

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРІУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

До захисту допустити:

В.о. завідувача кафедри



Олена БЛАШКОВА

«08» травня 2025 р.

**«Розвиток соціального інтелекту у майбутніх психологів:
психологічні особливості».**

Кваліфікаційна робота
здобувачки вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої
освіти освітньо-професійної програми
«Практична психологія»

Гусар Маргарити Олександрівни

Науковий керівник:

Блашкова Олена Миколаївна

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри практичної психології

Рецензент: Дуткевич Т. В., кандидат
психологічних наук, професор, професор кафедри
психології освіти Кам'янець-Подільського
національного університету імені Івана Огієнка

Кваліфікаційна робота захищена
з оцінкою 70/D/задовільно

Секретар ЕК



Ольга РЕБРО

«12» червня 2025р.

Київ – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ.....	7
1.1. Поняття, структура та компоненти соціального інтелекту в сучасній психології.....	7
1.2. Взаємозв'язок соціального та емоційного інтелекту	19
1.3 Роль соціального інтелекту у професійній підготовці майбутніх психологів	25
Висновки до розділу 1.....	29
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	31
2.1 Теоретичне обґрунтування методів дослідження	31
2.2. Аналіз результатів констатувального дослідження	36
2.3 Порівняльний аналіз соціального та емоційного інтелекту за результатами методик.....	40
2.4 Програма розвитку соціального та емоційного інтелекту у майбутніх психологів.....	43
ВИСНОВКИ	48
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	50

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасне суспільство переживає глибокі зміни у сфері міжособистісної комунікації, що зумовлює зростаючу потребу у спеціалістах, здатних ефективно орієнтуватися в соціальному середовищі, передбачати поведінку інших та гнучко адаптуватися до складних соціальних взаємодій. Особливо це стосується майбутніх психологів, для яких соціальна чутливість, комунікативна гнучкість та емоційна стабільність є не лише бажаними, а й критично необхідними професійними характеристиками.

У цій професії успішна діяльність передбачає наявність розвиненого соціального інтелекту – здатності розуміти соціальні контексти, передбачати наміри інших, а також ефективно реалізовувати свою поведінку у складних ситуаціях спілкування. У ситуації соціальної турбулентності, в якій сьогодні перебуває українське суспільство, формування у студентів-психологів навичок соціального прогнозування, емпатії та конструктивної взаємодії набуває особливої значущості.

Незважаючи на важливість цієї проблематики, в українському науковому дискурсі бракує комплексних емпіричних досліджень, присвячених процесу розвитку соціального інтелекту у студентів саме психологічних спеціальностей. Залишається недостатньо вивченим і взаємозв'язок соціального та емоційного інтелекту, хоча саме їх синергія забезпечує ефективну професійну взаємодію.

Під час теоретичного аналізу були опрацьовані праці як вітчизняних, так і зарубіжних учених, що заклали основу сучасного розуміння феномену соціального та емоційного інтелекту. Зокрема, до класиків цього напрямку належать Дж. Гілфорд, М. О'Салліван, Д. Гоулман, П. Саловей, Дж. Майєр, Н. Кентор. Їхні концепції створили теоретичне підґрунтя для подальших досліджень. В Україні проблематика соціального інтелекту розроблялася такими науковцями, як Л. Карамушка, О. Кирилюк, В. Москаленко, І. Стрілецька, В. Левченко, Ю. Ємельянов. Водночас формування соціально-емоційної компетентності у контексті професійної підготовки психологів

розглядається в працях Т. Яновської, О. Самсоненко, С. Ситнік, О. Гелевер, С. Дерев'янка, С. Коваль, В. Даневської та інших.

Методологічний інтерес становлять і дослідження, присвячені вимірюванню та розвитку емоційного інтелекту (Е. Носенко, А. Четверик-Бурчак, Н. Холл, Д. Шутте), які відкривають перспективи цілісного підходу до формування ключових соціально-психологічних характеристик майбутніх фахівців.

Отже, наукове осмислення природи соціального інтелекту та його зв'язку з емоційною сферою особистості студентів-психологів не лише підтверджує актуальність обраної теми, а й обґрунтовує доцільність проведення емпіричного дослідження в цьому напрямі з метою створення ефективних психолого-педагогічних засобів розвитку професійної готовності майбутніх психологів.

Об'єкт дослідження: соціальний інтелект особистості.

Предмет дослідження: психологічні особливості розвитку соціального інтелекту майбутніх психологів.

Мета дослідження: виявити особливості розвитку соціального інтелекту у студентів-психологів та визначити його взаємозв'язок з емоційним інтелектом і вербальною експресією.

Гіпотеза дослідження – ми припускаємо, що майбутні психологи з вищим рівнем емоційного інтелекту (за методиками Н. Холла та SSEIT) демонструють вищий рівень соціального інтелекту, зокрема за показниками вербальної експресії (субтест Дж. Гілфорда і М. О'Салліван), що свідчить про взаємозв'язок між емоційною та соціальною складовими міжособистісного спілкування.

Об'єкт, предмет та мета дослідження обумовлюють постановку наступних завдань:

1. Дослідити рівень розвитку соціального інтелекту у студентів-психологів з використанням методик.

2. Проаналізувати теоретичні підходи до розуміння соціального інтелекту в сучасній психології.
3. Визначити структурні компоненти соціального інтелекту, релевантні для майбутніх психологів.
4. Проаналізувати особливості розвитку соціального інтелекту у студентів спеціальності «Психологія» в контексті професійної комунікативної готовності.

Наукова новизна дослідження:

- уточнено зміст поняття «соціальний інтелект» як інтегративної характеристики, що поєднує когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти;
- обґрунтовано психологічні умови ефективного розвитку соціального інтелекту в студентів-психологів;
- встановлено особливості прояву емоційного інтелекту в студентської молоді та виявлено кореляційний зв'язок між рівнями ЕІ та здатністю до соціальної інтерпретації;
- запропоновано діагностичну модель, що дозволяє оцінити рівень розвитку окремих компонентів соціального інтелекту у майбутніх фахівців.

Теоретичне значення дослідження:

- Робота розширює наукові уявлення про структуру та функціональні характеристики соціального інтелекту як важливого компонента професійної компетентності психолога.
- Уточнено та систематизовано підходи до розуміння взаємозв'язку соціального й емоційного інтелекту на основі сучасних вітчизняних і зарубіжних досліджень.
- Узагальнено психологічні чинники, що сприяють формуванню соціального інтелекту в умовах освітнього середовища вищого закладу освіти.

Практичне значення дослідження:

- Результати можуть бути використані в діяльності викладачів психологічних дисциплін для розробки навчальних програм, тренінгових занять, спрямованих на розвиток емоційно-соціальної компетентності студентів.

- Ретельно підібрані діагностичні методики та інтерпретаційна схема результатів дозволяють здійснювати психодіагностику рівня розвитку соціального та емоційного інтелекту в студентської молоді.

Методи дослідження: аналіз, синтез, систематизація, зіставлення, класифікація науково-психологічних джерел інформації, що дозволили узагальнити та систематизувати погляди вчених на проблему; а також емпіричні, серед яких: субтест 3 "Вербальна експресія" (Дж. Гілфорд, М. О'Салліван), тест емоційного інтелекту (EQ) Н. Холла, шкала емоційного інтелекту Schutte Self Report Emotional Intelligence Test (SSEIT).

Структура кваліфікаційної роботи складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел, який охоплює 46 найменувань. Загальний обсяг роботи складає 54 сторінки. Робота містить 2 таблиці, 4 рисунки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ

1.1. Поняття, структура та компоненти соціального інтелекту в сучасній психології

На сьогодні поняття соціального інтелекту (CI) посідає центральне місце у психологічній науці як чинник, що визначає ефективність соціальних контактів та здатність особистості до конструктивної взаємодії з оточенням, а також його зв'язку з емоційним інтелектом (EI), що забезпечує гнучку поведінку особистості в соціальному середовищі.

У вітчизняній психологічній науці емоційний інтелект (EI) розглядається як інтегральна індивідуально-психологічна характеристика, що сприяє ефективному функціонуванню особистості в міжособистісному, соціальному та професійному середовищах. Особливу увагу цьому феномену приділяють Е. Носенко та А. Четверик-Бурчак, які у курсі лекцій «Теорія емоційного інтелекту» висвітлюють EI не лише як когнітивно-емоційну здатність, а як ключову детермінанту адаптації, успішності та самореалізації людини в сучасному суспільстві [27].

Авторки акцентують на тому, що емоційний інтелект має багатоаспектну структуру, яка включає в себе самосвідомість, самоконтроль, мотивацію, емпатію та соціальні навички. Особливо важливими вони вважають такі елементи, як самомотивування, регуляція емоцій і здатність до самоспостереження, оскільки саме ці властивості забезпечують гнучкість поведінки та здатність ефективно реагувати на життєві труднощі. У своїх дослідженнях авторки підкреслюють, що високий рівень емоційного інтелекту позитивно корелює з показниками академічної та професійної успішності, а також із рівнем психоемоційного благополуччя. З точки зору авторок, емоційний інтелект не є вродженою характеристикою, а може розвиватися упродовж життя, зокрема через психолого-педагогічні засоби: тренінги

емоційної регуляції, вправи на розвиток емпатії, когнітивну рефлексію, роботу з ціннісними орієнтаціями та життєвими цілями.

Вони також зазначають, що формування емоційного інтелекту особливо важливе для фахівців «людиноцентричних» професій, зокрема психологів, педагогів, соціальних працівників. Для цих категорій ЕІ є базою для побудови ефективної взаємодії, підтримання емоційного контакту, профілактики професійного вигорання. Н. Кентор у своїй роботі визначає *соціальний інтелект* як складне утворення, що включає практичну кмітливість, здатність до розуміння мовленнєвої інформації, а також елементи соціальної та комунікативної компетентності [17, 97с.]. Ці компоненти відображають когнітивну, емоційну та поведінкову складові соціального інтелекту.

Соціальний інтелект, за О. І. Рубаном, є одним з основних чинників формування толерантної та адаптивної поведінки у студентів [32].

У сучасних дослідженнях також розглядається зв'язок соціального інтелекту з іншими психологічними конструкціями, такими як емоційний інтелект, рефлексивність та адаптивність. Наприклад, в роботі І. Стрілецької соціальний інтелект розглядається як інтегральний конструкт, що забезпечує поведінку особистості в комунікативній взаємодії, включаючи здатність до ментальної діяльності, яка забезпечує конструювання образу реальності та розуміння соціальної поведінки [41, 21-25с.].

На думку О. С. Луценко, структура соціального інтелекту включає когнітивний, емоційний і поведінковий рівні, що відображаються у комунікативній поведінці особистості [24].

Дослідження також вказують на важливість розвитку соціального інтелекту в процесі професійної підготовки майбутніх психологів. У роботі Е. Івашкевич підкреслюється, що соціальний інтелект є ключовим чинником у професійній діяльності педагога, оскільки він забезпечує ефективну взаємодію з учнями та колегами, сприяє розумінню соціальних ситуацій та прийняттю адекватних рішень .

У сучасній психології соціальний інтелект розглядається як окрема форма інтелектуальної діяльності, яка забезпечує успішну адаптацію особистості в соціумі, її здатність до ефективної взаємодії, розуміння інших людей та соціальних ситуацій. Е. Торндайк, першим увівши термін «соціальний інтелект», трактував його як здатність ефективно взаємодіяти з іншими людьми, розуміючи їхню поведінку та адекватно реагуючи в соціальних ситуаціях. [26, 82с.].

Т. І. Кочубей розглядає соціальний інтелект як базовий компонент комунікативної компетентності, що проявляється у вмінні враховувати інтереси й реакції інших [19].

Соціальний інтелект виступає інтегральною характеристикою особистості, що включає сукупність когнітивних, емоційних та поведінкових компонентів. Він відображає не лише знання про соціальні норми й очікування, а й уміння адекватно реагувати в міжособистісних ситуаціях, приймати рішення, враховуючи соціальний контекст, а також ефективно спілкуватися з різними людьми в різноманітних умовах.

Значення соціального інтелекту в контексті міжособистісного спілкування студентської молоді висвітлює Т. Є. Гаврилова, акцентуючи увагу на його впливі на якість взаємодії та комунікативну культуру [5].

У працях Л. Карамушки соціальний інтелект визначається як багаторівнева система, що забезпечує адаптивність особистості в соціумі завдяки здатності до розуміння намірів, емоцій, мотивів і поведінки інших людей. Авторка підкреслює, що соціальний інтелект є засобом інтеграції раціональних та емоційних процесів, а тому нерозривно пов'язаний із розвитком таких характеристик, як емоційна саморегуляція, емпатія, соціальне прогнозування та рефлексія [15, 147с.].

Л. Карамушка вважає, що важливою умовою розвитку соціального інтелекту є здатність особистості до емоційної стабільності та регуляції власних реакцій, що дозволяє зберігати адекватність у складних комунікативних ситуаціях. Емпатія, у свою чергу, забезпечує глибоке

розуміння емоційного стану іншої людини, а здатність до соціального прогнозування дозволяє передбачати можливі варіанти розвитку подій у взаємодії, обираючи найбільш конструктивні стратегії поведінки.

Соціальний інтелект у розумінні Л. Карамушки не обмежується лише здатністю до логічного аналізу соціальних ситуацій, а є універсальним психологічним ресурсом, що забезпечує ефективну адаптацію та соціальну компетентність особистості. Його розвиток є особливо актуальним у професійній підготовці психологів, адже саме ця група фахівців має справу з високим рівнем міжособистісної взаємодії, емоційного навантаження та необхідністю гнучкого соціального реагування.

Основу структури соціального інтелекту складають такі компоненти:

1. **Соціальне розуміння** — здатність інтерпретувати поведінку інших людей, розпізнавати мотиви, наміри, емоції. Цей компонент включає когнітивний аспект соціальної перцепції [16, 69с.].
2. **Соціальна чутливість** — здатність до емоційного резонансу з іншими, емпатія, уважність до контексту взаємодії [26, 91с.].
3. **Соціальне прогнозування** — уміння передбачати наслідки власної та чужої поведінки в соціальній ситуації, планування дій у міжособистісному просторі [37, 34с.].
4. **Комунікативна компетентність** — ефективне володіння вербальними й невербальними засобами комунікації [5, 48с.].

У популярній психологічній літературі соціальний інтелект подається як важлива навичка налагодження стійких міжособистісних зв'язків, що дозволяє людині підтримувати здорові соціальні відносини та уникати конфліктів. Нова наука про людські відносини», де підкреслюється його значення у формуванні стійких і конструктивних соціальних зв'язків [39].

К. Сіваш у своєму дослідженні наголошує на функціональній ролі соціального інтелекту в процесі адаптації особистості до соціального середовища, підкреслюючи його динамічність і пластичність [37, 33с.].

Соціальний інтелект, на думку автора, можна розглядати як здатність до рефлексивної оцінки поведінки інших людей та власної участі в міжособистісних процесах.

Значну увагу соціальному інтелекту приділено в роботах українських науковців, що вивчають його розвиток у майбутніх психологів. Так, О. Кирилюк акцентує на тому, що соціальний інтелект є однією з ключових складових професійної компетентності фахівця-психолога, зокрема в контексті побудови ефективної взаємодії з клієнтом [18, 145с.].

У своїх дослідженнях авторка наголошує, що соціальний інтелект забезпечує готовність майбутнього психолога до конструктивного діалогу, допомагає йому краще розуміти особливості сприйняття та поведінки інших людей, а також формувати міжособистісну довіру. Саме через соціальний інтелект реалізується здатність фахівця враховувати невербальні сигнали, інтерпретувати соціальний підтекст повідомлень, адаптуватися до стилю спілкування клієнта та гнучко реагувати на зміну психологічного стану співрозмовника.

Крім того, О. Кирилюк підкреслює, що формування соціального інтелекту в процесі професійної підготовки має здійснюватися не лише через засвоєння теоретичних знань, а й через практичну діяльність, що включає рольові ігри, тренінги, симуляційні ситуації, аналіз кейсів. Такий підхід дозволяє студентам не лише інтелектуально усвідомити значення соціального інтелекту, але й розвивати здатність до емоційного реагування, адаптивного спілкування та етичної взаємодії в контексті реальної психологічної практики.

У цілому, позиція О. Кирилюк дозволяє розглядати соціальний інтелект не як окрему рису, а як професійно значущий ресурс, що впливає на якість консультативної, психодіагностичної та психокорекційної діяльності. Його розвиток слід вважати стратегічним завданням у процесі професійного становлення майбутніх психологів.

Науковці також виокремлюють тісний взаємозв'язок соціального та емоційного інтелекту. В. Москаленко у своїх працях акцентує увагу на тому,

що розвиток емоційної регуляції є фундаментом формування соціального інтелекту, оскільки здатність адекватно розпізнавати, інтерпретувати й контролювати власні емоції є передумовою для глибшого розуміння соціальних сигналів і міжособистісної взаємодії [26, 94с.].

Авторка підкреслює, що емоційний інтелект виступає внутрішньою основою соціального - зокрема, через такі складові, як емпатія, емоційна самосвідомість, мотивація та вміння керувати емоційними станами. Ці риси створюють підґрунтя для соціального прогнозування, встановлення довірливих контактів, розуміння мотивів поведінки інших людей та гнучкої реакції у складних ситуаціях спілкування.

За В. Москаленко, емоційна зрілість особистості прямо впливає на якість її соціальних контактів, оскільки дозволяє уникати імпульсивних реакцій, забезпечує здатність зберігати конструктивність у конфліктних ситуаціях, демонструвати чутливість до соціального контексту. Людина, яка володіє високим рівнем емоційної регуляції, краще адаптується до змін у соціальному середовищі, здатна до конструктивного діалогу та швидшого відновлення після емоційних перевантажень.

Таким чином, соціальний інтелект є багатовимірною структурою, що поєднує когнітивні, афективні та поведінкові елементи, які забезпечують ефективну взаємодію особистості у соціальному середовищі. Його формування є необхідною умовою професійного розвитку майбутнього психолога, зокрема в контексті розвитку консультативних, діагностичних та комунікативних навичок.

У дослідженнях С. Кулачківської [21, 83с.] зазначається, що соціальний інтелект не є вродженою характеристикою, а формується поступово, у процесі соціалізації особистості, професійного навчання та міжособистісної практики. Саме в юнацькому віці, коли актуалізується потреба у встановленні глибших соціальних зв'язків, формування соціального інтелекту стає особливо інтенсивним.

У контексті підготовки майбутніх психологів важливо розглядати соціальний інтелект не лише як особистісну якість, а як професійно необхідну компетентність. Саме на основі розвиненого соціального інтелекту фахівець здатен налагоджувати контакт із клієнтами, розпізнавати приховані смисли в комунікації, демонструвати толерантність, емпатію та професійну дистанцію.

Сучасна психологічна наука пропонує низку підходів до розуміння структури соціального інтелекту. Зокрема, у працях українських дослідників (Л. Савченко, О. Кирилюк) зустрічається поділ на когнітивний, афективний і поведінковий рівні [33, 146с.].

Когнітивний рівень - це знання про соціальні норми, розуміння причин поведінки інших, навички оцінювання ситуацій міжособистісної взаємодії.

Афективний рівень - емпатія, толерантність, чутливість до емоційного стану іншої людини.

Поведінковий рівень - здатність ефективно діяти в різних соціальних ситуаціях, регулюючи власну поведінку відповідно до контексту.

Дослідники також звертають увагу на тісний зв'язок соціального інтелекту з емоційним інтелектом, який вважається його афективною основою. У роботі С. Дерев'янка акцентовано, що розуміння емоцій, емоційна саморегуляція та управління міжособистісними емоційними ситуаціями становлять фундамент соціально інтелігентної поведінки [9, 42с.].

Як зазначає Г. Крайг, юнацький вік є чутливим періодом для розвитку емоційних і соціальних здібностей, зокрема емпатії, саморефлексії та соціальної відповідальності, що прямо впливає на становлення професійних якостей у майбутніх психологів [20].

У професійній діяльності психолога соціальний інтелект проявляється через здатність:

- встановлювати контакт із клієнтом;

- виявляти й інтерпретувати емоційні та поведінкові сигнали;

- ефективно будувати діалог у межах психологічного консультування;

підтримувати конструктивні стосунки з колегами та соціальним оточенням [16, 73с.].

Отже, соціальний інтелект є не лише психічною властивістю, а й комплексною міждисциплінарною категорією, що поєднує психологічні, соціологічні та педагогічні підходи. Його розвиток є критично важливим у системі професійної підготовки фахівців психологічного профілю, а самі компоненти соціального інтелекту повинні формуватися цілеспрямовано – як через навчальні дисципліни, так і через практику, тренінги, саморефлексію та супервізію.

Окрім розглянутих структурних елементів, у сучасних дослідженнях усе частіше підкреслюється важливість інтегративного підходу до соціального інтелекту, який об'єднує когнітивні здібності, емоційну чутливість та поведінкову пластичність. Зокрема, Д. Бріер у своїй концепції травмофокусованої психотерапії розглядає соціальний інтелект як внутрішній ресурс, що дозволяє особистості адаптуватися до соціальної взаємодії навіть у складних умовах (травматичних переживаннях, конфліктних ситуаціях), завдяки гнучкості мислення, здатності до співпереживання й регуляції власних емоцій [4, 228с.].

З позицій практичної психології, соціальний інтелект є не лише внутрішньою здатністю, але й навичкою, яка розвивається через досвід взаємодії, навчання, групову роботу та супервізію. Наприклад, у контексті підготовки студентів-психологів соціальний інтелект реалізується через участь у тренінгах міжособистісної комунікації, рольових іграх, моделюванні клієнтських ситуацій тощо [21, 84с.].

Особливу роль у розвитку компонентів соціального інтелекту відіграють такі методи:

рефлексивні практики (щоденники самоспостереження, психологічні есе);

психодіагностичні методики, які дозволяють студентам не лише оцінити власний рівень соціального інтелекту, а й усвідомити важливість його розвитку для професії;

групова динаміка, яка стимулює взаємне навчання та соціальне моделювання.

У цьому контексті роль викладача-психолога полягає не лише в передачі знань, а й у створенні безпечного освітнього середовища, яке підтримує розвиток емпатії, соціальної чутливості та конструктивного спілкування.

Підсумовуючи, соціальний інтелект виступає важливою умовою професійного становлення майбутнього психолога. Його структура охоплює не тільки розуміння інших людей, але й здатність управляти соціальною взаємодією, регулювати себе в ній, будувати ефективні комунікативні стратегії, що є фундаментальними у роботі психолога-консультанта, психотерапевта, тренера чи науковця.

Значний внесок у дослідження соціального інтелекту в контексті особистісного розвитку зробив І. Бех, який розглядає його як механізм «олюднення» індивідуальної поведінки, що забезпечує орієнтацію особистості на моральні норми та гуманістичні цінності [3, 117с.]. Він підкреслює, що соціальний інтелект є не лише функціональним інструментом комунікації, а й глибокою світоглядною установкою особистості, яка передбачає прийняття Іншого як рівноцінного партнера у взаємодії.

Сучасні концепції розглядають соціальний інтелект у взаємозв'язку з розвитком моральної свідомості, етичної чутливості та ціннісної сфери, що особливо актуально у сфері психологічної допомоги, де етична делікатність має не менше значення, ніж професійна компетентність.

Крім того, деякі дослідники пропонують розглядати соціальний інтелект у парадигмі метакомпетентностей - як здатність не лише ефективно діяти в соціальному середовищі, а й осмислювати, регулювати, адаптувати власну соціальну поведінку залежно від контексту. Такий підхід відображений у працях Л. Савченко, де вона зазначає, що в умовах динамічного соціального

середовища майбутній фахівець має бути не лише соціально адаптивним, а й соціально проактивним - здатним ініціювати та підтримувати конструктивну взаємодію [33, 176с.].

У підготовці майбутніх психологів доцільно застосовувати моделі розвитку соціального інтелекту, які включають діалогічні практики, навігацію в неоднозначних ситуаціях, розв'язання моральних дилем та групову рефлексію. Ці методи сприяють не лише формуванню навичок комунікації, але й розвитку свідомої позиції щодо себе та інших у соціальному просторі.

Усе це дозволяє розглядати соціальний інтелект як ключову ланку між особистісним потенціалом студента-психолога та його професійною зрілістю.

Варто звернути увагу й на культурно-історичний контекст розвитку соціального інтелекту. У сучасному суспільстві, що характеризується багатоманіттям соціальних ролей, високою динамікою змін і гібридизацією соціальних ситуацій, соціальний інтелект стає не просто інструментом адаптації, а засобом збереження психологічної рівноваги особистості.

Як зазначає В. Москаленко, соціальний інтелект особливо важливий для осіб, чия професійна діяльність пов'язана з інтенсивною взаємодією, зокрема для педагогів, медиків, психологів, управлінців, оскільки саме вони постійно мають справу з людськими емоціями, конфліктами, очікуваннями та потребами [26, 100с.].

Окрім індивідуальних відмінностей у рівні розвитку соціального інтелекту, науковці також досліджують гендерні, вікові та професійні особливості. Зокрема, виявлено, що жінки загалом демонструють вищу емпатійну чутливість, тоді як чоловіки частіше орієнтуються на когнітивні компоненти соціального розуміння [5, 49с.]. Що стосується студентської молоді, то саме цей віковий період є оптимальним для розвитку інтегрованих соціальних навичок завдяки поєднанню активного навчання, досвіду міжособистісної взаємодії та зростаючої здатності до рефлексії.

Також варто зазначити, що в сучасній науці зростає інтерес до взаємозв'язку соціального інтелекту з іншими психологічними конструкціями

- зокрема, стресостійкістю, рефлексивністю, самоєфективністю, толерантністю до невизначеності. У дослідженнях О. Сіваш зазначається, що високий рівень соціального інтелекту сприяє конструктивному подоланню стресових ситуацій та покращенню якості комунікації навіть у конфліктному або емоційно напруженому середовищі [37, 35с.].

У психологічному контексті це дозволяє розглядати соціальний інтелект не тільки як статичну характеристику, а як психологічну здібність, що може розвиватися й удосконалюватися. Це положення є методологічно важливим для розробки програм тренінгів, корекційних методик і психолого-педагогічних умов формування цієї якості у студентів-психологів.

Окрему увагу в дослідженнях соціального інтелекту приділяють його ролі у професійному становленні особистості, особливо в таких сферах, де міжособистісна взаємодія є центральною складовою діяльності. Для майбутніх психологів розвиток соціального інтелекту має особливе значення, адже саме ця якість забезпечує ефективність комунікації, здатність розуміти клієнта, виявляти емпатію та будувати довірливі відносини, що є ключовими у консультуванні та психокорекції.

Як зазначає О. Кирилюк, соціальний інтелект майбутнього психолога - це не лише характеристика особистості, а індикатор готовності до фахової діяльності. Він проявляється у вмінні точно зчитувати невербальні сигнали, розпізнавати емоційні стани співрозмовника, адаптувати власний стиль спілкування до особливостей клієнта [18, 147с.].

У межах вищої психологічної освіти розвиток соціального інтелекту повинен стати пріоритетним завданням навчально-виховного процесу. Це передбачає інтеграцію не лише теоретичних знань, а й практичних завдань і форм навчання, що сприяють соціальній активності, відкритості, емоційній чуйності студентів. Зокрема, доцільним є застосування:

групових дискусій із розбором реальних міжособистісних кейсів;
соціально-психологічних тренінгів;

рольових ігор з елементами клієнтської взаємодії;
практик супервізії й колективного аналізу спілкування.

Ці методи дозволяють моделювати типові ситуації з психологічної практики, а також розвивати навички зчитування соціального контексту, емпатичного слухання та регуляції власних реакцій у процесі спілкування.

Як підкреслює С. Кулачківська, така цілеспрямована робота сприяє формуванню цілісної професійної ідентичності майбутнього психолога, в основі якої лежить не тільки знання, але й соціальна компетентність [21, 85с.].

У світлі наведеного, соціальний інтелект постає як фундаментальна професійна здатність, що поєднує знання, навички та ціннісні орієнтації особистості. Його розвиток є не лише можливим, але й необхідним у рамках підготовки психолога - спеціаліста, діяльність якого спрямована на глибоке розуміння іншої людини.

1.2. Взаємозв'язок соціального та емоційного інтелекту

Емоційний інтелект (ЕІ) розуміється як здатність людини розпізнавати емоційні сигнали - як власні, так і чужі - а також використовувати ці знання для формування відповідної поведінки та взаємодії з оточенням. У професійній сфері психолога він виступає важливою умовою успішної міжособистісної взаємодії та емоційної стійкості [13, 12с. ; 14, 143с.].

У вітчизняній психологічній науці значний внесок у вивчення ЕІ зробили Е. Носенко та А. Четверик-Бурчак. У своїх дослідженнях вони трактують його як інтегральну психічну характеристику, що визначає адаптаційний потенціал особистості. У сучасній літературі структуру емоційного інтелекту зазвичай описують через п'ять функціональних аспектів: вміння розпізнавати емоційні стани, контролювати їх, підтримувати внутрішню мотивацію, розуміти інших і будувати взаємодію, спираючись на емоційне налаштування. [27, 5с.].

Особливий акцент вони роблять на прикладному аспекті ЕІ, вважаючи його розвиток можливим упродовж життя завдяки цілеспрямованому психолого-педагогічному впливу: тренінгам емоційної регуляції, когнітивній рефлексії, роботі з життєвими цінностями. Такий розвиток особливо важливий для представників "людиноцентричних" професій, адже сприяє емоційній стійкості та профілактиці вигорання.

Емоційний та соціальний інтелект розглядаються як взаємопов'язані феномени, що спільно забезпечують гнучку, емпатійну й ефективну поведінку в соціальному середовищі. [10, 18с.].

М. Л. Смульсон визначає емоційний інтелект як інтегративну властивість особистості, що забезпечує узгодженість між емоційною та соціальною поведінкою [38].

Згідно з дослідженнями Н. О. Старченко, розвиток емоційного інтелекту є передумовою успішної самореалізації особистості у професійній сфері [40].

О. В. Сухомлинська підкреслює, що емоційний інтелект є базовим психолого-функціональним механізмом, необхідним для ефективної діяльності фахівця у сфері «людина - людина» [42].

У контексті професійної діяльності психолога Н. М. Чепурних наголошує на важливості розвитку емоційної саморегуляції та емпатії як основи ефективної комунікації та психологічної стійкості фахівця [45].

Л. В. Барбакова вказує, що саме емоційна регуляція та емпатія виступають ключовими аспектами професійної компетентності психолога [1].

У сучасній психології соціальний та емоційний інтелект розглядаються як взаємопов'язані, проте окремі конструкти, що мають спільну функціональну спрямованість - забезпечення ефективної адаптації особистості в соціальному середовищі. Емоційний інтелект (ЕІ) охоплює здатність розпізнавати власні емоції, усвідомлювати їхній вплив на поведінку, регулювати емоційні стани, а також розуміти емоції інших людей та ефективно будувати взаємини на основі емоційного резонансу. Натомість соціальний інтелект (СІ) більшою мірою пов'язаний із когнітивною здатністю аналізувати соціальні ситуації, інтерпретувати поведінку інших та приймати відповідні поведінкові рішення [7].

У цьому контексті доречно згадати ідеї А. Маслоу, який підкреслював важливість внутрішньої мотивації та самоактуалізації як чинників, що опосередковано впливають на розвиток соціальної інтелігентності [25].

Гоулман підкреслює, що емоційна обізнаність створює базу для якісної соціальної взаємодії, оскільки дозволяє глибше зрозуміти інших [7, 62с.]. Він виокремлює п'ять основних складових ЕІ: самосвідомість, саморегуляцію, мотивацію, емпатію та соціальні навички. Саме ці елементи, з одного боку, забезпечують емоційну гнучкість і внутрішню стабільність, а з іншого - формують базу для адекватної соціальної поведінки, сприйняття соціальних сигналів і налагодження міжособистісної взаємодії.

Д. Гоулман підкреслює, що емоційна компетентність є передумовою соціальної чутливості: людина, яка не вміє усвідомлювати й регулювати власні емоції, зазвичай не здатна ефективно розуміти емоційні прояви інших чи адаптувати свою поведінку до контексту спілкування. Тому розвиток

емоційного інтелекту виступає не лише самостійною ціллю, а й необхідною умовою формування високого рівня соціального інтелекту [7, 62с.].

Особливої актуальності така взаємозалежність набуває у контексті професійної підготовки психологів. У сучасних умовах соціальних трансформацій та зростаючих вимог до фахівців гуманітарної сфери, соціальний інтелект є не лише інтегральною особистісною характеристикою, але й ключовим чинником, що визначає ефективність міжособистісної взаємодії, професійну адаптацію та психологічну стійкість майбутнього фахівця.

Українська дослідниця В. Москаленко також підкреслює, що розвиток емоційної регуляції є критично важливим чинником для формування соціального інтелекту. Вона зазначає, що здатність розуміти емоції інших та контролювати власні реакції прямо впливає на якість соціальних контактів, рівень довіри та ефективність комунікації [26, 94с.].

На думку В. Левченка, емоційний інтелект має чотири ключові компоненти: емоційну обізнаність, емоційну саморегуляцію, емпатію та емоційну експресію. Ці складові формують основу для розвитку СІ, адже саме вони забезпечують емоційно-гнучку поведінку, інтерпретацію невербальних сигналів і вміння конструктивно реагувати на соціальні стимули [23, 35-37с.].

У дослідженні, проведеному на базі Одеського національного університету імені І. І. Мечникова, встановлено, що між рівнем емоційного та соціального інтелекту студентів-психологів існує значущий позитивний зв'язок. Особи з високими показниками емоційної обізнаності, емпатії та саморегуляції демонструють також вищу здатність до соціального передбачення, кращу адаптацію до комунікативних ситуацій і вищу стійкість до стресу в міжособистісному спілкуванні [30, 19-22с.].

Актуальність дослідження соціального та емоційного інтелекту саме серед студентів-психологів також підкреслюється у збірнику під редакцією С. І. Коваль, де подані емпіричні спостереження та аналіз динаміки розвитку цих якостей у молоді [30].

Дослідники наголошують, що емоційний інтелект забезпечує внутрішню емоційну грамотність, тоді як соціальний - зовнішню поведінкову реалізацію цих навичок у комунікації. Зокрема, у роботі О. Сіваш вказується, що високий рівень емоційного інтелекту є необхідною умовою для розвитку соціального, оскільки він сприяє саморегуляції, емпатії та розумінню міжособистісного контексту [37, 34с.].

Водночас, соціальний інтелект можна розглядати як «надбудову» над емоційним, яка включає здатність до соціального аналізу, інтерпретації намірів та оцінки складних ситуацій взаємодії. Як зазначає С. Дерев'янка, розвиток емоційного інтелекту у студентів тісно пов'язаний із вдосконаленням їхніх соціальних навичок, зокрема емпатійності, комунікативності та стресостійкості. [10, 40с.].

У контексті підготовки майбутніх психологів, особливої актуальності набуває формування інтегрованої структури емоційно-соціального інтелекту, що передбачає здатність усвідомлювати, інтерпретувати та конструктивно реалізовувати емоції у соціальних ситуаціях. У працях І. Стрілецької підкреслюється, що розвиток цих інтегративних якостей сприяє успішній міжособистісній взаємодії, толерантності до стресу та формуванню довірливих стосунків у професійній діяльності [41, 22с.].

Таким чином, соціальний та емоційний інтелект функціонують у тісному взаємозв'язку: емоційний забезпечує глибоке внутрішнє емоційне налаштування, тоді як соціальний транслює ці внутрішні процеси в ефективну зовнішню поведінку. Обидва види інтелекту є критично важливими в професійній діяльності психолога, оскільки визначають його здатність будувати ефективну, чутливу до контексту, але структуровану взаємодію з клієнтом.

У сучасних наукових підходах соціальний та емоційний інтелект розглядаються як такі, що взаємодіють між собою, формуючи єдину систему соціально-емоційної компетентності. Як стверджують З. Огороднійчук та Є. Виборнова, емоційний інтелект забезпечує базову емоційну обізнаність,

тоді як соціальний інтелект трансформує її в ефективну поведінку в соціальному середовищі [28, 83с.].

Згідно з В. Левченком, емоційний інтелект є багатовимірним конструктом, який можна умовно поділити на чотири ключові функціональні блоки: емоційна обізнаність, емоційна саморегуляція, емпатія та емоційна експресія [22, 35-37с.]. Кожен з цих блоків відіграє особливу роль у формуванні цілісної емоційної компетентності особистості, що, в свою чергу, є передумовою для ефективної соціальної взаємодії.

Емоційна обізнаність передбачає здатність людини ідентифікувати та чітко усвідомлювати свої емоційні стани. Це - перший крок до побудови емоційної саморефлексії, яка є основою будь-якого адаптивного реагування. Без розуміння власних переживань людина не здатна адекватно інтерпретувати ситуації соціальної взаємодії.

Емоційна саморегуляція охоплює здатність управляти емоціями, стримувати імпульсивні реакції, долати внутрішню напругу та підтримувати психологічну стабільність. Саме вона створює можливість контролювати поведінку в напружених соціальних умовах, підтримувати професійну витримку та емпатійний контакт.

Емпатія, як здатність до емоційного співпереживання, дозволяє не лише вловлювати емоційні сигнали інших, а й розуміти їх значення в соціальному контексті. Саме емпатійна чутливість забезпечує перехід від індивідуальної емоційності до соціально значущої поведінки, зорієнтованої на взаєморозуміння та підтримку.

Емоційна експресія - це вміння передавати власні емоційні стани у формі, яка є прийнятною та зрозумілою для інших. Вона відіграє ключову роль у формуванні довіри, взаємності та позитивного соціального клімату в міжособистісному спілкуванні.

Поєднання елементів емоційного інтелекту формує своєрідну психологічну платформу, яка забезпечує людині здатність гнучко реагувати на емоційні виклики та адаптуватися до динаміки міжособистісного спілкування.

За В. Левченком, саме повноцінне формування емоційного інтелекту дозволяє особистості адекватно діяти в складних соціальних обставинах, що є надзвичайно важливим для майбутніх фахівців-психологів.

Особливої актуальності цей взаємозв'язок набуває у професійній підготовці майбутніх психологів. У дослідженні В. Даневської зазначається, що студенти з вищим рівнем емоційного інтелекту краще справляються із завданнями, що потребують комунікативної гнучкості, терпимості до стресу та здатності до конструктивного вирішення конфліктів - тобто проявляють вищий рівень соціального інтелекту [8, 41с.].

У світлі теорії множинного інтелекту Г. Гарднера, емоційний і соціальний інтелект виступають як окремі, але взаємопов'язані типи інтелекту, які разом формують здатність до ефективного функціонування у складному міжособистісному середовищі [6, 21-217с.].

На практиці це означає, що розвиток емоційного інтелекту - через спеціальні програми, тренінги або практику рефлексії - позитивно впливає на формування соціальних навичок, таких як комунікабельність, емпатійність, гнучкість у поведінці. Саме тому в системі психологічної освіти доцільно впроваджувати навчальні модулі, які одночасно спрямовані на розвиток обох форм інтелекту [8, 85с.; 6, 42с.].

1.3 Роль соціального інтелекту у професійній підготовці майбутніх психологів

Професійна діяльність психолога вимагає високого рівня комунікативної компетентності, емпатії та здатності до ефективної міжособистісної взаємодії. У цьому контексті соціальний інтелект виступає ключовим чинником, що забезпечує успішну професійну реалізацію майбутніх фахівців. Йдеться про здатність розпізнавати та інтерпретувати соціальні сигнали, розуміти мотиви поведінки інших людей, регулювати власну поведінку в соціальному контексті, що особливо важливо у практиці консультування, психокорекції та супроводу.

Р. Сірко у своїй монографії підкреслює, що соціальний інтелект є невід'ємною складовою професійної підготовки психологів, особливо в умовах екстремальної діяльності, де необхідна здатність до швидкої адаптації, ефективної комунікації, управління емоційною напругою та прогнозування поведінки інших осіб. Автор наголошує, що для психологів, які працюють у кризових ситуаціях (катастрофах, бойових діях, евакуаціях, порятунку постраждалих), критично важливими є вміння зчитувати соціальні сигнали, підтримувати контакт навіть у стані дезорганізації клієнта, зберігати спокій і демонструвати психологічну стійкість.

У своїх висновках Р. Сірко зазначає, що соціальний інтелект у фахівців оперативно-рятувальної служби виконує функцію соціального орієнтиру - він допомагає не тільки розуміти інших, а й миттєво адаптувати свою поведінку до ситуації, зокрема у випадках, коли недостатньо часу для повного аналізу чи коли діє ризик для життя. Це підвищує не лише ефективність взаємодії з постраждалими, а й рівень безпеки самого фахівця [24, 97–99с.].

О. Кирилюк розглядає соціальний інтелект як інтегральну характеристику професійної компетентності майбутнього психолога, що дозволяє ефективно діяти в умовах непередбачуваних міжособистісних ситуацій, передбачати реакції інших людей, вибудовувати стратегії професійної взаємодії [18, 146с.].

У дослідженні С. Кулачківської наголошується, що соціальний інтелект студентів-психологів формується не лише в процесі вивчення теоретичних дисциплін, а й через активну участь у тренінгових заняттях, рольових іграх, дискусіях, а також у ситуаціях реального спілкування [21, 85с.].

Подібного висновку дотримується і Л. Савченко, яка підкреслює, що високий рівень соціального інтелекту є запорукою професійної адаптації психолога, його стресостійкості та етичної взаємодії з клієнтом [33, 177с.].

О. С. Дячук наголошує, що формування соціального інтелекту студентів є невід'ємною складовою їхньої адаптації до освітнього середовища та майбутньої професійної діяльності [11].

У роботі Е. Самсоненка запропоновано цілісну концепцію формування соціального інтелекту у майбутніх психологів, яка базується на комплексному підході до розвитку трьох ключових компонентів: когнітивного (знання соціальних норм, розуміння міжособистісних ситуацій), емоційного (розпізнавання емоцій, розвиток емпатії) та поведінкового (ефективна комунікація, вміння адаптуватися до контексту взаємодії).

Дослідник наголошує, що лише інтегроване формування цих компонентів забезпечує успішну соціальну компетентність психолога. Автор також описує розроблену ним програму тренінгових занять, яка включає ситуаційне моделювання, обговорення етичних дилем, рефлексивні вправи та невербальні завдання. За результатами апробації, учасники демонстрували підвищення здатності до емоційного резонансу, комунікативної гнучкості, зростання рівня впевненості у міжособистісному спілкуванні [34, 47–49с.].

Н. Плахотник у своїй кваліфікаційній роботі звертає увагу на взаємозв'язок соціального інтелекту та самооцінки як критичних чинників ефективності психолога. На її думку, розвинений соціальний інтелект дозволяє майбутньому фахівцю краще орієнтуватися у мотивах та емоційних станах інших людей, зберігаючи при цьому стабільну, реалістичну та стресостійку самооцінку.

У ході емпіричного дослідження Н. Плахотник встановила, що респонденти з високим рівнем СІ демонстрували більшу впевненість у складних міжособистісних ситуаціях, швидше приймали рішення в умовах соціального тиску, краще оцінювали свої можливості та встановлювали психологічну дистанцію з клієнтами, не втрачаючи емпатійного контакту. Таким чином, соціальний інтелект виступає як «внутрішній стабілізатор» професійної поведінки психолога [29, 82с.].

За методикою Дж. Гілфорда та М. Саллівена, адаптованою О. Михайловою, студенти виявили низькі показники у здатності передбачати дії людей на основі аналізу ситуацій спілкування, що свідчить про необхідність цілеспрямованого розвитку соціального інтелекту в процесі професійної підготовки.

У статті С. Дерев'янка зазначено, що розвиток емоційної компетентності студентів позитивно впливає на формування навичок професійної взаємодії, зокрема вміння враховувати емоційні й соціальні контексти поведінки клієнта, що є ключовою вимогою в роботі психолога [9, 114 с.].

Ю. В. Романець вважає, що розвиток емоційної компетентності в юнацькому віці позитивно впливає на формування здатності до саморефлексії та комунікативної стійкості [31].

Згідно з дослідженням Т. Яновської, соціальний інтелект є складовою професійно важливих якостей психолога, що визначає його здатність до ефективної комунікації, соціально-психологічної адаптації та організаторських схильностей. Авторка підкреслює, що високий рівень СІ сприяє кращому розумінню поведінки інших, прогнозуванню їхніх дій та формуванню гармонійних міжособистісних стосунків [46].

Дослідження С. Ситнік та О. Гелевер підкреслюють, що соціальний інтелект є елементом професійної компетентності майбутніх психологів. Автори зазначають, що розвиток СІ сприяє формуванню таких професійно важливих якостей, як емпатія, комунікативна компетентність та здатність до

соціального прогнозування, що є необхідними для ефективної професійної діяльності психолога [36].

Таким чином, соціальний інтелект виступає ключовим чинником у професійній підготовці майбутніх психологів, забезпечуючи їхню здатність до ефективної міжособистісної взаємодії, адаптації до соціального середовища та успішної професійної реалізації. Розвиток СІ вимагає інтеграції теоретичних знань та практичних навичок, а також створення спеціально організованих умов, які б сприяли формуванню цієї важливої особистісної характеристики.

Особливо актуальними ці положення є для фахівців допоміжних професій, зокрема психологів. У їхній професійній діяльності емоційна саморегуляція, емпатія, здатність розуміти соціальні ролі, контексти та мотиви поведінки клієнта мають безпосередній вплив на ефективність консультативної взаємодії та результат психотерапевтичної роботи.

Отже, СІ є не лише важливою особистісною якістю, а й системоутворюючим компонентом професійної підготовки психолога.

Практичну значущість розвитку СІ під час професійної підготовки підкреслює також Є. Бендюк, яка вказує на важливість інтеграції соціально-психологічних тренінгів у навчальний процес для формування адаптивної поведінки у студентської молоді [2].

Розвиток соціального інтелекту має бути інтегрованим у навчальні програми, практичні курси та тренінгові модулі, оскільки він безпосередньо впливає на якість майбутньої психологічної допомоги.

Висновки до розділу 1.

У результаті теоретичного аналізу наукової літератури було встановлено, що соціальний інтелект поєднує в собі кілька взаємозалежних властивостей, когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти й забезпечує ефективну взаємодію в міжособистісному середовищі. У вітчизняній психології поняття соціального інтелекту розглядається як здатність людини до розуміння інших людей, прогнозування їхньої поведінки, інтерпретації соціальних ситуацій і регуляції власної поведінки відповідно до соціального контексту.

Проаналізовані наукові підходи (Ю. Ємельянов, Н. Кентор, І. Стрілецька, Р. Стернберг, Е. Торндайк, Дж. Гілфорд та ін.) дали змогу визначити структуру соціального інтелекту як багаторівневої системи, яка охоплює: здатність до соціального передбачення, соціальну кмітливість, комунікативну компетентність, емоційну сприйнятливність, емпатію. Було підтверджено, що соціальний інтелект тісно пов'язаний з емоційним інтелектом, а також із такими якостями, як рефлексивність, адаптивність, психологічна зрілість і життестійкість.

Емоційний інтелект, у свою чергу, є важливою психічною характеристикою, що забезпечує здатність особистості усвідомлювати, розуміти та регулювати як власні емоції, так і емоції інших людей. Сучасні українські дослідники (Е. Носенко, А. Четверик-Бурчак, О. Самсоненко, С. Кулачківська, С. Кресан та ін.) наголошують, що розвиток емоційного та соціального інтелекту є необхідним елементом професійної підготовки фахівців психологічної сфери. Вони підкреслюють важливість включення в освітній процес спеціальних тренінгів, практикоорієнтованих занять і рефлексивних методів навчання для розвитку емоційно-соціальних компетенцій.

Соціальний інтелект виступає одним із ключових компонентів психологічної готовності до професійної діяльності психолога. Саме від його рівня залежать здатність майбутнього фахівця до налагодження конструктивної взаємодії з клієнтом, формування довірливих стосунків,

ефективного вирішення конфліктних ситуацій та збереження професійної стійкості.

Таким чином, аналіз наукових джерел дозволяє зробити висновок, що розвиток соціального та емоційного інтелекту має бути пріоритетним напрямом у професійній підготовці майбутніх психологів, що зумовлює актуальність подальшого емпіричного вивчення зазначених конструкцій.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Теоретичне обґрунтування методів дослідження

Для досягнення поставленої мети дослідження соціального інтелекту майбутніх психологів віком від 18 до 22 років, було обрано три валідні й надійні методики, адаптовані українськими фахівцями. Усі методи відповідають предмету дослідження та спрямовані на діагностику ключових психологічних характеристик, що формують соціальний інтелект.

Гіпотеза полягає в тому, що майбутні психологи з вищим рівнем емоційного інтелекту демонструють вищий рівень соціального інтелекту, зокрема за показниками вербальної експресії що свідчить про взаємозв'язок між емоційною та соціальною складовими міжособистісного спілкування.

Емпіричне дослідження здійснювалося поетапно:

Перший етап передбачав організацію дослідження: було розроблено Google-форми для збору даних, визначено дослідницьку вибірку, а також проведено діагностику соціального та емоційного інтелекту.

Другий етап охоплював опрацювання отриманих результатів: здійснено кількісний і якісний аналіз даних, їх узагальнення, інтерпретацію та формулювання основних висновків дослідження.

Для перевірки гіпотези досліджування використовувалися: субтест 3 «Вербальна експресія» (за Дж. Гілфордом і М. О'Салліваном), Шкала емоційного інтелекту Шутте (Schutte Self Report Emotional Intelligence Test — SSEIT), методика діагностики емоційного інтелекту Н. Холла (EQ-тест).

Ми подаємо скорочений авторський опис.

1. Субтест 3 «Вербальна експресія» (за Дж. Гілфордом і М. О'Салліваном)

Субтест «Вербальна експресія» розроблений у межах теорії структури інтелекту Дж. Гілфорда, відповідно до якої соціальний інтелект визначається як окремий тип інтелектуальної діяльності, пов'язаний зі здатністю ефективно

орієнтуватися у міжособистісній взаємодії. Цей субтест призначений для діагностики одного з ключових компонентів соціального інтелекту — вміння розуміти підтексти та соціальні нюанси мовлення залежно від контексту.

Методика складається з 12 завдань, у кожному з яких ліворуч подано фразу, що промовляється однією особою до іншої, а праворуч — три варіанти ситуацій спілкування. Завдання учасника полягає в тому, щоб обрати одну ситуацію, у якій ця фраза набуває іншого значення або виражає інший намір порівняно з рештою двох. Такий підхід дозволяє виявити рівень чутливості до контексту, здатність до соціального аналізу та мовної інтерпретації невербальних і прихованих смислів.

Інструкція до тесту наголошує на необхідності працювати досить швидко, не витрачаючи надто багато часу на кожне завдання, що підкреслює цінність інтуїтивного розуміння соціальних ситуацій.

Формат завдань включає: фразу, сказану в одній із ситуацій; три варіанти соціального контексту; вибір ситуації, де змінюється комунікативний намір або емоційне забарвлення. Правильною відповіддю буде та, де фраза набуває іншого емоційного або семантичного значення.

Оцінювання проводиться за кількістю правильно обраних варіантів, що відповідають ключам. Максимальна кількість балів — 12.

Ключ до субтесту 3 «Вербальна експресія» Дж. Гілфорда та М. О'Саллівана — правильні відповіді відповідають тій ситуації, де фраза має інше значення, ніж зазвичай (тобто має переносне, саркастичне, емоційно забарвлене або приховане значення):

1. **3** – Невдоволена людина – своєму знайомому (сарказм).
2. **3** – Розсерджений міліціонер – канючому п'яниці (іронія, непряма загроза).
3. **3** – Той, хто програв – переможцю (ситуативна нещирість або вимушена ввічливість).
4. **1** – Ревнива дівчина – другові (емоційно забарвлений контекст, не захоплення, а натяк).

5. **1** – Розсерджена мати – дитині (не питання, а докір).
6. **2** – Боєць – противнику (фраза з непрямим сенсом — може бути іронією або примусом).
7. **1** – Психіатр – пацієнту (фраза в іншому, професійному контексті, не обслуговування).
8. **3** – Тренер – спортсмену (фраза як мотиватор, не звичайне зауваження).
9. **2** – Молода людина – подрузі (фраза з емоційним підтекстом).
10. **3** – Розгнівана дитина – побитому нею супернику (іронія, перекручений сенс).
11. **1** – Розсерджений батько – кричущому синові (строгий контекст, наказ, а не прохання).
12. **2** – Колекціонер автографів – "зірці" (фраза буквально та в іншому контексті звучить однаково, але має інший мотив – не формальність, а прохання особистого характеру).

Високий результат інтерпретується як свідчення високого рівня соціально-мовленнєвої гнучкості, розуміння соціальних підтекстів, а також здатності адаптувати вербальну поведінку до змін комунікативної ситуації.

2. Шкала емоційного інтелекту Шутте (Schutte Self Report Emotional Intelligence Test — SSEIT)

Шкала емоційного інтелекту Шутте була розроблена на основі моделі емоційного інтелекту П. Саломея і Д. Майєра (Salovey & Mayer, 1990), яка розглядає емоційний інтелект як здатність особистості сприймати, розуміти, виражати, регулювати й використовувати емоції в процесі адаптації до соціального середовища. Пізніше цю модель було доповнено Д. Шутте, яка запропонувала коротку самозвітну шкалу для емпіричної діагностики рівня емоційного інтелекту.

SSEIT є опитувальником, що складається з 33 тверджень, які охоплюють ключові компоненти емоційного інтелекту: розпізнавання емоцій, емоційну

регуляцію, використання емоцій для вирішення проблем та емпатію. Респонденти оцінюють кожне твердження за 5-бальною шкалою (від 1 — «повністю не згоден» до 5 — «повністю згоден»). Загальний результат визначається шляхом підсумовування балів за всіма пунктами. Таким чином, загальна кількість балів може коливатися від 33 до 165. Вищий підсумковий бал свідчить про вищий рівень розвитку емоційного інтелекту.

Методика є зручною в застосуванні та не потребує спеціальної підготовки з боку досліджуваного. Вона характеризується високими показниками внутрішньої узгодженості (α Кронбаха $\approx 0,87$) і стабільності в повторних вимірюваннях, що забезпечує її надійність у дослідницьких цілях.

3. Діагностика емоційного інтелекту Н. Холла (EQ)

Методика Н. Холла призначена для вимірювання рівня розвитку емоційного інтелекту особистості — інтегральної характеристики, яка включає здатність розуміти власні емоції та емоції інших людей, регулювати емоційні стани, а також ефективно використовувати емоції в різних сферах життя. Теоретичною основою методики є модель емоційного інтелекту, що інтегрує когнітивно-поведінкові та емоційно-мотиваційні компоненти.

Дослідження базується на п'яти основних компонентах емоційного інтелекту, кожен з яких відображає окремий аспект емоційної компетентності особистості:

1) **Самоусвідомлення емоцій** - здатність розпізнавати, усвідомлювати й точно описувати власні емоційні стани, розуміння їхніх причин та впливу на поведінку.

2) **Емоційна саморегуляція** - вміння керувати своїми емоціями, зокрема контролювати імпульсивні реакції, знижувати рівень негативних переживань і підтримувати емоційну рівновагу у складних ситуаціях.

3) **Емоційна мотивація (внутрішня мотивація)** - здатність використовувати емоції як джерело натхнення, підтримки та

цілеспрямованості; уміння мобілізувати себе на досягнення результатів, попри труднощі.

4) **Емпатія** - здатність розуміти почуття, емоційні потреби та переживання інших людей, а також проявляти емоційну чуйність і співпереживання.

5) **Соціальна чутливість** - уміння точно розпізнавати емоційні сигнали інших (міміку, інтонації, жести), інтерпретувати їх і будувати ефективну взаємодію на основі отриманої інформації.

Методика складається з 30 тверджень. Кожне твердження належить до однієї з п'яти шкал (по 6 тверджень на кожну). Респондент оцінює кожне твердження за 5-бальною шкалою, де: 1 бал - «повністю не згоден»; 5 балів - «повністю згоден».

Для кожної шкали підраховується сума балів за відповідні 6 тверджень. Загальний бал за всі пункти дозволяє оцінити інтегральний рівень емоційного інтелекту. В інтерпретації результатів орієнтуються на такі рівні розвитку: низький рівень – 30-74 бали; середній рівень – 75-104 бали; високий рівень – 105-150 балів.

Цей метод дослідження дозволяє виявити як загальну картину розвитку емоційного інтелекту, так і його окремі складові, що є особливо цінним у психологічному консультуванні, навчанні, кар'єрному орієнтуванні, а також у вивченні міжособистісної взаємодії. EQ-тест характеризується високою практичністю, доступністю для різних вікових груп, простотою у застосуванні та інтерпретації. Надійність методики підтверджується високими показниками внутрішньої узгодженості, а валідність — позитивними кореляціями з рівнем комунікативних і регуляторних здібностей.

2.2. Аналіз результатів констатувального дослідження

У дослідженні взяли участь 30 студентів психологів. Емпірична частина роботи була реалізована шляхом створення онлайн-опитування за допомогою Google-форм.

Проведене дослідження спрямоване на виявлення особливості розвитку соціального інтелекту у студентів-психологів та проводилося у декілька етапів.

На першому етапі проведено дослідження для вимірювання соціального інтелекту. В межах даного дослідження був використаний субтест «Вербальна експресія» (розроблений Дж. Гілфордом і М. О'Салліваном). Цей субтест дозволяє оцінити здатність людини розуміти соціально опосередковані значення висловлювань, тобто здатність до тонкого розрізнення контекстуальних відтінків мовлення, включаючи сарказм, іронію, пасивну агресію, непряму оцінку тощо. Така здатність є невід'ємним компонентом вербального аспекту соціального інтелекту.

Завдання передбачали вибір одного з трьох варіантів інтерпретації репліки у вигаданому діалозі. Учасники мали визначити, в якому з трьох запропонованих варіантів фраза набуває непрямого чи особливого значення, відмінного від буквального. Максимальний можливий результат - 12 балів (по 1 балу за кожну правильну відповідь).

Таблиця 2.2.1

Рівень	Відсоток
Високий < 70%	17%
Середній 40-70%	58%
Низький > 40%	25%

При інтерпретації результатів, які надані таблиці 2.2.1, ми бачимо, що **високий рівень** (понад 70%) - продемонстрували лише окремі студенти ($\approx$ 17%). Це свідчить про добре сформовану здатність до соціальної інтерпретації вербальних сигналів.

Середній рівень (40–70%) - охоплює більшість учасників (58%). Такі респонденти здатні до інтерпретації контекстуальних мовленнєвих сигналів, але можуть припускати помилки в складніших ситуаціях.

Низький рівень (менше 40%) - демонструють 25% студентів. Це вказує на труднощі в розпізнаванні непрямих комунікативних актів, що є тривожним сигналом для майбутніх фахівців психологічного профілю.

На другому етапі ми досліджували **емоційний інтелект**, як складову соціального інтелекту. У ході дослідження за методикою **Н. Холла** було виявлено наступні особливості розподілу парціальних показників серед студентів-психологів.

На *рис. 2.2.1* представлено узагальнені дані щодо рівнів розвитку парціальних та інтегративного показників емоційного інтелекту. Кожна шкала охоплює окремий аспект емоційного інтелекту: емоційну усвідомленість, управління емоціями, самомотивацію, емпатію та розпізнавання емоцій інших людей.

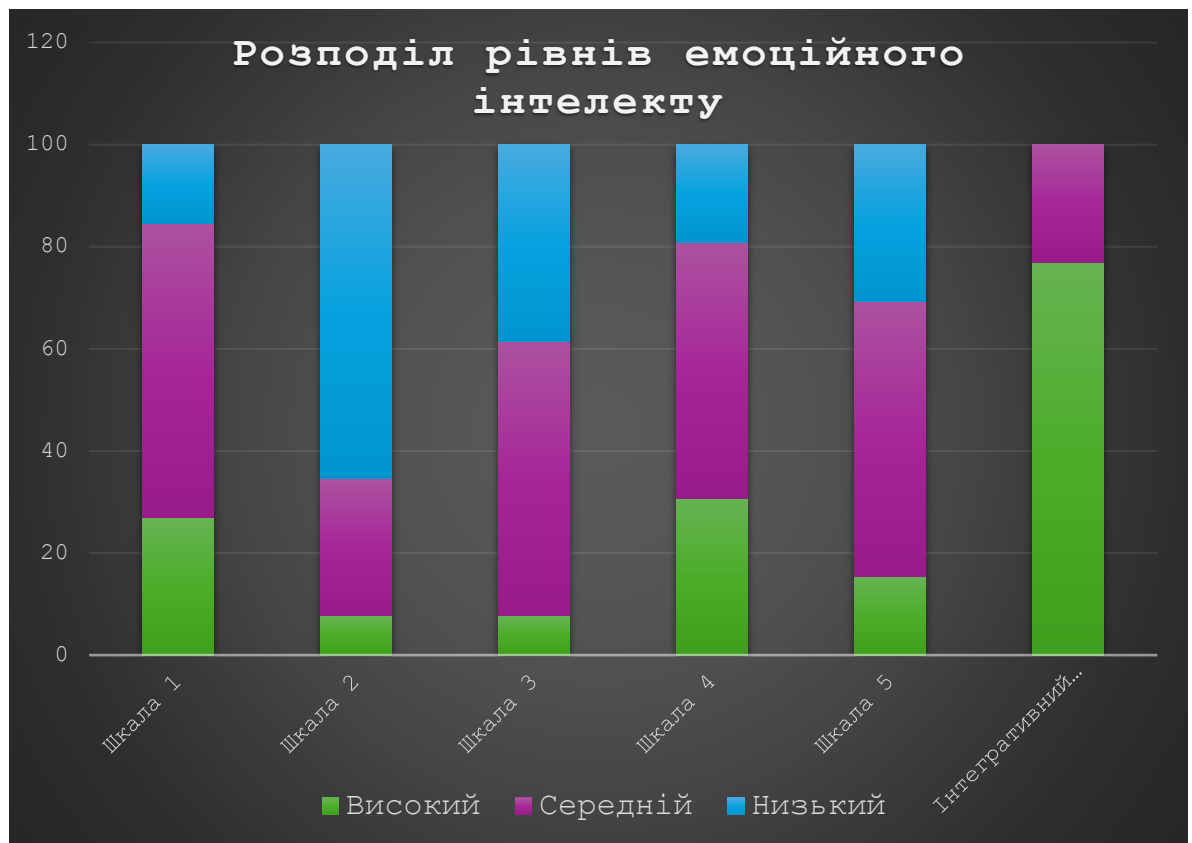


Рис. 2.2.1 Показники рівнів емоційного інтелекту (Н. Холл)

Шкала 1 (Емоційна усвідомленість) - найбільша частка студентів (57.69%) продемонструвала середній рівень розвитку цієї здатності. Високий рівень мають 26.92%, а низький - 15.38%.

Шкала 2 (Управління емоціями) - ця шкала показала найвищий відсоток респондентів із низьким рівнем (65.38%), що може свідчити про труднощі з регуляцією емоцій у складних ситуаціях. Лише 7.69% досягли високого рівня.

Шкала 3 (Самотивація) - середній рівень мають 53.85% студентів, 7.69% - високий, а 38.46% - низький. Це вказує на потребу формування навичок самопідтримки в емоційно напружених ситуаціях.

Шкала 4 (Емпатія) - половина опитаних (50%) продемонструвала середній рівень розвитку емпатійних якостей. Високий рівень має 30.77%, що є позитивним показником для майбутніх психологів.

Шкала 5 (Розпізнавання емоцій інших) - трохи більше половини (53.85%) мають середній рівень, високий - 15.38%, а низький - 30.77%.

Інтегративний рівень емоційного інтелекту - більшість респондентів (76.92%) мають високий загальний рівень емоційного інтелекту. Це свідчить про потенційно добру базу для подальшого розвитку соціального інтелекту, що є важливим компонентом професійної діяльності психолога.

На третьому етапі також досліджуємо емоційний інтелект вже за допомогою другої методики «**Шкала емоційного інтелекту Шутте (SSEIT)**». Ця шкала дозволяє оцінити загальний рівень емоційної компетентності на основі самооцінки респондентів. Опитувальник складається з 33 тверджень, кожне з яких оцінюється за п'ятибальною шкалою від «1 - повністю не згоден» до «5 - повністю згоден». П'ять тверджень мають зворотну шкалу (9, 13, 16, 19, 23), і під час обробки їхні бали були інвертовані.

Отримані результати демонструють наступну картину:

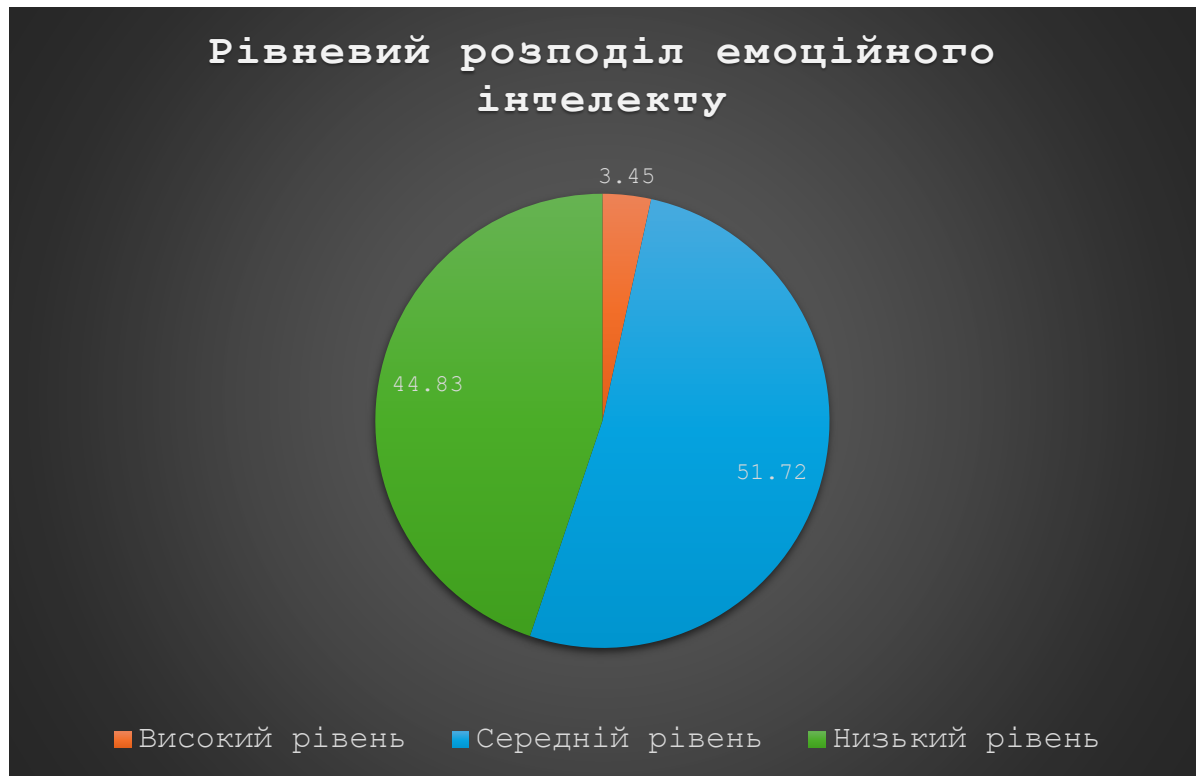


Рис. 2.2.2 Загальний рівень емоційної компетентності (SSEIT)

Середній рівень емоційного інтелекту мають 51.72% респондентів (тобто понад половина вибірки). Це свідчить про те, що більшість студентів-психологів мають достатній рівень емоційної самосвідомості, можуть орієнтуватися у власних емоціях, помірно ефективно регулюють свій емоційний стан та виявляють емпатію у повсякденній взаємодії.

Низький рівень виявлено у 44.83% студентів. Це досить високий відсоток, що може сигналізувати про потребу у системній роботі з розвитку емоційної сфери майбутніх фахівців. Ймовірно, у цих осіб є складнощі з ідентифікацією та управлінням емоціями, що може ускладнювати як особисте життя, так і професійну діяльність у сфері психологічного консультування.

Високий рівень емоційного інтелекту зафіксовано лише у 3.45% учасників. Це вказує на те, що лише незначна частина студентів демонструє виражені емоційні навички, які можна вважати потенційною професійною перевагою у майбутній практиці психолога.

2.3 Порівняльний аналіз соціального та емоційного інтелекту за результатами методик.

У дослідженні використовувались дві методики для оцінки емоційного інтелекту: шкала SSEIT (Шутте) як інструмент загальної оцінки емоційної компетентності та методика Н. Холла, яка дозволяє аналізувати парціальні складові емоційного інтелекту. Нижче представлено порівняльну діаграму рівнів емоційного інтелекту на рис. 2.3.1. за результатами обох методик.

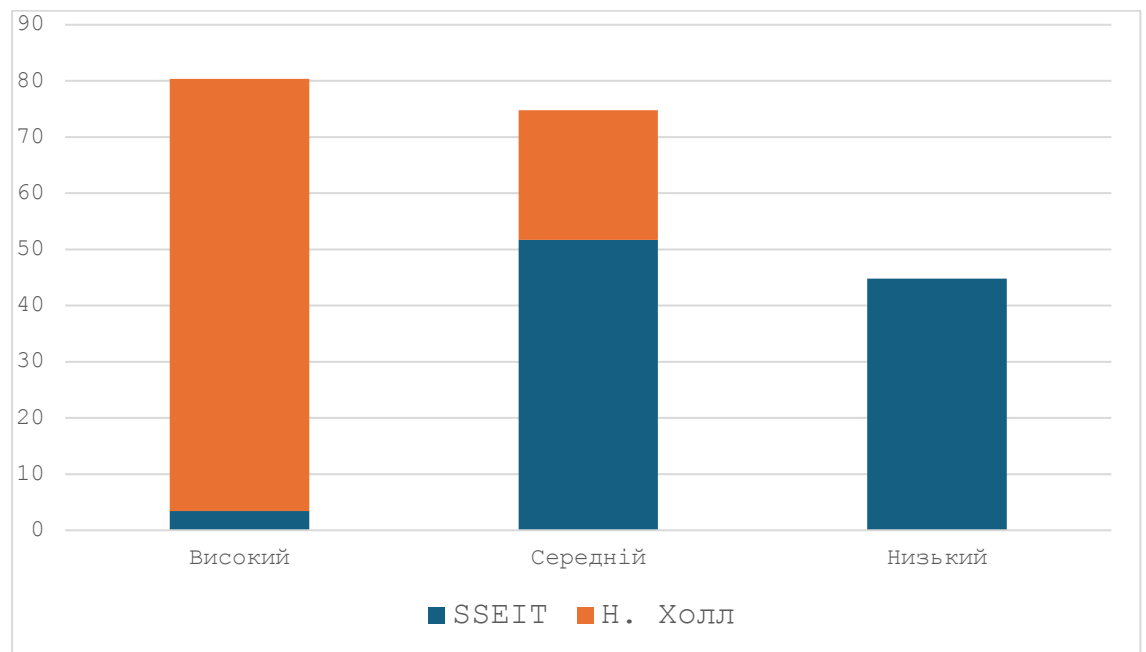


Рис. 2.3.1 Порівняння рівнів емоційного інтелекту (SSEIT та Н. Холл)"

Ключові відмінності між результатами такі:

За методикою Н. Холла, 76.92% респондентів показали високий інтегральний рівень емоційного інтелекту, тоді як за шкалою SSEIT такий рівень виявлено лише у 3.45%.

Середній рівень переважає у результатах SSEIT (51.72%), що вказує на більш стриману самооцінку або на більшу чутливість шкали до внутрішніх сумнівів респондентів.

У 44.83% опитаних за SSEIT виявлено низький рівень емоційного інтелекту, що є значно більшим показником, ніж у методиці Холла, де низький інтегративний рівень не зафіксовано взагалі.

Ці розбіжності можуть бути пов'язані з кількома чинниками: методика Холла фіксує парціальні вміння і може показувати «високий» рівень за рахунок переваги в окремих шкалах, навіть якщо загальна емоційна регуляція залишається недостатньою. SSEIT більше зосереджена на цілісному уявленні людини про свій емоційний функціонал, що робить її чутливішою до загального емоційного стану.

Використання обох методик дало змогу глибше оцінити емоційний інтелект майбутніх психологів. Методика Холла акцентує на потенційних сильних сторонах (емпатія, усвідомлення емоцій), тоді як SSEIT виявляє потребу в розвитку загальної емоційної інтеграції та саморегуляції. Це свідчить про доцільність використання комплексної діагностики у психолого-педагогічній практиці.

З метою виявлення зв'язку між розвитком навичок соціальної інтерпретації та емоційним інтелектом було здійснено порівняльний аналіз результатів субтесту «Вербальна експресія» та рівнів емоційного інтелекту за методиками SSEIT і Н. Холла.

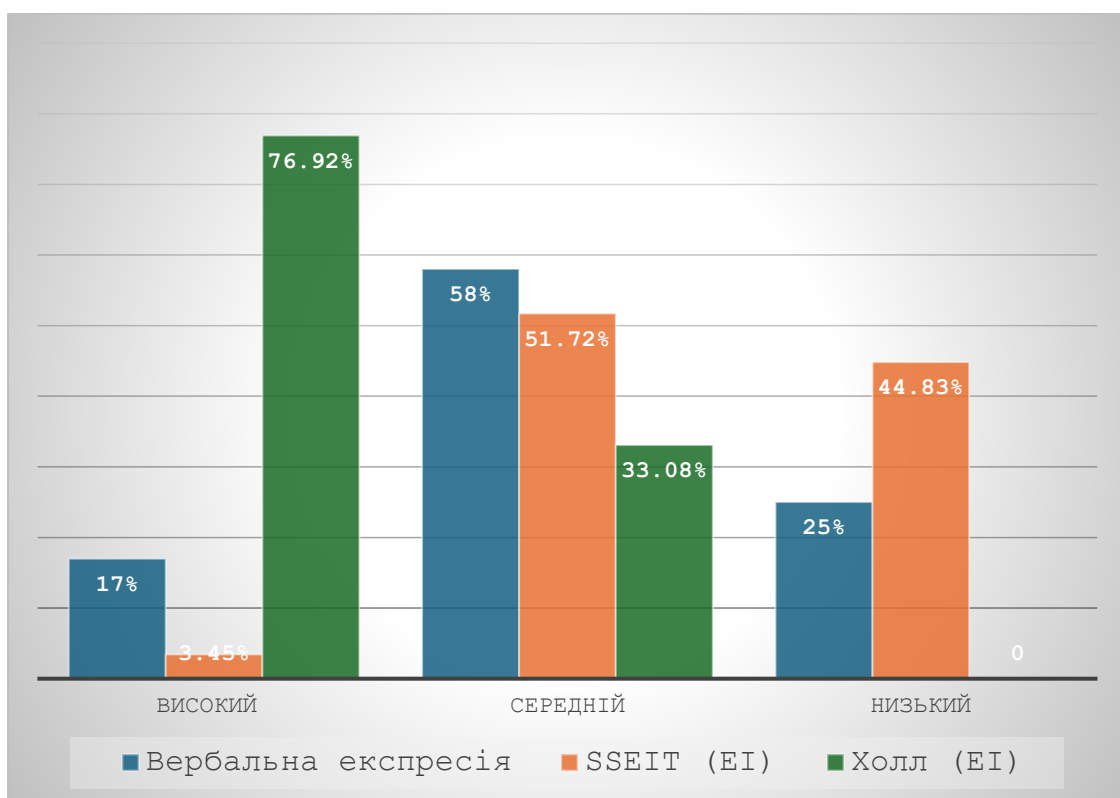


Рис. 2.3.2 Порівняльний аналіз: вербальна експресія та емоційний інтелект.

Результати засвідчили суттєві розбіжності. Лише 17% респондентів продемонстрували високий рівень вербальної експресії, тоді як за методикою Холла високий емоційний інтелект спостерігався у 76.92% учасників. Натомість за шкалою SSEIT такий рівень було виявлено лише у 3.45%. Середній рівень домінує в усіх трьох вимірах, проте рівень низької вербальної експресії (25%) співвідноситься із показниками низького EI за SSEIT (44.83%).

Ці результати можуть свідчити про наявний, хоча й непрямий, взаємозв'язок між здатністю до мовленнєвої інтерпретації в соціальних ситуаціях та загальною емоційною компетентністю. Зокрема, слабо розвинена вербальна інтерпретація може бути фактором, що знижує загальний рівень EI, а отже, є важливим елементом для професійного розвитку майбутніх психологів.

2.4 Програма розвитку соціального та емоційного інтелекту у майбутніх психологів

В межах професійної підготовки студентів спеціальності «Психологія» особливої уваги набуває розвиток соціально-емоційної компетентності, яка включає здатність усвідомлювати власні емоції, розуміти інших, адаптуватися до соціального контексту й ефективно взаємодіяти. З цією метою була створена авторська програма розвитку соціального інтелекту (СІ) та емоційного інтелекту (ЕІ), спрямована на гармонійне формування ключових емоційно-соціальних навичок майбутніх фахівців у галузі психології.

Мета програми - сприяти розвитку в студентів психологічної спеціальності здатності до ефективної міжособистісної взаємодії, саморегуляції емоцій, емпатії та соціального прогнозування - як базових компонентів СІ та ЕІ.

Завдання програми:

1. Ознайомити учасників із поняттями та структурою соціального й емоційного інтелекту.
2. Розвивати емоційну обізнаність та навички самоспостереження.
3. Формувати здатність до емоційної саморегуляції та контролю імпульсивних реакцій.
4. Тренувати вміння емпатійно сприймати емоційний стан інших.
5. Підвищити соціальну чутливість і навички ефективного вербального спілкування.
6. Розвивати здатність до соціального прогнозування та конструктивної взаємодії в складних ситуаціях.

Зміст та структура програми:

Програма складається з восьми занять тривалістю 90 хвилин кожне. Структура занять представлена у таблиці:

Таблиця 2.4.1

Тренінгова програма розвитку СІ та ЕІ студентів-психологів

№ заняття	Тема заняття	Мета заняття	Основні форми роботи
1	Вступ до СІ та ЕІ	Ознайомлення з поняттями, значенням та структурою СІ і ЕІ	Міні-лекція, обговорення, колективна діагностика очікувань
2	Усвідомлення власних емоцій	Розпізнавання емоцій, причин та їхнього впливу на поведінку	Вправи самоспостереження, щоденник емоцій, емо-картки
3	Емоційна саморегуляція	Формування навичок управління емоціями, подолання імпульсивності	Дихальні техніки, вправи на переключення уваги, релаксація
4	Розвиток емпатії	Поглиблення здатності розуміти інших, розвиток емоційної чутливості	Активне слухання, рольові ігри, емоційне дзеркало
5	Вербальна експресія в спілкуванні	Інтерпретація підтекстів, розвиток комунікативної гнучкості	Вправа «інтонація», аналіз фраз, групове обговорення
6	Соціальне прогнозування	Передбачення поведінки у складних соціальних ситуаціях	Робота з кейсами, вправи на моделювання, обмін досвідом
7	Побудова конструктивної взаємодії	Відпрацювання ефективних стратегій у спілкуванні	Інсценізації, розбір конфліктів, обговорення поведінки

8	Підсумки та рефлексія	Усвідомлення власного зростання, зворотний зв'язок, інтеграція досвіду	Самоаналіз, емоційна шкала, круг рефлексії
---	-----------------------	--	--

Форми роботи у програмі:

1. **Міні-лекція** - короткий теоретичний виклад з використанням наочності, презентацій, метафор.
2. **Вправи самоспостереження** - техніки, що допомагають учасникам відслідковувати свої емоції в моменті.
3. **Дихальні практики / релаксація** - елементи тілесної психотерапії, що допомагають зменшити емоційну напругу.
4. **Активне слухання** - техніка емпатійної взаємодії (перефразування, уточнення, невербальна підтримка).
5. **Рольові ігри / інсценізації** - відтворення типових ситуацій з практики психолога.
6. **Кейси / аналіз ситуацій** - робота над реальними чи змодельованими випадками взаємодії.
7. **Круг рефлексії** - обговорення почуттів, думок, нових усвідомлень наприкінці заняття.

Очікувані результати реалізації програми:

підвищення рівня усвідомлення емоцій і навичок саморегуляції;
 зростання емпатійності та соціальної чутливості;
 покращення вербальної експресії та здатності до інтерпретації соціальних сигналів;
 розвиток психологічної гнучкості й професійної комунікативної готовності.

Висновки до розділу 2.

Одним із пріоритетних завдань професійної підготовки майбутніх психологів є розвиток здатності до ефективної емоційно-соціальної взаємодії, яка реалізується через сформованість соціального (CI) та емоційного інтелекту (EI). Проведене емпіричне дослідження дало змогу виявити рівень розвитку зазначених якостей у студентів-психологів, а також окреслити напрями подальшого формування відповідних компетентностей у системі фахової підготовки.

Отримані результати засвідчили неоднорідність емоційної зрілості та соціального розуміння у респондентів. Зокрема, за методикою Н. Холла більшість студентів (76.92%) продемонстрували високий рівень емоційного інтелекту, що свідчить про наявність базових емоційних умінь, таких як усвідомлення, розпізнавання та регуляція емоцій.

У той же час результати за шкалою SSEIT (Шутте) вказали на значно нижчий рівень емоційної інтегрованості: лише 3.45% опитаних мали високий показник, тоді як 44.83% - низький. Це розходження може пояснюватися різницею у фокусі методик: одна акцентує увагу на контекстному реагуванні, інша - на загальній емоційній самооцінці.

Ще одним слабким місцем у підготовці психологів виявилася здатність до інтерпретації вербальних комунікативних сигналів. За результатами субтесту «Вербальна експресія» Дж. Гілфорда та М. О'Саллівана лише 17% учасників змогли точно визначити ситуацію, у якій фраза набуває зміненого сенсу. 58% респондентів показали середній рівень, а 25% — низький, що вказує на труднощі у розпізнаванні підтексту та соціального наміру в мовленні.

Аналіз взаємозв'язків між отриманими показниками свідчить про тісну пов'язаність емоційної саморегуляції (за SSEIT) із умінням соціально інтерпретувати мовлення (за «Вербальною експресією»), що ще раз підтверджує необхідність комплексного підходу до розвитку як CI, так і EI в контексті професійної підготовки.

Отримані результати узгоджуються з попередніми дослідженнями, які також вказували на недостатній рівень розвитку соціального інтелекту в студентів-психологів [36, 5-7 с.]. Така тенденція може мати системний характер і вимагає не лише діагностичного, а й корекційно-розвивального впливу.

У відповідь на виявлені труднощі була **розроблена авторська програма розвитку соціального та емоційного інтелекту**, що передбачає проведення серії тренінгових занять. Її метою є формування ключових соціально-емоційних компетентностей: саморефлексії, емоційної саморегуляції, емпатії, вербальної експресії та здатності до соціального прогнозування. Програма побудована з урахуванням результатів емпіричного дослідження та спрямована на гармонізацію професійної взаємодії, підвищення гнучкості поведінки та емоційної зрілості майбутніх психологів.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження було присвячене комплексному аналізу соціального інтелекту студентів-психологів як однієї з ключових умов їхньої професійної ефективності. У фокусі перебували як теоретичні основи феномену, так і емпіричне вивчення його проявів, з урахуванням тісного взаємозв'язку із компонентами емоційного інтелекту. Особливу увагу приділено практичному значенню цих якостей у контексті фахової діяльності майбутніх психологів.

Соціальний інтелект, розглянутий у цій роботі як інтегративна характеристика, що об'єднує пізнавальні, емоційні та поведінкові аспекти, забезпечує здатність ефективно орієнтуватися в соціальному просторі, налагоджувати продуктивну взаємодію та адекватно реагувати на міжособистісні виклики. Його формування є неможливим без належного рівня емоційного інтелекту - здатності усвідомлювати, регулювати й виражати емоції у соціальному контексті. Разом ці дві якості формують підґрунтя професійної зрілості психолога.

Теоретичний аналіз довів, що соціальний інтелект є об'єктом активного наукового вивчення, однак практичний інструментарій для його розвитку у студентській аудиторії залишається фрагментарним. Виявлено, що лише завдяки цілеспрямованому впливу - тренінгам, практикоорієнтованим заняттям, моделюванню комунікативних ситуацій - можливе послідовне формування відповідних соціально-комунікативних компетентностей.

Отримані емпіричні результати виявили розрив між знаннями про емоційні процеси та реальними навичками їх застосування. Зокрема, за тестом Н. Холла більшість студентів продемонстрували високий рівень емоційного інтелекту на рівні самооцінки, тоді як результати шкали SSEIT свідчать про помірно розвинену або навіть низьку здатність до саморегуляції й емоційної гнучкості. Також виявлено складнощі у розпізнаванні соціальних підтекстів мовлення, що було підтверджено субтестом «Вербальна експресія».

Ці суперечності свідчать про потребу у переосмисленні змісту підготовки студентів психологічних спеціальностей: лише знання недостатньо - необхідно формувати досвід, практичні навички і рефлексивну здатність працювати в емоційно насичених соціальних ситуаціях. Аналіз результатів вказує на наявність стійкого зв'язку між емоційною саморегуляцією та якістю соціальної інтерпретації, що підкреслює важливість комплексного розвитку обох складових.

Відповіддю на виявлені проблеми стала розробка авторської тренінгової програми, орієнтованої на поетапний розвиток соціального та емоційного інтелекту студентів. Програма включає тематичні заняття з елементами рефлексії, практичних вправ, аналізу комунікативних ситуацій і вправ на вербальну чутливість. Її впровадження може стати ефективним засобом покращення якості психологічної освіти та розвитку емоційно-соціальної компетентності.

Таким чином, результати дослідження доводять необхідність посилення практичної складової в підготовці майбутніх психологів. Стійка професійна ідентичність фахівця неможлива без сформованого вміння орієнтуватися у складних міжособистісних ситуаціях, виявляти гнучкість у спілкуванні, керувати власними емоційними станами та будувати конструктивний контакт з клієнтом. Перспективним напрямом подальших наукових пошуків є емпіричне тестування ефективності запропонованої тренінгової програми, а також розробка інструментів динамічного моніторингу розвитку соціального інтелекту в освітньому процесі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барбакова Л. В. Емоційний інтелект у структурі професійної компетентності психолога. *Психологія особистості*. 2021. № 1. 39 с.
2. Бендюк Є. В. *Тренінг як засіб формування соціальної адаптації студентів*. Науковий вісник Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії. Педагогіка. Психологія. 2020. Вип. 38. 34-39 с.
3. Бех І. Д. *Особистість на шляху до духовних цінностей*. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
4. Бріер Д. *Основи травмофокусованої психотерапії*. Львів: Свічадо, 2015. 448 с.
5. Гаврилова Т. Є. *Соціальний інтелект як чинник міжособистісної взаємодії студентської молоді*. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2013. Вип. 1. 46-51 с.
6. Гарднер Г. *Структура розуму: Теорія множинного інтелекту*. Київ, 2007. 512 с.
7. Гоулман Д. *Емоційний інтелект: чому він може значити більше, ніж IQ*. Харків: Клуб Сімейного Дозвілля, 2017. 464 с.
8. Даневська В. В. *Особливості емоційного інтелекту у майбутніх психологів*. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2021. 70 с.
9. Дерев'янка С. П. *Емоційний штучний інтелект у професійній підготовці майбутніх психологів*. Психологія та педагогіка. 2024. №1. 112-117с.
10. Дерев'янка С. П. *Психологія емоційного інтелекту: навчально-методичні рекомендації*. Чернігів: НУЧК ім. Т. Г. Шевченка, 2023. 80 с.
11. Дячук О. С. *Формування соціального інтелекту студентів в умовах вищої освіти*. Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи. 2021. Вип. 2. 102-108 с.

12. Ємельянов Ю. М. *Соціальний інтелект як складова міжособистісної компетентності. Актуальні проблеми психології*. Умань: УДПУ імені Павла Тичини, 2014. вип. 35. 130-135 с.
13. Журавльова М. О. *Розвиток емоційного інтелекту майбутніх психологів у процесі професійної підготовки: автореф. дис. канд. психол. наук*. Київ, 2014. 22 с.
14. Зарицька В. В. *Теоретико-методологічні аспекти розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки*. Запоріжжя: ЗНУ, 2010. 304 с.
15. Карамушка Л. М. *Психологія управління: навчальний посібник*. Київ: Міленіум, 2006. 344 с.
16. Карпенко З. Л., Гребенюк С. І. *Основи психології спілкування*. Київ: Центр учбової літератури, 2010. 240 с.
17. Кентор Н. М. *Теоретико-методичні засади формування соціального інтелекту майбутніх учителів*. Соціально-гуманітарні науки. Вісник. УДПУ. 2020. № 38. 96-101 с.
18. Кирилюк О. С. *Соціальний інтелект як компонент професійної компетентності майбутнього психолога*. Науковий вісник ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка. Психологічні науки. 2011. Вип. 93. 144-148 с.
19. Кочубей Т. І. *Соціальний інтелект і комунікативна компетентність*. Київ: ІПОД імені Івана Зязюна, 2019. 112 с.
20. Крайг Г. *Психологія розвитку*. Повний курс. Пер. з англ. Київ: Академія, 2004. 784 с.
21. Кулачківська С. І. *Розвиток соціального інтелекту особистості в умовах навчання у вищому навчальному закладі*. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 2015. Вип. 55(106). 82-86 с.
22. Левченко В. *Емоційний інтелект: теоретичні засади та практичне значення*. Кривий Ріг: КДПУ, 2022. 92 с.

23. Левченко В. І. *Психологічні основи емоційного інтелекту*. Київ: Логос, 2020. 212 с.
24. Луценко О. С. *Психологічна структура соціального інтелекту в контексті професійної підготовки*. Психологія і педагогіка. 2018. Вип. 30. 48-53 с.
25. Маслоу А. *Мотивація та особистість*. Київ: Основи, 2016. 352 с.
26. Москаленко В.В. *Соціальна психологія*, видання 2-ге, виправлене та доповнене: Київ, «Центр учбової літератури» 2008. 400 с.
27. Носенко Е. Л., Четверик-Бурчак А. Г. *Теорія емоційного інтелекту: курс лекцій із завданнями для самоконтролю*. Дніпро: ДНУ імені О. Гончара, 2016. 113 с.
28. Огороднійчук З., Виборнова Є. *Емоційний інтелект як предмет дослідження в психологічній літературі*. Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 2023. Вип. 22(67). 83-86 с.
29. Плахотник Н. О. *Соціальний інтелект та самооцінка як фактори ефективної діяльності практичних психологів: кваліфікаційна робота*. Кривий Ріг, 2024. 78 с.
30. *Психологічні особливості емоційного та соціального інтелекту студентів-психологів*. за ред. С. І. Коваль. Одеса: ОНУ ім. І. І. Мечникова, 2023. 42 с.
31. Романець Ю. В. *Розвиток емоційної компетентності в юнацькому віці*. Психологічні науки. 2022. № 4. 77-82 с.
32. Рубан О. І. *Соціальний інтелект як чинник толерантної поведінки*. Молодь і ринок. 2020. № 3. 24-28 с.
33. Савченко Л. О. *Психологічні особливості формування соціального інтелекту студентської молоді*. Вісник ЛНУ ім. Т. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. 2012. №21(246). 174–180 с.

34. Самсоненко Е. В. *Психологічні детермінанти розвитку соціального інтелекту майбутніх психологів: кваліфікаційна робота*. Кривий Ріг, 2024. 68 с.
35. Сірко Р. І. *Професійна підготовка майбутніх психологів оперативно-рятувальної служби до діяльності в екстремальних умовах: монографія*. Львів: Галич-Прес, 2017. 482 с.
36. Ситнік С. В., Гелевер О. М. *Соціальний інтелект як елемент професійної компетентності майбутніх психологів*. Наука і освіта. 2008. № 8-9. С. 111-116.
37. Сіваш О. В. *Структура та функції соціального інтелекту в системі особистісної адаптації*. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. 2017. V(61), Issue 124. 33-35 с.
38. Смульсон М. Л. *Емоційний інтелект: структура, функції, розвиток*. // Психологія і суспільство. 2016. № 1. 15–22 с.
39. *Соціальний інтелект. Нова наука про людські відносини*. Харків: Клуб Сімейного Дозвілля, 2020. 384 с.
40. Старченко Н. О. *Взаємозв'язок емоційного інтелекту та професійної самореалізації майбутніх психологів*. Вісник КНУ ім. Т. Шевченка. Серія «Психологія». 2020. № 2(13). 65-69 с.
41. Стрілецька І. І. *Особливості соціального інтелекту особистості*. Збірник наукових праць студентів і викладачів ХДУ. 2014. Вип. 1. 21-25 с.
42. Сухомлинська О. В. *Професійно важливі якості психолога: роль емоційного інтелекту*. Гуманітарний часопис. 2023. № 1. 92-97 с.
43. Туруніна К., Хілько О. *Психологічні особливості емоційного інтелекту майбутніх психологів*. Вісник УМО. Серія: Соціальні та поведінкові науки. 2024. Вип. 28(57). 113-120 с.
44. Філоненко М.М. *Основи психології спілкування*. Київ: Центр учбової літератури, 2010. 240 с.

45. Чепурних Н. М. *Розвиток емоційної саморегуляції як складової емоційного інтелекту студентів* / Н. М. Чепурних // Вісник психології і педагогіки. 2015. № 25. 109-113 с.
46. Яновська Т. А. *Соціальний інтелект у структурі професійно важливих якостей психолога*. Psychological Journal. 2023. № 2. 51-56 с.