дослідження та підібрати відповідні психодіагностичні методики;
4. Провести практичну частину дослідження, проаналізувати отримані дані та здійснити їх інтерпретацію.

Концептуальна гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що студенти з вищим рівнем емоційного інтелекту мають більш позитивне ставлення до життєвих змін.

Емпіричні гіпотези:

1. Існує взаємозв'язок між ступенем розвитку емоційного інтелекту та рівнем особистісної готовності до змін.
2. Підвищений рівень емоційного інтелекту асоціюється з більшою толерантністю до невизначеності.
3. Зі зростанням рівня емоційного інтелекту зростає й готовність особистості приймати ризики.

4. Спостерігається взаємозалежність між розвитком емоційного інтелекту та самооцінкою інноваційних якостей студентів.
5. Студенти, які мають високий рівень емоційного інтелекту, частіше демонструють мислення, орієнтоване на розвиток.

Використані методи дослідження:

- **Теоретичні методи:** аналіз і узагальнення наукових джерел, що стосуються проблематики дослідження.
- **Емпіричні методики:**
 1. Тест на визначення рівня емоційного інтелекту за Н. Холлом (EQ-тест), адаптований Є.П. Ільїним;
 2. Методика «Особистісна готовність до змін» (PCRS – Personal Change Readiness Survey) у перекладі та адаптації Н. Бажанова і Г. Бардієр;
 3. Опитувальник для виявлення рівня толерантності до невизначеності С. Баднера (адаптація Г.У. Солдатової);
 4. Методика визначення особистісної готовності до ризику А.А. Шуберта («PSK»);
 5. Шкала самооцінювання інноваційного потенціалу особистості, розроблена Н.М. Лебедєвою та А.Н. Татаркою;
 6. Інструмент для діагностики мислення зростання та готовності до змін – «Growth Mindset» Керол Двек.

Теоретико-методологічна основа дослідження:

- Концепція емоційного інтелекту, запропонована Д. Гоулманом, а також адаптаційна теорія Шонберга, яка наголошує на важливості здатності особистості адаптуватися до нових життєвих умов.
- Напрацювання у сфері дослідження сприйняття змін, що належать Л.М. Карамущі, а також дослідження ролі емоційного інтелекту в адаптаційних процесах, проведені Н.В. Ковригою та Е.Л. Носенко, які

висвітлюють механізми впливу емоційного інтелекту на ефективність пристосування до змін.

- Концептуальні підходи І.С. Булах до вивчення процесів сприйняття змін значно поглибили теоретичне розуміння феномену емоційного інтелекту та його функцій у контексті адаптації.

База дослідження. Дослідження проводилось упродовж грудня 2024 року – березня 2025 року. Базою дослідження стали здобувачі вищої освіти таких закладів вищої освіти: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (31 особа), Харківський державний університет внутрішніх справ (12 осіб), Подільський державний університет (7 осіб). Загалом взяли участь 50 студентів віком 17-19 років. З них 36 дівчат та 14 хлопців.

Теоретична значущість роботи полягає розширенні розуміння емоційного інтелекту у контексті сприйняття життєвих змін; уточненні компонентів емоційного інтелекту, які є найбільш критичними для успішної адаптації студентів до змін; встановленні зв'язків між рівнем ЕІ і здатністю студентів молодших курсів адаптуватися до нових життєвих умов.

Практична значущість роботи полягає у можливості застосування її результатів у консультуванні та наданні психологічної допомоги студентам, які проходять адаптацію в кризові періоди. Зокрема, результати можуть бути використані для проведення консультацій та розробки тренінгових програм з розвитку емоційного інтелекту, що сприятиме кращому сприйняттю життєвих змін.

Апробація та впровадження результатів. Результати проведеного дослідження доповідалися здобувачем та отримали схвалення на таких міжнародних конференціях: на X Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми експериментальної психології: досвід та перспективи» на пошану професора А.І. Шинкарюка (29 жовтня 2024 р., м. Кам'янець-Подільський), на X Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових

досліджень молодих науковців» (Кам'янець-Подільський, 19 листопада 2024 р.), на X Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі» (Кам'янець-Подільський, 18 лютого 2025 р.), на XIII Міжнародній науково-практичній конференції «*Science and new technologies: problems and ways to solve them*», March 31 - April 02, 2025, Rotterdam, Netherlands; на XVII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (Кам'янець-Подільський, 23 квітня 2025 р.) та знайшли своє відображення у публікації автора.

Публікація.

Соловей Я.С., Онуфрієва Л.А. Взаємозв'язок емоційного інтелекту та сторесостійкості особистості. *Science and new technologies: problems and ways to solve them : Abstracts of XIII International scientific and practical conference*, March 31 - April 02, 2025, Rotterdam, Netherlands, 189 p. С. 156–162.

ISBN – 979-8-89766-180-0

URL: <https://eu-conf.com/en/events/science-and-new-technologies-problems-and-ways-to-solve-them>

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаної літератури (58 джерел). Робота містить таблиці, рисунки та додатки.

ВИСНОВКИ

У межах цього дослідження було здійснено глибокий аналіз особливостей психологічного сприйняття змін у житті, зокрема серед студентів перших курсів. Отримані результати підтверджують значущість емоційного інтелекту як одного з ключових чинників, що впливають на позитивне ставлення до змін і здатність адаптуватися до нових життєвих обставин.

Перший розділ містив теоретичний огляд підходів до розуміння процесу сприйняття змін та адаптації. Було з'ясовано, що сприймання змін – це складне явище, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові складові. Особливу увагу приділено моделям стресу й адаптації, які акцентують роль внутрішніх ресурсів особистості у подоланні напруги.

Важливе місце посіло вивчення психологічної готовності особистості до конструктивного реагування на зміни. Було встановлено, що така готовність тісно пов'язана з індивідуальними особливостями, зокрема рівнем емоційного інтелекту, стресостійкості, самооцінки. Особистості, налаштовані на позитивні зміни, краще справляються з адаптацією та мають вищий рівень задоволеності життям.

Окрему увагу було приділено ролі емоційного інтелекту у процесі сприйняття змін. Ця здібність, що включає розпізнавання, розуміння й управління власними емоціями та емоціями інших, виявилася важливим фактором у процесі адаптації до нових умов. Особи з високим емоційним інтелектом відзначаються гнучкістю поведінки, вищою стресостійкістю та здатністю до ефективного вирішення проблемних ситуацій.

У другому розділі проведено емпіричне дослідження, метою якого було з'ясування зв'язку між рівнем емоційного інтелекту та готовністю до життєвих змін у студентів молодших курсів. Було сформульовано гіпотезу, що студенти з вищим емоційним інтелектом краще сприймають зміни у житті.

Основне завдання полягало у вивченні впливу емоційного інтелекту на здатність адаптуватися до життєвих змін. Припускалося, що особи з високим рівнем

ЕІ виявляють більшу толерантність до невизначеності, більшу відкритість до змін і готовність сприймати їх як можливості.

Аналіз емпіричних даних показав, що значна частина респондентів має середній або низький рівень ЕІ, що пов'язано з менш вираженою готовністю до змін. Студенти з високим рівнем ЕІ продемонстрували вищі показники за такими характеристиками, як пристрасність, винахідливість, сміливість, адаптивність, оптимізм, упевненість і здатність діяти в умовах невизначеності.

За допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона було виявлено зв'язки між емоційним інтелектом та компонентами, які впливають на позитивне сприйняття змін. Було встановлено значущі позитивні кореляції між ЕІ та такими показниками, як пристрасність ($r=0.682$, $p<0.01$), винахідливість ($r=0.562$, $p<0.01$), сміливість ($r=0.487$, $p<0.01$), адаптивність ($r=0.555$, $p<0.01$), упевненість ($r=0.618$, $p<0.01$), толерантність до невизначеності ($r=0.420$, $p<0.01$).

Виявлено тісний зв'язок між загальним рівнем емоційного інтелекту та здатністю справлятися з невизначеністю ($r=0.671$, $p<0.01$), що вказує на здатність таких осіб ефективніше функціонувати в ситуаціях змін і стресу. Крім того, знайдена сильна позитивна кореляція між ЕІ та готовністю до ризику ($r=0.801$, $p<0.01$), що свідчить про схильність осіб із високим ЕІ до сміливіших рішень.

Позитивний зв'язок між емоційним інтелектом та інноваційністю особистості ($r=0.763$, $p<0.01$) свідчить про сприяння ЕІ формуванню творчих рішень, відкритості до новаторських підходів. Також встановлено, що вищий рівень емоційного інтелекту корелює з мисленням зростання ($r=0.594$, $p<0.01$), що свідчить про гнучкість мислення у таких студентів, на відміну від тих, у кого переважає фіксований тип мислення.

Концептуальне припущення щодо наявності позитивного зв'язку між рівнем емоційного інтелекту та сприятливим ставленням до змін серед студентів молодших курсів знайшло підтвердження. Дані засвідчують, що студенти з високим ЕІ краще

адаптуються до нових умов, легше переносять труднощі та демонструють більшу готовність до змін у навчальному й особистому житті.

Результати цього дослідження підтверджують значення розвитку емоційного інтелекту як важливого чинника формування готовності до змін. Отримані дані можуть стати основою для створення освітніх і тренінгових програм, спрямованих на розвиток емоційних навичок і підвищення адаптаційних можливостей студентської молоді. Емоційний інтелект відіграє важливу роль у формуванні позитивного ставлення до змін та успішному пристосуванні до нових життєвих викликів.

Перспективні напрями подальших досліджень у межах теми можуть передбачати глибший аналіз окремих складових емоційного інтелекту та їхнього впливу на адаптацію і навчальні досягнення, розроблення та апробацію інтервенційних програм для підвищення ЕІ, порівняльні дослідження між студентами різних факультетів, соціальних категорій, а також вивчення ролі сімейного середовища й навчального контексту у формуванні емоційної компетентності. Використання сучасних цифрових технологій у навчанні емоційного інтелекту може значно підвищити якість освітнього процесу і полегшити адаптацію студентів до змін.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амплєєва О.М. Взаємозв'язок емоційного інтелекту з різними напрямками практичної психології. *Молодий вчений*. 2019. Вип. 2 (1). С. 145–149.
2. Асауленко Т.В. Особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці. *Психологічний вісник*. 2018. Вип. 9. С. 35–42.
3. Баклицька Н.М. Психологічні особливості емоційного інтелекту молоді з різним типом особистісної спрямованості. Синергетичний підхід до проектування життєвого простору особистості : зб. наук. матеріалів Міжнарод. наук.-практ. онлайн-конф. (м. Полтава, 27–28 квітня 2021 р.). Полтава : ПНПУ, 2021. С. 12–16.
4. Бантищева О.О. Теоретичне обґрунтування, зміст та результати апробації психологічної програми розвитку емоційного інтелекту осіб юнацького віку, схильних до віктимної поведінки. Теорія і практика сучасної психології. 2020. Вип. 1. Т. 1. С. 134–139.
5. Захарчишин Г.М., Любомудрова Н.П. Емоційний інтелект та креативність як сучасний інструментарій менеджменту. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Міжнародні економічні відносини та світове господарство. 2020. Вип. 34. С. 76–80.
6. Баранов М. О. Вплив емоційного інтелекту на професійну діяльність. *Практична психологія*. 2020. Вип. 6. С. 12–19.
7. Бойатціс Р. Компетенції в сфері емоційного та соціального інтелекту: модель і дослідження. Лондон: Wiley. 2009.
8. Голлісон Д. Міцна культура: емоційний і соціальний інтелект як основа лідерства. Нью-Йорк : Harper Collins. 2018.
9. Журавльова М.О. Емоційний інтелект як проблема психо-логічних досліджень. Наука і освіта: науково-практичний журнал Південного наукового Центру АПН України. 2009. Вип. 1/2. С. 57–61.

10. Носенко Е., Коврига Н. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 160 с.
11. Боровик Т.В. Емоційний інтелект студентів: теоретичні аспекти та практичне значення. *Психологічний журнал*. 2019. Вип. 5(1). С. 34–45.
12. Васильківський І.П. Психолого-педагогічні особливості виховання емоційного інтелекту учнів середнього шкільного віку. *Педагогічний альманах*. 2018. Вип. 37. С. 22–28.
13. Васильківський І.П., Сопівник Р.В. Зміст і структура методики виховання емоційного інтелекту учнів середнього шкільного віку. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2018. Вип. 3. С. 48–61.
14. Волошенко НО. Методика діагностики особистісної готовності підлітків до безпечної поведінки. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2013. Т. 2. Вип. 10. С. 74–78.
15. Гаврилюк І.В. Емоційний інтелект і психологічне благополуччя. *Вісник Черкаського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2021. Вип. 12. С. 55–63.
16. Гнатюк Т.С. Психологічні механізми розвитку емоційного інтелекту у студентів молодших курсів : дис. канд. психол. наук. Одеса : Одеський національний університет, 2021. 20с.
17. Гацько А.Ф., Смігунова О.В. Емоційний інтелект як стратегічний важіль лідерства. *Вісник Харківського національного технічного університету сільського господарства імені Петра Василенка*. 2016. Вип. 177. С. 61–67.
18. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків: Віват, 2018. 512 с.
19. Гоулман Д. Емоційний інтелект: Книжка, яка змінює уявлення про те, що означає бути розумним. Vivat, 2021.

20. Денисенко П.П. Формування емоційної компетентності у майбутніх психологів. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2019. Вип. 8. С. 103–112.
21. Діомідова Н., Шайхлісламов З., Лазоренко Т. Емоційний інтелект як фактор психологічного благополуччя майбутніх психологів. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2020. Вип. 62. С. 108–122.
22. Дяченко О. В. Роль емоційного інтелекту у розвитку професійних компетенцій студентів. *Психологічна освіта в сучасному світі*. 2020. Вип. 5(1). С. 45–58.
23. Дерев'янко С.П. Емоційний інтелект у системі соціально-психологічної адаптації студентів до навчання у вищій школі. *Проблеми сучасної психології*, (4)2, 75–87. 2022.
24. Жукова Л.О. Роль емоційного інтелекту у міжособистісних стосунках. *Молодий вчений*. 2021. Вип. 4. С. 75–82.
25. Іванова О. В. Психологічні аспекти емоційного інтелекту. *Психологічні дослідження*. 2022. Вип. 10. С. 14–23.
26. Коваленко Ю. І. Розвиток емоційного інтелекту у студентів. *Психологія та педагогіка: актуальні питання*. 2020. Вип. 13. С. 56–64.
27. Корчагіна Н. С. Емоційний інтелект та його вплив на психологічну адаптацію. *Вісник Національного університету «Юридична академія України». Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 5. С. 98–106.
28. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с.
29. Коул Д. Соціальний інтелект: розвиток і вдосконалення. НьюЙорк : Random House. 2007.

30. Левченко М.П. Методика розвитку емоційного інтелекту у дітей. *Педагогічні науки*. 2019. Вип. 7. С. 43–50.
31. Малиновська О.В. Емоційний інтелект та успішність у навчанні. *Психологічний журнал*. 2020. Вип. 8(1). С. 34–42.
32. Мельник Л.М., Воронін І.Г. Особливості розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології*. 2020. Вип. 15. С. 93–101.
33. Назаренко Т.О. Вплив емоційного інтелекту на академічну успішність студентів. *Молодий вчений*. 2021. Вип. 3. С. 47–53.
34. Нікітін І.В. Вплив емоційного інтелекту на мотивацію до навчання. *Педагогічний альманах*. 2022. Вип. 10. С. 67–74.
35. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Київ : Вища школа, 2013. 126 с.
36. Смульсон М.Л. Психологія розвитку інтелекту. К.: Нора-Друк, 2023. 296 с.
37. Орлова А.І. Психологічні особливості емоційного інтелекту у дорослих. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2018. Т. 3. Вип. 15. С. 89–97.
38. Петрова А.В. Розвиток емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку. *Педагогічні науки*. 2022. Вип. 11. С. 33–40.
39. Сидоренко О.В. Психологічні аспекти формування емоційного інтелекту у дорослих. *Науковий вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2018. Вип. 17. С. 58–65.
40. Ткаченко І.І. Роль емоційного інтелекту у професійній діяльності педагога. *Психологія та педагогіка: наукові дослідження*. 2019. Вип. 8. С. 89–97.
41. Устименко В.В. Взаємозв'язок емоційного інтелекту та стресостійкості у студентів. *Психологія*. 2020. Вип. 21. С. 44–51.
42. Федорова О.Г. Особливості розвитку емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку. *Проблеми сучасної психології*. 2021. Вип. 18. С. 67–74.

43. Хомяк Ю.П. Методика діагностики емоційного інтелекту // *Психологічні дослідження*. 2022. Вип. 9. С. 23–31.
44. Чала Ю.М., Шахрайчук А.М. Психодіагностика: навчальний посібник Харків : НТУ «ХП», 2018. 246 с.
45. Шевченко М.О. Формування емоційного інтелекту у підлітків. *Психологічний журнал*. 2019. Вип. 6(2). С. 75–83.
46. Шмідт К.О. Психолого-педагогічні аспекти розвитку емоційного інтелекту. *Педагогічний вісник*. 2021. Вип. 3. С. 112–120.
47. Шпак М. Психологічна концепція розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*, 2020. 125–134.
48. Юрченко А.В. Емоційний інтелект у контексті професійного становлення особистості. *Психологія та соціологія*. 2018. Вип. 5. С. 84–91.
49. Янковська І.Л. Вплив емоційного інтелекту на стосунки в сім'ї. *Психологічні аспекти сімейних стосунків*. 2019. Вип. 7. С. 43–50.
50. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. W.H. Freeman. 1997. 604 с.
51. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books. 1995. 352 с.
52. Kanesan P., Fauzan N. Models of emotional intelligence: A review. *eBangi*, 2019. 16, 1–9.
53. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. Springer Publishing Company 1984. 456 с.
54. Martínez-Monteagudo M. C., et al. Emotional intelligence profiles and self-concept in Chilean adolescents. *Curr Psychol*. 2019. P. 1–8.
55. Masten A. S. Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*. 2001. 56(3). 227–238.
56. Salovey P., Mayer J. D. Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*. 1990. 9(3). 185–211.

57. Selye H. Stress of My Life: A Scientist's Memoirs. New York: Van Nostrand Reinhold Company; 1979.
58. Weisinger H. Emotional intelligence at work. San Francisco, California: Jossey Bass Inc., 2018. 218 p.