

*Хуртенко О. В.* кандидат психологічних наук, доцент,  
Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського  
<https://orcid.org/0000-0002-2498-1515>

*Кобець О. В.* доктор психологічних наук, професор,  
Уманський державний педагогічний університет  
імені Павла Тичини  
<https://orcid.org/0000-0002-9096-6313>

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ РІЗНИХ КАТЕГОРІЙ МОЛОДІ ЯК ЧИННИКА ЇХНЬОЇ СОЦІАЛЬНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ

*У статті підкреслюється значущість самореалізації для успішної соціальної адаптації молоді та роль психокорекційних і психолого-педагогічних методів компенсації низької соціальної самореалізації, включно зі спеціалізованим тренінгом емоційного інтелекту. Представлено результати аналізу взаємозв'язків між трьома видами самореалізації, особистісними характеристиками, професійним стажем та емоційним інтелектом молодих дорослих. В основу дослідження покладено ідею про те, що психологічний феномен самореалізації, поєднуючи у собі виражені мотиваційний і когнітивно-оцінний компоненти, багато у чому визначає адаптаційний ресурс особистості. Результати проведеного кореляційного, дисперсійного та регресійного аналізу отриманих даних загалом підтвердили гіпотези дослідження, особливо щодо відмінностей між категоріями респондентів, які працюють, і респондентів, що навчаються, а також щодо унікальної ролі чинника розуміння емоцій в оцінці рівня самореалізації.*

**Ключові слова:** емоційний інтелект; соціальна самореалізація; особистісні характеристики; професійний стаж; адаптаційний ресурс особистості.

**Вступ.** В умовах широкомасштабної військової агресії російської федерації головною метою виховання є формування патріотично налаштованої молоді з незалежним мисленням і творчим світоглядом, яка володіє професійними знаннями, демонструє високу культуру, відповідальність і здатність ухвалювати самостійні рішення, тобто має високий потенціал самореалізації. Тому сучасна молодіжна політика орієнтована на усебічне сприяння самореалізації молоді через залучення її до волонтерського руху, різноманітних соціальних та освітніх проєктів, грантових конкурсів, професійних стартапів тощо. Між тим, незважаючи на наявні, хоча і дещо звужені в умовах військового стану можливості для самореалізації, соціальна активність молоді могли б бути вищими.

Соціальна самореалізація особливо цікава у взаємовідносинах з іншими психологічними характеристиками. Встановлено, що особи з високим рівнем соціальної самореалізації характеризуються високим рівнем соціального (динамічність у міжособистісному спілкуванні) та

емоційного (високий рівень емпатії та толерантності) видів інтелекту, гармонічнішою Я-концепцією, що поєднує високий рівень самоконтролю, прагнення до самореалізації, високий показник самоактуалізації та осмисленості життя. Також показано, що добровольча діяльність у сприйнятті молоді перестала зводитися лише до спонукованої альтруїстичними мотивами, а містить також мотиви компенсаторні та прагматичні: вигоди, особистісного зростання та розширення соціальних контактів.

Очевидно, що самореалізація зачіпає різні сфери життєдіяльності. Виокремлюють три базові сфери самореалізації - особистісну, професійну та соціальну. У структурі самореалізації індивідуальної людини певна сфера може переважати, тоді як інші відходять на другий план. Це природний процес, що відображає життєві інтереси та пріоритети особистості. Проте диспропорційно низький рівень самореалізації в одній сфері потенційно загрожує загальній психологічній адаптації - серйозна незадоволеність ступенем реалізації власного потенціалу навіть в окремих

аспектах життєдіяльності фруструє, поступово поширюючись і на інші, знижуючи мотивацію до них, спричиняючи відчуття напруженості та дискомфорту, і може потребувати адекватної психологічної корекції.

**Мета** – презентація та обговорення результатів аналізу особливостей взаємозв'язків між трьома видами самореалізації, особистісними характеристиками, професійним стажем та емоційним інтелектом різних категорій молоді.

**Теоретичне підґрунтя.** Емпіричні дані вказують на емоційний інтелект як на значущий предиктор успішної самореалізації. Люди з високим загальним фактором особистості (General Factor of Personality), який також є визнаним індикатором загальної соціальної ефективності, показують вищі результати за шкалами емоційного інтелекту [5].

Коли людина прагне якнайповніше реалізувати власні знання, таланти та здібності у соціально значущих заходах чи професійній діяльності з оточуючими, вона реалізує власну творчу, професійну, комунікативну, інтелектуальну, мотиваційну та інші сторони власного потенціалу, що ц психології поєднується з термінами «самореалізація» або «самоефективність» (self-efficacy [1]). Перший характеризує саме самооцінку людиною того, наскільки повно реалізовано її особистісний потенціал, а другий описує сприйняття людиною своєї здатності до здійснення певної діяльності на очікуваному/заданому рівні успішності та дуже часто розглядається у контексті навчальної діяльності [7]. Обидва психологічні феномени поєднують у собі яскраво виражені мотиваційний (чого людина прагне) і когнітивно-оцінний (наскільки успішно їй вдається реалізувати ці прагнення) компоненти.

Метааналіз ролі емоційного інтелекту у навчальній діяльності показує, що ті, хто навчається, із вищим рівнем емоційного інтелекту краще справляються із негативними емоціями, пов'язаними з академічною успішністю (тривога, нудьга, розчарування), завдяки здатності краще контролювати власні емоції та впливати на емоційні реакції інших, демонструють

високий потенціал успішної взаємодії з оточуючими та успішніше будують стосунки із вчителями, однолітками і сім'єю [3]. Розвинений емоційний інтелект знижує нерішучість під час побудови індивідуальних професійних траєкторій [6], посилює переживання позитивних емоцій і пригнічує/компенсує негативні, сприяючи створенню гнучкіших мисленневих моделей, що характеризуються високим творчим потенціалом, а також ефективній професійній самореалізації [11].

Здатність людей розвивати поведінкові реакції та розумові процеси, включно із проявами емоційного інтелекту, що дозволяють домагатися добробуту у житті, він є в основі більш високого рівня розвитку особистості - відповідно до ієрархії потреб А.Маслоу. Дійсно, на вищому рівні самореалізації людині властиво відчувати менше занепокоєння, ефективніше розв'язувати проблеми, що виникають, і повніше насолоджуватися можливостями, що відкриваються, що ставить емоційний інтелект серед чинників, які сприяють успішній самореалізації особистості.

Особистісні характеристики також є чинниками, що впливають на самоефективність [9]. Так, свідомість, екстраверсія та нейротизм (останній - негативно) корелюють із самоефективністю [4; 8]. Узагальнюючи, можна констатувати, що у фокусі уваги дослідників самореалізації опиняються проблеми її вікової динаміки та відмінності у ступені вираженості її видів - особистісної, соціальної та професійної. Привертають до себе увагу низькі показники соціальної самореалізації у молодих дорослих - аж до значень, що потребують психологічної компенсації.

**Методи дослідження:** тестування, опитування, математико-статистичний аналіз.

**Результати і обговорення.** Із врахуванням розглянутих вище даних щодо високого компенсаторного потенціалу емоційного інтелекту і важливості врахування особистісних характеристик під час аналізу адаптаційних можливостей молодих дорослих було сформульовано такі запитання і відповідні їм гіпотези:

яким є ступінь вираженості соціальної самореалізації (зокрема порівняно з іншими її

видами) і показників емоційного інтелекту у вибірці молодих дорослих - учасників дослідження? Відповідно, гіпотеза Н1 передбачає, що самооцінка респондентами рівня соціальної самореалізації є нижчою, ніж особистісної та професійної за істотного розкиду показників емоційного інтелекту;

чи відрізняється вираженість соціальної самореалізації та показників емоційного інтелекту між респондентами у групах працівників (тих, хто поєднує навчання у ЗВО із роботою і, відповідно, має триваліший професійний стаж) і студентів (студентів очної форми навчання, які не включені у трудову діяльність)? Гіпотеза Н2 передбачає суттєві відмінності і рівні вираженості самореалізації, але не показників емоційного інтелекту між групами працівників і студентів як потенційних предикторів самореалізації;

які чинники впливають на ступінь вираженості соціальної самореалізації за вибіркою загалом і в групах працівників і студентів, що навчаються? Відповідно, гіпотеза Н3 перевіряє взаємозв'язки професійного стажу, особистісних характеристик (першою чергою екстраверсії) і показників емоційного інтелекту, передусім здатності до розуміння емоцій (як потенційно важливого компенсаторного/адаптивного чинника) із суб'єктивним сприйняттям молодими дорослими їхньої соціальної самореалізації.

У дослідженні брали участь 110 студентів віком 18-38 років (середній вік - 22,15, SD=4,70). На момент дослідження 65 осіб були студентами очної форми навчання, тоді як решта 45 поєднували навчання з роботою за фахом. Відповідно, було виокремлено групи тих, хто навчається, і тих, хто працює. Групи не різнилися за гендерною композицією: 51 і 39 жінок і по 10 чоловіків у названих групах відповідно (значення хі-квадрата критерію 0,84 статистично не значуще,  $p=0,35$ ). До показника професійного стажу включали кількість років як роботи, так і навчання за фахом. Три види самореалізації респондентів оцінювали за допомогою Багатовимірного опитувальника самореалізації С.Кудінова (діапазон значень внутрішньої узгодженості (Cronbach's alpha) шкал тесту 0,72-0,78, коефіцієнт надійності

при повторному тестуванні 0,76 ( $p<0,01$ ).

Для оцінювання вираженості різних компонентів емоційного інтелекту застосовувався опитувальник ЕмІн Д.Люсіна (Cronbach's alpha для підшкал варіює у діапазоні 0,75-0,79). Особистісні чинники (Велика П'ятірка) респондентів вимірювалися «Big Five Inventory-2» в адаптації С.Щебетенко (Cronbach's alpha 0,84 для «сирих» балів і 0,85 для центрованих свідчить про високу внутрішню узгодженість). Анкета соціально-демографічних даних містила запитання щодо статі, віку, спеціалізації та структурного підрозділу вишу, стажу навчання/роботи. Методики заповнювалися респондентами анонімно. Участь у дослідженні була добровільною, винагороду учасникам не виплачували. Опрацювання зібраних даних здійснювалося в пакеті SPSS 26.0. за допомогою таких статистичних процедур. Для порівняння двох груп респондентів застосовували непарний t-критерій Стьюдента, для оцінювання напряму і міри взаємозв'язку перемінних розраховували лінійний коефіцієнт кореляції Пірсона, для оцінювання відносного внеску різних предикторів у розподіл значень пророкованої перемінної - соціальної самореалізації - використовували множинний регресійний аналіз.

Описові статистики усіх перемінних і крос-кореляції між ними для вибірки загалом подано у табл. 1. По-перше, необхідно було встановити, чи є відмінності в основних перемінних між групами працівників і студентів незалежно від чинника віку. Спостерігається статистично значущий зв'язок між віком і стажем за фахом ( $r=0,448$ ,  $p<0,01$ ), тоді як професійний стаж (природно, вищий у працівників), але не вік значущо позитивно корелює з основними перемінними, окрім особистісних рис (відомий їхній відносно стабільний характер упродовж життєвого циклу). Зазначимо, що мірою набуття стажу професійної діяльності знижуються показники усіх видів самореалізації. За усією вибіркою показник соціальної самореалізації ( $M=57,35$ ) істотно нижчий, ніж показники особистісної ( $M=79,44$ ) і професійної ( $M=62,43$ ) самореалізації. Попарні порівняння

## Питання психології

соціальної самореалізації з двома іншими статистично значущі ( $p < 0,001$  і  $p = 0,013$  відповідно). Та сама закономірність зберігається у разі поділу вибірки на тих, хто працює (53,21; 74,05; 57,65), і тих, хто навчається (60,23; 83,13; 65,53). Цифри у дужках відображають середні значення суб'єктивної оцінки соціальної, особистісної та професійної самореалізації (у цій послідовності) для цих підгруп відповідно. Таким чином, Н1 про відносно низьку вираженість соціальної самореалізації у цій віковій групі знаходить підтвердження. Ці результати відповідають патерну, що спостерігався у багатьох попередніх дослідженнях. Так, під час

вивчення пріоритетних сфер соціальної активності молоді виявлено, що найбільш значущими є особистісна (дозвілєво-комунікативна активність та активність у сфері саморозвитку) і професійна (освітньо-розвивальна активність) самореалізація, натомість соціальна (духовно-релігійна, добровільна та соціально-політична активності) є менш значущою для більшості студентів. Інші перемінні, задіяні у дослідженні, а саме - особистісні характеристики учасників та різноманітні показники їхнього емоційного інтелекту, перебувають у межах типових для цієї вікової групи значень.

Таблиця 1

### Описові статистичні характеристики основних перемінних та їхня крос-кореляція (N=110)

№	Пере мінні	Сер. зн.	Ст.ві дх.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Вік	22,16	4,71												
2	Стаж	2,31	1,47	0,46**	-										
3	ОР	79,43	19,34	-0,08	-0,21*	-									
4	СС	57,35	23,75	0,01	-0,22*	0,56**	-								
5	ПС	62,36	22,44	0,017	0,23*	0,57**	0,55**	-							
6	РЕ	40,99	8,33	0,09	-0,19*	0,16	0,19*	0,08	-						
7	УЕ	39,54	8,29	0,03	-0,24**	0,00	0,22	0,04	0,47**	-					
8	ЗПЕІ	79,71	14,83	0,15	-0,24**	0,10	0,20	0,05	0,71**	0,7**	-				
9	Е	39,84	8,55	0,10	0,01	-0,05	0,15	0,13	0,32**	0,3**	0,30**	-			
10	Н	37,10	8,78	-0,09	-0,04	0,14	0,00		-0,29**	-0,4**	-0,33**	-0,22**	-		
11	ВНД	42,19	8,72	0,05	-0,06	0,03	0,13	0,21*	0,21*	0,13	0,16	0,34**	-0,02	-	
12	С	45,33	10,20	0,06	-0,01	0,06	0,19*	0,31**	0,31**	0,45**	0,39**	0,29**	0,21*	0,39**	-
13	Д	42,81	7,71	-0,12	-0,10	-0,04	0,02	0,09	0,09	0,22*	0,16	0,26**	0,22*	0,32**	0,29**

Примітка: ОР - особистісна самореалізація; СС - соціальна самореалізація; ПС - професійна самореалізація; РЕ - розуміння емоцій; УЕ - управління емоціями; ЗПЕІ - загальний показник емоційного інтелекту; Е - екстраверсія; Н - нейротизм; ВНД - відкритість новому досвіду; С - сумлінність; Д - доброзичливість; \* -  $p < 0,05$ ; \*\* -  $p < 0,01$ .

У таблиці 2 узагальнено дані попарного порівняння між групами перемінних, що мають значущі кореляції із показником професійного стажу. Відсутність статистично значущих відмінностей за показниками емоційного інтелекту відображає порівнянню вираженість цього конструкту по усій вибірці відповідно до гіпотези Н2. За контрастом спостерігаються статистично

значущі (і такі, що наближаються до значущих) відмінності у рівнях особистісної ( $p = 0,01$ ) і професійної ( $p = 0,05$ ) самореалізації за вищих показників обох у групі тих, хто навчається, але не соціальної самореалізації ( $p = 0,10$ ). Іншими словами, соціальна самореалізація «просідає» порівняно з двома іншими і у респондентів, які працюють, і у респондентів, які навчаються.

**Різниця у показниках самореалізації та емоційного інтелекту між групами працівників (N = 45) і студентів (N = 65)**

Вибірка *	Середнє значення і стандартне відхилення	Різниця середніх значень **	Значення t критерія	p***
Особистісна самореалізація				
студенти	83,12 +19,59	9,04	2,63	0,01
працівники	74,09 +17,89			
Соціальна самореалізація				
студенти	60,23 +25,55	7,04	1,63	0,10
працівники	53,22 +20,45			
Професійна самореалізація				
студенти	65,55 + 22,85	7,85	1,96	0,05
працівники	57,65 +21,09			
Загальний показник соціального інтелекту				
студенти	80,53 +13,73	1,95	0,70	0,48
працівники	78,54 +16,43			
Розуміння емоцій				
студенти	41,66 +8,16	1,76	1,15	0,25
працівники	39,94 +8,45			
Управління емоціями				
студенти	40,64 +8,33	2,57	1,71	0,09
працівники	38,04 +7,93			

Примітки: \* - кількість ступенів свободи (df) — 123; \*\* різниця завжди на користь групи тих, хто навчається; \*\*\* статистична значущість.

Не зважаючи на характерну для цього вікового періоду цю тенденцію, вона потребує пояснення, а у разі потреби (низька соціальна самореалізація загрожує дезадаптацією) й адекватної компенсації, включно із засобами психологічної корекції. Для кращого розуміння чинників, що впливають на суб'єктивне сприйняття респондентами їхньої соціальної самореалізації, було протестовано кілька моделей ієрархічного регресійного аналізу з

показником соціальної самореалізації як залежною перемінною та професійним стажем, особистісними характеристиками Великої П'ятірки і деякими параметрами емоційного інтелекту як предикторами - окремо для тих, хто працює, та тих, хто навчається. Лише одна модель, що використовує як предиктори показники екстраверсії та розуміння емоцій, виявила статистично значущі закономірності (табл. 3).

Таблиця 3

**Регресійний аналіз показника соціальної самореалізації як залежної перемінної по групах працівників (N = 45) і студентів (N = 65)**

Перемінні	r	R	R2	R2 change	Sign. F	Final $\beta$
Професійний стаж	-0,35**/0,02	0,35/0,02	0,11/0,00	0,11/0,00	0,02/0,87	-0,41**
Екстраверсія	0,17/0,20*	0,35/0,22	0,12/0,04	0,01/0,03	0,39/0,07	0,22/0,08
Розуміння емоцій	-0,11/0,37**	0,45/0,36	0,22/0,12	0,08/0,08	0,03/0,01	-0,32*/0,34**

Примітки: r - коефіцієнт кореляції нульового рівня; R - множинний коефіцієнт кореляції; R2 - квадрат множинного коефіцієнта кореляції; R2 change - пропорція покрової зміни R2; Sign. F - статистична значущість зміни; Final  $\beta$  - підсумковий коефіцієнт регресії для кожного предиктора; \* p<0,05; \*\* p<0,01.

Загальна пояснювальна здатність моделі становила 20,4% і 13,5% - відповідно для груп працівників і студентів. Причому виявлені взаємозв'язки були для них практично діаметрально протилежні. Професійний стаж є значущим негативним предиктором соціальної самореалізації у працівників (b=-0,41, p<0,01), самостійно пояснюючи до 11,6% розкиду значень

залежної перемінної, тоді як у студентів цей чинник практично не береться до уваги (b=0,02, ns). В обох групах екстраверсія є позитивним, але статистично незначущим предиктором. У студентів цей показник має вигляд тенденції, наближаючись до статистично значущої величини з унікальним внеском у пояснювальну спроможність моделі 4,1% (p=0,07). Нарешті, статистично

значущим предиктором для обох груп є показник розуміння емоцій, але його внесок має протилежну спрямованість. У працівників він від'ємний ( $b=-0,33$ ,  $p<0,05$ ) і пояснює 8,2% ( $p=0,03$ ) розкиду значень залежної перемінної. Відповідні значення показника розуміння емоцій у тих, хто навчається:  $b=0,33$ ,  $p<0,01$  і 9,3%,  $p=0,01$ .

Аналогічні дані: педагоги із високим рівнем професійного вигорання, що накопичується у тривалій професійній діяльності, яка не приносить задоволення (тривалий стаж корелює зі зростанням незадоволеності), характеризуються постійно зниженим фоном настрою і вираженим скептицизмом, їхня активність (включно із соціально орієнтованою) перестає бути цілеспрямованою і продуктивною. Основою їхньої професійної мотивації є переважно негативні мотиви (страх втратити роботу, втратити стимульовальні виплати, отримати стягнення тощо). Такі педагоги замислюються про те, щоб щось кардинально змінити у своєму житті на краще, але їм складно розібратися у власних емоціях і зрозуміти емоції інших людей.

Таким чином, у межах відповіді на третє дослідницьке запитання статистично значуще підтвердження отримала лише унікальна роль емоційного інтелекту, хоча характер його взаємовідносин з іншими перемінними принципово різниться у тих, хто працює, і тих, хто навчається. У перших розуміння емоцій (власних і оточуючих людей) може робити додатковий внесок у гостріше усвідомлення незатребуваності соціальної активності у здійсненні молодими дорослими їхньої професійної активності - ані вони самі, ані їхні колеги не надають великого значення поведінці, що не підкріплена прагматичними інтересами. Відповідно, висока чутливість до емоцій дозволяє їм швидше і точніше це відчути. Натомість представникам другої групи (які поки що не відчувають на собі тиску сфокусуватися суто на професійній кар'єрі та є відкритими для інших видів соціально зорієнтованої діяльності) вищий рівень розуміння емоцій може допомогти визначити, яку саме соціальну активність та яких партнерів для її реалізації обрати та оптимізувати ступінь своєї залученості до неї.

**Висновки.** Отримані результати характеризують вибірку із переважанням осіб жіночої статі, а також молоді, формально не залученої до соціальних проєктів. Така вибірка є достатньо репрезентативною і має типові для більшості молодих дорослих у системі вищої освіти характеристики. Це стосується як загальних для усієї вибірки перемінних (особистісні показники, рівень емоційного інтелекту і низька вираженість соціальної самореалізації), так і тих, що увиразнюють відмінності усередині вибірки (вищі показники особистісної та професійної самореалізації у тих, хто навчається, порівняно з тими, хто працює). Роль професійного стажу (на відміну від віку) явно простежується у відмінності динаміки самореалізації, але не в особистісних характеристиках і не у показниках емоційного інтелекту. Зі збільшенням стажу усі види самореалізації мають тенденцію до зниження.

Встановлено різний характер зв'язку між виокремленими перемінними та рівнем соціальної самореалізації у студентів і працівників. Професійний стаж є значущим негативним предиктором вираженості соціальної самореалізації у працівників. Здатність до розуміння емоцій знижує оцінку соціальної самореалізації у працівників, але підвищує її у студентів. Як у респондентів, які працюють, так і у респондентів, які навчаються, екстраверсія є позитивним, але статистично незначущим предиктором соціальної самореалізації.

Низька соціальна самореалізація молоді створює потенційні виклики соціально-психологічній адаптації, ефективності професійної діяльності та міжособистісних контактів, але підходити до розв'язання цієї проблеми, зокрема способами психологічних корекційних впливів, можна по-різному. Під час проведення психокорекційних заходів із молоддю, що працює, необхідно приділяти увагу гармонізації Я-концепції та розвитку емоційного інтелекту, зокрема, розумінню власних і чужих емоцій. У міру набуття стажу роботи молоді люди розчаровуються у професійній діяльності, у них може розвиватися професійне вигорання, надмірна самокритичність, зниження соціальної активності, ініціативності та наполегливості.

Раннє розпізнавання подібних тенденцій самими молодими людьми (завдяки вищому емоційному інтелекту і, зокрема, кращому розумінню емоцій) може дозволити їм раніше та активніше шукати та успішно знаходити способи компенсації, наприклад, розподіляючи увагу і спрямовуючи зусилля на досягнення різних взаємодоповнювальних цілей замість концентрації їх на одній (наприклад, професійній кар'єрі чи матеріальному благополуччі).

У межах психолого-педагогічного супроводу молодих людей, що навчаються, кураторам навчальних груп можна порекомендувати проводити заходи, спрямовані на залучення студентів до суспільно корисної, культурно-масової та спортивної діяльності, формувати соціоцентричну мотивацію, використовувати ефективні методи командування, а також залучати студентів до участі у стартапах і різноманітних проектах підприємницької спрямованості. Результативність подібних видів активності багато у чому визначатиметься здатністю студентів розумно їх балансувати, знаходити надійних партнерів та однодумців, прогнозувати успішність власних зусиль за реакцією людей, залучених до проектів, та їхньої цільової аудиторії. З підвищенням рівня емоційного інтелекту студентів підвищується їхня подальша підприємницька самоефективність, особливо для тих з них, які приділяють більше уваги прикладній та інноваційній освіті [10].

Також у роботі психолога зі студентами є сенс використовувати техніки практичної

психології, спрямовані на підвищення внутрішнього ресурсного потенціалу самореалізації особистості та, зокрема, на розвиток емоційного інтелекту за допомогою проведення відповідних психологічних тренінгів. У метааналізі ефективності тренінгу емоційного інтелекту підтвердилася наявність статистично значущої величини ефекту  $r=0,52$  [2]. Тренінг емоційного інтелекту спричинив збільшення показника розуміння емоцій значно більше, ніж інших шкал ( $r=0,67$ ). Можливо, що тренінг розвитку емоційного інтелекту має найбільший ефект на ті компетенції, які є важливими для академічної успішності підтверджує більший приріст саме здатності до розуміння емоцій. Таким чином, програми тренінгу емоційного інтелекту мають потенціал позитивного впливу також на академічну успішність та опосередковано - на соціальну та особистісну самореалізацію молодих дорослих.

Безумовно, перспективними для концептуального розуміння досліджуваних психологічних феноменів вбачаються також подальші дослідження, спрямовані на: порівняльний аналіз показників соціальної самореалізації волонтерів і молоді, яка не бере участі у неформальних соціально зорієнтованих заходах; зіставлення даних, отриманих на вибірках з різною гендерною композицією; поглиблення аналізу характеру зв'язку між соціальною самореалізацією та особистісними психологічними характеристиками респондентів, включно із різними аспектами їхнього емоційного і соціального інтелекту.

### Список використаних джерел

1. Bandura A. (1986) The explanatory and predictive scope of self-efficacy theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*. Vol. 4(3), 359-373. DOI:10.1521/jscp.1986.4.3.359
2. How efficient are emotional intelligence trainings: A meta-analysis / Hodzic S. [et al.]. *Emotion Review*. 2018. Vol. 10, 138-148. DOI:10.1177/1754073917708613
3. Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis / MacCann C. [et al.]. *Psychological Bulletin*. 2020. Vol. 146(2), 150-186. DOI:10.1037/bul0000219
4. Marcionetti J., Rossier J. (2016) Global life satisfaction in adolescence: The role of personality traits, self-esteem, and self-efficacy. *Journal of Individual Differences*. Vol. 37(3), 135-144. DOI:10.1027/1614-0001/a000198
5. Overlap between the general factor of personality and emotional intelligence: A meta-analysis / van der Linden D. [et al.]. *Psychological Bulletin*. 2017. Vol. 143(1), 36-52. DOI:10.1037/bul0000078
6. Saka N., Gati I., Kelly K.R. (2008) Emotional and personality-related aspects of career decision-making difficulties. *Journal of Career Assessment*. Vol. 16, 403-424.
7. Schunk D.H., DiBenedetto M.K. (2016) Self-efficacy theory in education / In: K.R.Wentzel & Miele D.B. (Eds.). *Handbook of motivation in school*, 33-55.
8. Social cognitive career theory, conscientiousness, and work performance: a meta-analytic path analysis / Brown S.D. [et al.]. *Journal of Vocational Behavior*. 2011. Vol. 79, 81-90. DOI:10.1016/j.jvb.2010.11.009

9. Test of three conceptual models of influence of the big five personality traits and self-efficacy on academic performance: a meta-analytic path-analysis / Stajkovic A.D. [et al.]. *Personality and Individual Differences*. 2018. Vol. 120, 238-245. DOI:10.1016/j.paid.2017.08.014
10. The Relationship between Emotional Intelligence and Entrepreneurial Self-Efficacy of Chinese Vocational College Students / Wen Y. [et al.]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17(12), 4511. DOI:10.3390/ijerph17124511
11. Tugade M.M., Fredrickson B.L. (2001) "Positive emotions and emotional intelligence" // *The Wisdom of Feelings: Processes Underlying Emotional Intelligence*. In Barrett L.F., Salovey P. (eds.). New York, NY: Guilford, 145-167.

### Summary

**Khurtenko O.** Candidate of psychological sciences, Associate professor, Vinnytsia State Pedagogical University named after Mykhailo Kotsvubynskiy

**Kobets O.** Doctor of psychological sciences, Full Professor, Uman State Pedagogical University named after Pavlo Tychyna

### PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF DIFFERENT CATEGORIES OF YOUTH AS A FACTOR OF THEIR SOCIAL SELF-REALIZATION

**Introduction.** In the context of the large-scale military aggression of the Russian Federation, the main goal of education is to form patriotic young people with independent thinking and creative outlook, who have professional knowledge, demonstrate high culture, responsibility and the ability to make independent decisions, i.e. have a high potential for self-realisation. Meanwhile, despite the opportunities for self-realisation that exist, albeit somewhat limited under martial law, the social engagement of young people could be higher.

**Purpose** - presentation and discussion of the results of the analysis of the peculiarities of the relationship between the three types of self-realisation, personal characteristics, professional experience and emotional intelligence of different categories of youth.

**Methods** - testing, surveys, mathematical and statistical analysis.

**Originality.** The results of the analysis of relationships between three types of self-realisation, personal characteristics, professional experience and emotional intelligence of young adults are presented. The research is based on the idea that the psychological phenomenon of self-realisation, combining expressed motivational and cognitive-evaluative components, largely determines the adaptive resource of the individual. The results of the conducted correlation, dispersion and regression analysis of the obtained data generally confirmed the research hypotheses, especially regarding the differences between the categories of respondents who work and respondents who are studying, as well as regarding the unique role of the factor of understanding emotions in assessing the level of self-realization.

**Conclusion.** The results obtained characterise a sample with a predominance of females and young people not formally involved in social projects. This sample is quite representative and has characteristics typical of most young adults in the higher education system. This applies to both variables common to the entire sample (personal indicators, level of emotional intelligence and low social self-realisation) and those that highlight differences within the sample (higher indicators of personal and professional self-realisation among those who study compared to those who work). The role of professional experience (as opposed to age) is clearly evident in the differences in the dynamics of self-realisation, but not in personal characteristics or emotional intelligence. With increasing length of service, all types of self-realisation tend to decrease.

A different nature of the relationship between the selected variables and the level of social self-realisation in students and employees has been established. Professional experience is a significant negative predictor of the severity of social self-realisation in employees. The ability to understand emotions reduces the assessment of social self-realisation in employees, but increases it in students. For both employees and students, extraversion is a positive but statistically insignificant predictor of social self-realisation.

**Keywords:** emotional intelligence; social self-realisation; personal characteristics; professional experience; adaptive resource of a personality.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 29.10.23.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 30.12.23.

© 2024. This work is under an open license [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).