

<https://doi.org/10.31108/2.2025.2.35.12>  
УДК 159.9:316.6

Валентина Лагодзінська

## ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ПЕРСОНАЛУ ОСВІТНІХ ОРГАНІЗАЦІЙ ЯК РЕСУРС СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

*Лагодзінська Валентина. Емоційний інтелект персоналу освітніх організацій як ресурс суб'єктивного благополуччя.*

**Вступ.** В умовах глибоких суспільних трансформацій, спричинених повномасштабною війною в Україні, особливої уваги набуває проблема збереження психічного здоров'я та суб'єктивного благополуччя громадян. Освітня сфера, як одна з ключових інституцій соціалізації та формування людського капіталу, опинилася в зоні підвищеного ризику професійного й емоційного виснаження. Це зумовлює потребу в пошуку ефективних ресурсів підтримки психологічної стійкості педагогічного персоналу. Одним із таких ресурсів є концепт «емоційний інтелект» – група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій і емоцій навколишніх людей.

**Мета.** Здійснити теоретичний аналіз основних підходів до розуміння феномена емоційного інтелекту у сфері освіти та визначити його роль як ресурсу суб'єктивного благополуччя персоналу освітніх організацій.

**Методи:** методи теоретичного аналізу проблеми на основі вивчення психологічної та міждисциплінарної літератури з проблеми дослідження (аналіз, синтез, узагальнення, порівняння, систематизація).

**Результати.** Аналіз наукових джерел дозволив виокремити кілька ключових теоретичних підходів до трактування емоційного інтелекту: як здібності (Salovey & Mayer), як змістової компетентності (Goleman), а також як особистісного ресурсу в умовах професійної діяльності. Особливу увагу приділено дослідженням, у яких емоційний інтелект розглядається у зв'язку з такими поняттями, як емоційна компетентність, професійне вигорання та суб'єктивне благополуччя.

**Висновки:** розглянуті підходи можуть бути покладені в основу подальших емпіричних досліджень.

**Ключові слова:** персонал освітніх організацій, емоційний інтелект, емоційна компетентність, ресурс, суб'єктивне благополуччя

*Lagodzinska, Valentyna. Emotional intelligence of educational personnel as a subjective well-being resource.*

**Introduction.** In the conditions of deep social transformations caused by the war in Ukraine, the problem of preserving mental health and subjective well-being of citizens has taken an added importance. The educational sphere, as a key institution of socialization and human capital, is at risk of professional and emotional exhaustion. This necessitates the search for effective resources to support the psychological stability of educational personnel. Emotional intelligence, which can be defined as a group of mental abilities needed for the awareness and understanding of one's own and other people's emotions, is one of such resources.

**Aim.** To conduct a theoretical analysis of the main approaches to understanding the phenomenon of emotional intelligence in the field of education, and to determine its role as a subjective well-being resource of educational personnel.

**Methods:** theoretical analysis of the problem based on the relevant psychological and interdisciplinary literature (analysis, synthesis, generalization, comparison, and systematization).

**Results.** Analysis of scientific sources allowed identifying several key theoretical approaches to the interpretation of emotional intelligence: as an ability (Salovey & Mayer), as a content competence (Goleman), and as a personal resource in the context of professional activity. A number of studies considered emotional intelligence in connection with emotional competence, job burnout, and subjective well-being.

**Conclusions:** the considered approaches can be used as the basis for further empirical research.

**Key words:** personnel of educational organizations, emotional intelligence, emotional competence, resource, subjective well-being

**Вступ.** В умовах глибоких суспільних трансформацій, спричинених повномасштабною війною в Україні, особливої уваги набуває проблема збереження психічного здоров'я та суб'єктивного благополуччя громадян. Освітня сфера, як одна з ключових інституцій соціалізації та формування людського капіталу, опинилася в зоні підвищеного ризику професійного й емоційного виснаження. Це зумовлює потребу в пошуку ефективних ресурсів підтримки психологічної стійкості педагогічного персоналу.

Практичне впровадження ідей теорії емоційного інтелекту в різні професійні сфери – зокрема бізнес, освіту, медицину, військову справу тощо – сприяє підвищенню ефективності міжособистісної взаємодії, прийняттю зважених рішень, формуванню стійкого емоційного клімату та зниженню рівня професійного вигорання серед фахівців.

Розвиток емоційного інтелекту учасників освітнього процесу відіграє важливу роль у забезпеченні безпечного освітнього середовища, адже сприяє формуванню позитивного емоційного клімату в колективі, зміцненню командної взаємодії та емоційній регуляції. У цьому контексті особливої актуальності набуває питання пошуку ефективних внутрішніх і зовнішніх ресурсів подолання кризових ситуацій як на індивідуальному рівні, так і на рівні організацій та суспільства загалом.

В межах ресурсного підходу важливо звернути увагу на концепцію психологічних ресурсів, запропоновану А. Маклаковим (2001), який розглядає їх як ключові особистісні характеристики, що забезпечують ефективну регуляцію психічної діяльності та адаптацію до складних умов. До таких ресурсів, зокрема, він відносить емоційну стійкість, резильєнтність, толерантність до стресу, здатність до саморегуляції та адекватну самооцінку.

Ці складові відіграють провідну роль у процесі оцінки суб'єктом зовнішніх викликів і власних можливостей. У контексті діяльності працівників освітньої сфери, які щодня перебувають у полі підвищеного емоційного навантаження, зазначені характеристики набувають особливого значення. Саме емоційний інтелект, як інтегративний особистісний ресурс, здатний забезпечити ефективну емоційну саморегуляцію, підтримку психоемоційного балансу та, зрештою, сприяти суб'єктивному благополуччю освітян.

Підвищене емоційне навантаження, нестабільність соціально-політичного середовища, виклики адаптації до нових умов праці вимагають від працівників освіти не лише високого професіоналізму, а й розвитку особистісних ресурсів, зокрема емоційної компетентності.

Одним із визначальних чинників підтримки психоемоційної стійкості та збереження суб'єктивного благополуччя фахівців в умовах кризи виступає емоційний інтелект, що інтегрує здатність усвідомлювати, розуміти, регулювати власні емоції та емоції інших людей.

Емоційний інтелект як здатність до розуміння та управління емоціями є професійно важливою якістю сучасного освітянина. Науковці зазначають, що цілеспрямований розвиток емоційного інтелекту та його складових можливий протягом усього життя (Зарицька, 2023; Лящ, 2020; Носенко, 2021).

У контексті викликів сьогодення, коли суспільство перебуває в умовах високого емоційного напруження, тривожності та стресових впливів, зростає інтерес науковців до вивчення емоційного інтелекту як ресурсу, що впливає на суб'єктивне благополуччя особистості. В освітньому середовищі це питання набуває особливої актуальності, адже педагоги стикаються з підвищеним емоційним навантаженням, що вимагає розвитку навичок емоційної саморегуляції та ефективної міжособистісної взаємодії.

Отже, актуальність теми дослідження та її недостатня наукова розробка зумовили **мету нашого дослідження**: здійснити теоретичний аналіз основних підходів до розуміння у сучасних психологічних дослідженнях емоційного інтелекту персоналу освітніх організацій як ресурсу суб'єктивного благополуччя.

**Завдання дослідження:** проаналізувати існуючі підходи до розуміння феномену емоційного інтелекту персоналу освітніх організацій як ресурсу суб'єктивного благополуччя в умовах війни.

**Методи дослідження:** методи теоретичного аналізу проблеми: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукових джерел з емоційного інтелекту та його зв'язку з суб'єктивним благополуччям.

**Результати дослідження та їх обговорення.**

Феномен психологічного благополуччя традиційно асоціюється з показниками психічного здоров'я, емоційного комфорту, загальної задоволеності життям і суб'єктивним відчуттям щастя. У науковій літературі психологічне благополуччя, що тісно пов'язане із суб'єктивним компонентом, розглядається в межах різних теоретичних підходів – гедоністичного, евдемоністичного, психофізіологічного та інтегративного. Значного поширення набула модель К. Ріфф (1998), у межах якої виділяються ключові структурні компоненти психологічного благополуччя: самоприйняття, автономність, позитивні взаємини з оточенням, особистісне зростання, цілеспрямованість і життєва компетентність. Сукупність цих компонентів, у взаємозв'язку з особистісною оцінкою якості власного життя, формує цілісне переживання суб'єктивного благополуччя.

М. М. Шпак (2016) наголошує, що психологічне благополуччя має суб'єктивний характер, адже кожна людина має власні уявлення про цей феномен. Оцінюючи рівень свого психологічного благополуччя, індивід бере до уваги різні аспекти життєдіяльності – зокрема успішність професійної реалізації, стан фізичного та психічного здоров'я, рівень матеріального забезпечення тощо.

Суб'єктивне благополуччя трактується як індивідуальне переживання задоволеності власним життям, що включає когнітивну оцінку життєвих обставин і емоційний досвід. Воно охоплює як загальний емоційний фон людини, так і її ставлення до себе, професійної діяльності, міжособистісних стосунків та життєвих перспектив. Важливо, що саме суб'єктивне сприйняття людиною себе та свого життя визначає рівень її психологічної стійкості, гармонії та життєвої ефективності.

Згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, психічне здоров'я – це стан благополуччя, за якого людина усвідомлює власні здібності, може справлятися з нормальними життєвими стресами, продуктивно працювати та робити внесок у життя своєї спільноти.

У контексті воєнних дій одним із пріоритетних напрямів психологічної науки залишається вивчення особливостей прояву суб'єктивного благополуччя працівників освітньої та наукової сфери. Це зумовлено їх ключовою роллю у процесі формування молодого покоління та визначення стратегічних орієнтирів постконфліктної реабілітації суспільства (Карамушка, 2023). У цих умовах вивчення чинників, що можуть підвищити рівень благополуччя, є особливо актуальним.

Важливим напрямом досліджень є також аналіз особистісних ресурсів, що здатні сприяти підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя, на чому акцентує увагу низка сучасних науковців (Терещенко, 2025). Особистісні ресурси, зокрема емоційний інтелект і стресостійкість, відіграють важливу роль у підтримці психічного здоров'я в умовах стресу та кризових ситуацій.

У сучасних умовах війни важливим науковим завданням є виявлення ефективних психологічних чинників, які сприяють підвищенню результативності професійної діяльності працівників освітньої сфери, забезпечують збереження їхнього психічного здоров'я та сприяють підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя (Креденцер, 2023). Ці чинники не лише допомагають забезпечити високий рівень професійної ефективності, а й сприяють адаптації до змін, викликаних війною.

Вивчення впливу емоційного інтелекту на особистість є важливим напрямом психологічної науки, адже ідентифікація чинників його впливу на життєдіяльність особистості здатна дати відповіді на численні запитання. З метою глибшого аналізу звернімося до концептуального змісту поняття «емоційний інтелект» та його ролі у підтримці суб'єктивного благополуччя персоналу освітніх організацій в умовах війни.

У межах сучасних досліджень усе частіше підкреслюється, що емоційний інтелект – здатність розпізнавати, розуміти, виражати та регулювати емоції – виступає ключовим чинником суб'єктивного благополуччя. Він сприяє внутрішній гармонії, позитивному емоційному самопочуттю, адаптації до змін, зниженню рівня емоційного виснаження та підвищенню задоволеності професійною діяльністю.

Отже, результати аналізу свідчать, що емоційний інтелект виступає значущим особистісним ресурсом суб'єктивного благополуччя персоналу освітніх організацій, сприяючи збереженню внутрішньої рівноваги, емоційної стійкості та протидії професійному вигоранню.

Історичні витоки концепції емоційного інтелекту можна простежити у філософських поглядах Аристотеля, філософів Нового часу та в ідеях Ж.-Ж. Руссо, які акцентували увагу на взаємозв'язку когнітивних і емоційних процесів. Передісторію формування поняття емоційного інтелекту пов'язують із теорією множинного інтелекту Г. Гарднера. Він виділив такі види інтелекту: лінгвістичний, музичний, логіко-математичний, просторовий, тілесно-кінестетичний, а також особистісні інтелекти. Окрім того, він підкреслює значення внутрішньоособистісного та міжособистісного інтелектів (Gardner, 1983).

Однак у наукову психологію термін «емоційний інтелект» увійшов лише на початку 1990-х років завдяки роботам американських дослідників J. D. Mayer & P. Salovey (1993). Вони описували його як сукупність здібностей до самосвідомості, емпатії, соціальних навичок, мотивації та саморегуляції (Mayer & Salovey, 1993). Подальше популяризування терміну пов'язане з працями Д. Гоулмана (Гоулман, 1998), який розглядав емоційний інтелект як здатність розпізнавати власні та чужі емоції, керувати ними, а також будувати гармонійні стосунки з іншими.

За даними D. R. Caruso, & P. Salovey (2004) та інших сучасних науковців, емоційний інтелект складається з таких основних складових: емоційна обізнаність, розпізнавання емоцій, управління емоціями, емпатія, самомотивація.

Емоційний інтелект постає як багатовимірна конструкція, що включає когнітивні, емоційні й соціальні компоненти (Гоулман, 1998). Його розвиток є необхідною умовою особистісного зростання, професійної реалізації та успішної адаптації в умовах суспільних трансформацій.

Більшість дослідників вважають емоційний інтелект здатністю впізнавати, розуміти й управляти емоціями – як власними, так і чужими. Д. Гоулман (1998) вважає, що успішність у навчанні й бізнесі неможлива без розвиненого емоційного інтелекту, який є запорукою лідерських якостей.

Сьогодні існують три основні підходи до вивчення емоційного інтелекту: модель здібностей (Mayer & Salovey, 1993); емоційно-соціальний інтелект (Bar-On & Parker, 2000); модель емоційних компетенцій (Гоулман, 1998).

До вивчення проблематики емоційного інтелекту зверталися такі зарубіжні дослідники, як R. Bar-On & J. D. A. Parker (2000), H. Gardner (1983), J. D. Mayer & P. Salovey (1993), D. R. Caruso & P. Salovey (2004). Серед українських науковців варто згадати Н. Губу (2022), В. Зарицьку (2023), Н. Ковригу, О. Логвись (2020), О. Ляща (2020), В. Москаленко (2019), Є. Носенко (2021), М. Носаль (2021) та інших.

Носенко та Коврига (цит. за Є. Носенко, 2021) зазначають, що емоційний інтелект – це не лише здатність підніматися над особистими пристрастями й слабкостями, а й ресурс, що дозволяє реалізувати сильні сторони, таланти та моральні якості людини. О. Лящ (2020) трактує його як інтелектуальну здатність до розуміння й регуляції емоційних проявів особистості. Н. Губа та С. Асатрян (2022) вказують на складність визначення поняття, адже його тлумачення залежать від теоретичних підходів: від розуміння емоційного інтелекту як здатності до розпізнавання й регуляції емоцій до його розгляду як комплексу соціально-психологічних навичок або інтеграції емоцій із когнітивними процесами.

О. Логвись (2020) визначає емоційний інтелект як комплекс когнітивних, особистісних та вольових рис, що є критично важливими для становлення та розвитку

людини. Ракітянська (2021) підкреслює динамічність і багатокомпонентність цієї якості в контексті педагогічної діяльності: вона включає емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти, що забезпечують ефективне педагогічне спілкування, емпатію, самоконтроль, самомотивацію, налаштованість на співпрацю.

В. Зарицька (2023) визначає емоційний інтелект як здатність розпізнавати, контролювати й регулювати власні емоції та емоції інших людей з метою досягнення особистісно значущих цілей, що дозволяє використовувати цей феномен як важливий ресурс у професійному середовищі.

Розглядаючи емоційний інтелект як фактор особистісного життєздійснення, Є. Карпенко (2020) пропонує модель емоційного інтелекту, пов'язану з особливостями життєздійснення особистості, яка базується на трьох взаємопов'язаних модулях: інтернальному, екстернальному та інтегративному.

Дослідження О. Саннікової стали основою для формулювання концепції «емоційного інтелекту». Авторка вивчала роль емоційності в структурі особистості, підкреслюючи її значення для успішного функціонування. В експериментальних дослідженнях впливу емоцій (радість, гнів, смутку та страху) на професійну діяльність вона ввела термін «психологічна проникливість», що визначає емоційність як регулятор професійної діяльності та фактор її ефективності. Емоційність також трактувалася як частина темпераменту, стійкої психологічної характеристики.

За словником, інтелект (від лат. *Intellectus* – розуміння, осягнення) – відносно стійка структура розумових здатностей індивіда.

Науковці визначають поняття «емоційний інтелект» як здатність діяти відповідно до своїх почуттів і бажань (Гоулман, 2000); здатність ретельно осмислювати й виражати емоції; розуміти емоції та емоційні знання; управляти емоціями.

Е. Носенко (2003) трактує емоційний інтелект як складник внутрішнього світу, форму позитивного ставлення до себе та інших. Виділяють міжособистісний і внутрішньоособистісний аспекти, а також п'ятифакторну структуру. Слід зазначити, що, зосереджуючись на дослідженні емоційного інтелекту як однієї з форм множинного інтелекту, Е. Носенко використовує термін «емоційна розумність» як синонім до «емоційного інтелекту», пропонуючи його як український аналог.

В. Зарицька (2023) визначає емоційний інтелект як інтегральну властивість особистості, здатність контролювати, регулювати й розуміти емоції.

На рівень емоційного інтелекту впливають різні біологічні та соціальні фактори, які можуть негативно позначатися на самоусвідомленні та мотивації. Важливою складовою емоційного інтелекту є здатність людини усвідомлювати та управляти своїми емоціями, що прямо пов'язано з її здатністю ефективно взаємодіяти з іншими людьми та досягати особистісного благополуччя.

Згідно з концепцією Н. Холла, емоційний інтелект включає п'ять ключових компонентів: емоційну обізнаність, управління емоціями, самомотивацію, емпатію та управління емоціями інших. Саме ці компоненти дозволяють людині ефективно адаптуватися до стресових ситуацій і підтримувати емоційну рівновагу, що є важливим ресурсом для підтримки її благополуччя.

Дослідження А. Колчигіної (2019) підтверджує важливість розвитку емоційного інтелекту. Зокрема, авторка довела, що достатній рівень емоційного інтелекту сприяє зниженню емоційного виснаження, що відповідає концепції Н. Холла, яка підкреслює значення управління емоціями та емпатії для збереження психологічного здоров'я. У результаті проведеного тренінгу А. Колчигіна (2024) за методикою Н. Холла в експериментальній групі були виявлені значущі зміни за шкалами «Емпатія» ( $p = 0,025$ ) та «Управління емоціями інших» ( $p = 0,041$ ), що демонструє ефективність тренінгів у підвищенні емоційного інтелекту.

Отримані результати підтверджують, що розвиток емоційного інтелекту, зокрема через тренінги, є важливим інструментом для підвищення рівня суб'єктивного благополуччя та ресурсом, який сприяє зменшенню емоційного виснаження. Це також підкріплює концепцію Н. Холла про важливість розвитку емоційної обізнаності та

управління емоціями для досягнення психологічної стабільності та успішної соціальної взаємодії.

Отже, методи, що включають розвиток емоційного інтелекту, є важливими в контексті підготовки студентів до професійної діяльності, адже дозволяють не тільки підвищити їхні практичні навички, але й оптимізувати суб'єктивне благополуччя через більш ефективне управління емоціями в різних життєвих ситуаціях.

Т. Дучимінська (2024) наголошує на важливості розвитку емоційного інтелекту, підкреслюючи, що ця проблема привертає значну увагу науковців і є актуальною для підвищення ефективності особистості в її житті та професійній діяльності. Аналіз наукових праць дозволяє виділити два основні напрями: перший – розвиток інтелекту в онтогенезі особистості, що проявляється у здатності розуміти і управляти емоціями; другий – цілеспрямований тренінговий вплив, спрямований на розвиток як окремих складових емоційного інтелекту, так і його загального рівня.

Аналізуючи сучасні вітчизняні та зарубіжні наукові джерела, Р. Попелюшко (2024) зазначає, що розвиток і вдосконалення компонентів емоційного інтелекту можливе через спеціальні тренування, орієнтовані на формування навичок адекватного сприйняття та конструктивного використання емоцій. До ефективних методів належать: індивідуальні та групові тренінги, дискусії, лекції, психологічні ігри, коучинг, майстер-класи, арт-терапія, психогімнастика, поведінкова терапія, моделювання ситуацій, рольові ігри, надання зворотного зв'язку, демонстрації, проектна діяльність тощо.

**Висновки.** Аналіз наукових джерел дозволив виокремити кілька ключових теоретичних підходів до трактування емоційного інтелекту: як здібності (Maeyer & Salovey), як змістової компетентності (Гоулман), а також як особистісного ресурсу в умовах професійної діяльності. Особливу увагу приділено дослідженням, у яких емоційний інтелект розглядається у зв'язку з такими поняттями, як емоційна компетентність, професійне вигорання та суб'єктивне благополуччя.

У контексті освітньої організації, емоційний інтелект працівників виявляється важливим фактором формування здорового психологічного клімату, ефективної взаємодії в колективі, конструктивного вирішення конфліктів і зниження рівня професійного стресу. Результати теоретичних досліджень свідчать про наявність позитивного зв'язку між високим рівнем емоційного інтелекту та суб'єктивним благополуччям освітян, що проявляється у підвищеному рівні задоволеності працею, емоційної стабільності та професійної ефективності.

Проблема розвитку емоційного інтелекту персоналу організацій в умовах війни, зокрема в контексті забезпечення ресурсу суб'єктивного благополуччя, є досить актуальною та соціально значущою проблемою. Водночас ця проблема залишається недостатньо розробленою, особливо щодо сфери освіти.

Емоційний інтелект є важливим особистісним ресурсом працівників освітніх організацій, який сприяє підтримці суб'єктивного благополуччя в умовах високого емоційного навантаження та соціальної турбулентності. Урахування рівня емоційного інтелекту при підготовці та професійному супроводі педагогічного персоналу може слугувати ефективною стратегією профілактики емоційного вигорання, зміцнення психоемоційної стійкості та підвищення якості освітніх послуг.

**Перспективи подальших досліджень** Перспективи подальших досліджень доцільно спрямовувати на емпіричне вивчення особливостей прояву емоційного інтелекту в освітньому середовищі, зокрема в професійній діяльності педагогів. Важливим напрямом є також розроблення та апробація програм розвитку емоційної компетентності працівників закладів освіти як ресурсу підвищення їхнього суб'єктивного благополуччя, професійної витривалості та ефективності взаємодії з учасниками освітнього процесу.

## Література

1. Гоулман, Д. (1998). *Робота з емоційним інтелектом*. Bantam Books.
2. Гоулман, Д. (2020). *Емоційний інтелект*. Віват.
3. Губа, Н., & Асатрян, С. (2022). Емоційний інтелект: структура, особливості, можливості розвитку. *Психологія і суспільство*, (3), 51-59.

4. Дучимінська, Т., Коць, М., & Кульчицька, А. (2022). Емоційний інтелект та соціальні навички у дітей з особливими освітніми потребами: діагностично-дослідницький аспект. *Психологічні перспективи*, (39), 99-111.
5. Зарицька, В. (2023). Емоційний інтелект у структурі особистісної зрілості. *Актуальні проблеми психології. Серія: Організаційна психологія, економічна психологія*, 1(32), 112-120.
6. Карамушка, Л. М. (2023). Суб'єктивне благополуччя персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни: рівень вираженості та зв'язок з копінг-стратегіями. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 1(28), 52-64.
7. Карпенко, Є. В. (2020). *Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості*: монографія. Посвіт.
8. Ковальчук, О. І. (2020). Емоційний інтелект як чинник професійного зростання вчителя. *Психологія і суспільство*, (4), 89-95. <https://doi.org/10.35774/pis2020.04.089>
9. Колчигіна, А. В. (2019). Мотивація досягнення: теоретико-методологічний аналіз. *Теорія і практика сучасної психології*, 1(1), 58-61.
10. Креденцер, О. (2023). Професійна самоефективність та її роль у забезпеченні психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій в умовах війни та повоєнного відродження: теоретичний аналіз проблеми. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 2-3(29), 52-64. <https://doi.org/10.31108/2.2023.2.29.5>
11. Логвись, О. (2020). Емоційний інтелект як ресурс розвитку особистості. *Психологічні перспективи*, (35), 134-141.
12. Лящ, О. (2020). Емоційний інтелект як психологічна категорія. *Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*, 48(1), 215-224.
13. Маклаков, А. Г. (2001). Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. *Психологический журнал*, 22(1), 16-24.
14. Москаленко, В. В. (2019). *Психологія суб'єктивного благополуччя особистості*. Центр учбової літератури.
15. Носаль, М. І. (2021). *Зв'язок емоційного інтелекту та суб'єктивного благополуччя у студентів* [Кваліфікаційна робота освіт. ступ. бакалавра спец. «Психологія», Національний авіаційний університет]. <https://dspace.nau.edu.ua/bitstreams/0a94c686-222b-4cfe-8049-da0f4ab74dcd/download>
16. Носенко, Є. Л. (2021). Психологічна ресурсність особистості: понятійні межі та структурні компоненти. *Психологічні перспективи*, (37), 6-18.
17. Розенберг, М. (2021). *Ненасильницьке спілкування: Говорити мирно в світі, повному конфліктів*. Софія.
18. Савчук, І. В. (2021). Резильентність особистості в умовах соціальної нестабільності. *Актуальні проблеми психології*, 55(1), 112-119. <https://doi.org/10.32405/2411-5203-2021-55-1-112-119>
19. Саннікова, О. П. (1995). *Емоційність в структурі особистості*. Хорс.
20. Терещенко, К. (2025). Суб'єктивне благополуччя особистості та його підтримка в умовах невизначеності. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 1(34).
21. Шпак, М. М. (2016). Емоційний інтелект як особистісний ресурс забезпечення психологічного благополуччя молодших школярів. *Наука і світ*, (5), 266-270.
22. Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2000). Emotional and social intelligence: insights from the Emotional Quotient Inventory. In *Handbook of emotional intelligence* (pp. 363-388). JosseyHass.
23. Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Harper and Row.
24. Caruso, D. R., & Salovey, P. (2004). *The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership*. Jossey-Bass.
25. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433-442.
26. Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 719-727.

## References

1. Goulman, D. (1998). *Robota z emotsiinym intelektom [Working with emotional intelligence]*. Bantam Books. [In Ukrainian]
2. Goulman, D. (2020). *Emotsiinyi intelekt [Emotional intelligence]*. Vivat. [In Ukrainian]
3. Guba, N., & Asatryan, S. (2022). Emotsiinyi intelekt: struktura, osoblyvosti, mozhlyvosti rozvytku [Emotional intelligence: structure, features, development opportunities]. *Psykhologia i suspilstvo*, (3), 51-59. [In Ukrainian]
4. Duchymynska, T., Kots, M., & Kulchytska, A. (2022). Emotsiinyi intelekt ta sotsialni navychky u ditei z osoblyvymy osvithnyimi potrebamy: diagnostychno-doslidnytskyi aspekt [Emotional intelligence and social skills in children with special educational needs: diagnostic and research aspect]. *Psykhologichni perspektyvy*, (39), 99-111. [In Ukrainian]
5. Zarytska, V. (2023). Emotsiinyi intelekt u strukturi osobystisnoi zrilosti [Emotional intelligence in the structure of personal maturity]. *Aktualni problemy psykhologii. Seria: Organizatsiina psykhologia, ekonomichna psykhologia*, 1(32), 112-120. [In Ukrainian]
6. Karamushka, L. M. (2023). Subyektivne blagopoluchchya personalu osvithnikh ta naukovykh organizatsii v umovakh viiny: riven vyrazhenosti ta zvyazok z koping-strategiamy [Subjective well-being of personnel of educational and scientific organizations in war conditions: manifestation and connection with coping strategies]. *Organizatsiina psykhologia. Ekonomichna psykhologia*, 1(28), 52-64. [In Ukrainian]

7. Karpenko, Ye. V. (2020). *Emotsiyni intelekt u dyskursi zhyttyezdiisnennya osobystosti [Emotional intelligence in the discourse of personal life realization]*. Posvit. [In Ukrainian]
8. Kovalchuk, O. I. (2020). Emotsiyni intelekt yak chynnyk profesiinogo zrostannya vchytelya [Emotional intelligence as a factor in professional growth of a teacher]. *Psykhologia i suspilstvo*, (4), 89-95. <https://doi.org/10.35774/pis2020.04.089> [In Ukrainian]
9. Kolchygina, A. V. (2019). Motyvatsia dosyagnennya: teoretyko-metodologichniy analiz [Achievement motivation: theoretical and methodological analysis]. *Teoria i praktyka suchasnoi psykhologii*, 1(1), 58-61. [In Ukrainian]
10. Kredentser, O. (2023). Profesiina samoefektyvnist ta yiyi rol u zabezpechenni psykholoichnogo zdorovya personalu osvithnikh organizatsii v umovakh viiny ta povoyennogo vidrodzhennya: teoretychnyi analiz problemy [Professional self-efficacy and its role in promoting psychological health of educational personnel in war conditions and post-war revival: theoretical analysis of the problem]. *Organizatsiina psykhologia. Ekonomichna psykhologia*, 2-3(29), 52-64. <https://doi.org/10.31108/2.2023.2.29.5> [In Ukrainian]
11. Logvys, O. (2020). Emotsiyni intelekt yak resurs rozvytku osobystosti [Emotional intelligence as a personal development resource]. *Psykhologichni perspektvy*, (35), 134-141. [In Ukrainian]
12. Lyasch, O. (2020). Emotsiyni intelekt yak psykholoichna kategoria [Emotional intelligence as a psychological category]. *Naukovi zapysky Instytutu psykhologii imeni G. S. Kostyuka NAPN Ukrainy*, 48(1), 215-224. [In Ukrainian]
13. Maklakov, A. G. (2001). Lichnostnyi adaptatsionnyi potentsial: ego mobilizatsia i prognozirovanie v ekstremalnykh usloviakh [Personal adaptive potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 22(1), 16-24. [In Russian]
14. Moskalenko, V. V. (2019). *Psykhologia subyektivnogo blagopoluchchya osobystosti [Psychology of subjective well-being of the individual]*. Tsentri uchbovoi literatury. [In Ukrainian]
15. Nosal, M. I. (2021). *Zvyazok emotsiynogo intelektu ta subyektivnogo blagopoluchchya u studentiv [The relationship between emotional intelligence and subjective well-being in students]*. [Qualification thesis, National Aviation University]. <https://dspace.nau.edu.ua/bitstreams/0a94c686-222b-4cfe-8049-da0f4ab74dcd/download> [In Ukrainian]
16. Nosenko, Ye. L. (2021). Psykhologichna resursnist osobystosti: ponyatiini mezhi ta strukturni komponenty [Psychological resource of the individual: conceptual boundaries and structural components]. *Psykhologichni perspektvy*, (37), 6-18. [In Ukrainian]
17. Rozenberg, M. (2021). *Nenasylhnytske spilkuvannya: Govoryty myrno v sviti, povnomu konfliktiv [Non-violent communication: speaking peacefully in a world full of conflicts]*. Sofia. [In Ukrainian]
18. Savchuk, I. V. (2021). Rezylyentnist osobystosti v umovakh sotsialnoi nestabilnosti [Resilience of the individual in conditions of social instability]. *Aktualni problemy psykhologii*, 55(1), 112-119. <https://doi.org/10.32405/2411-5203-2021-55-1-112-119> [In Ukrainian]
19. Sannikova, O. P. (1995). *Emotsiynist v strukturi osobystosti [Emotion in the structure of the individual]*. Khors. [In Ukrainian]
20. Tereschenko, K. (2025). Subyektivne blagopoluchchya osobystosti ta iogo pidtrymka v umovakh nevyznachenosti [Subjective well-being of the individual and its support in conditions of uncertainty]. *Organizatsiina psykhologia. Ekonomichna psykhologia*, 1(34). [In Ukrainian]
21. Shpak, M. M. (2016). Emotsiyni intelekt yak osobystisnyi resurs zabezpechennya psykholoichnogo blagopoluchchya molodshykh shkolyariv [Emotional intelligence as a personal resource for promoting psychological well-being of junior schoolchildren]. *Nauka i svit*, (5), 266-270. [In Ukrainian]
22. Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2000). Emotional and social intelligence: insights from the Emotional Quotient Inventory. In *Handbook of emotional intelligence* (pp. 363-388). Jossey-Bass.
23. Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Harper and Row.
24. Caruso, D. R., & Salovey, P. (2004). *The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership*. Jossey-Bass.
25. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433-442.
26. Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 719-727.

### Відомості про автора

**Лагодзінська Валентина Іванівна**, кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна.

**Lagodzinska, Valentyna**, PhD, senior researcher, Laboratory of organizational and social psychology, G. S. Kostyuk Institute of psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2691-1163>

E-mail: [vlagoda@ukr.net](mailto:vlagoda@ukr.net)

Отримано 3 березня 2025 р.  
Рецензовано 1 квітня 2025 р.  
Прийнято 7 квітня 2025 р.