

УДК 159.942:159.925]-057.87

DOI <https://doi.org/10.32782/3041-1351/2025-2-2>**Гудзь Тетяна Олександрівна**кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри психології, реабілітації та адаптації,

Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти

«Кам'янець-Подільський державний інститут»

tatka.gydz@ukr.net

ORCID: 0000-0001-6133-2891

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ТРЕНІНГОВОМУ ФОРМАТІ

Вступ. Емоційний інтелект розглядається як важливий чинник успішної взаємодії, професійної ефективності та психологічного благополуччя. Зростання його значимості за умов соціальних змін посилює інтерес до механізмів розвитку емоційної компетентності. Тренінгові програми відіграють ключову роль, оскільки забезпечують емоційний досвід, рефлексію та практичне формування навичок. Різні моделі емоційного інтелекту – когнітивна, змішана та особистісна – вимагають подальшого аналізу їх застосування у тренінговому форматі, що підкреслює актуальність дослідження цього процесу.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати та проаналізувати психологічні механізми формування емоційного інтелекту в умовах тренінгового впливу, а також визначити ефективні умови та компоненти тренінгової програми, що сприяють розвитку емоційної компетентності.

Наукова новизна дослідження полягає у узагальненні підходів до розуміння емоційного інтелекту, обґрунтуванні ключових механізмів його розвитку у тренінгу, демонстрації їхнього комплексного впливу на формування емоційних навичок та уточнення ролі групової динаміки та фасилітації у підвищенні ефективності тренінгових програм.

Висновки. Здійснений теоретичний аналіз підтверджує, що емоційний інтелект є багатовимірною компетентністю, яка може цілеспрямовано розвиватися в умовах тренінгового впливу. В рамках різних моделей – когнітивної, змішаної та особистісної – акцентуються різні компоненти ЕІ, однак їх об'єднує визнання можливості набуття емоційних умінь через навчання та практику. Встановлено, що ключовими механізмами тренінгового розвитку емоційного інтелекту виступають емоційна саморефлексія, когнітивна переоцінка, соціальна фасилітація та поведінкова репетиція. Вони забезпечують глибоку переробку емоційного досвіду, формування нових стратегій регулювання та підвищення ефективності соціальної поведінки. Підкреслено значення мотивації учасників та професійної компетентності тренера як факторів, що визначають результативність навчального процесу. Отримані результати можуть використовуватися для вдосконалення тренінгових програм та подальших досліджень у галузі розвитку емоційної компетентності.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоційна компетентність, тренінг, саморефлексія, когнітивна переоцінка, соціальна взаємодія.

Gudz Tetyana Oleksandrivna

Candidate of Pedagogical Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology, Rehabilitation and Adaptation,

Educational and Rehabilitation Institution of Higher Education

“Kamianets-Podilskyi State Institute”

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF FORMATION OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN TRAINING FORMAT

Introduction. Emotional intelligence is considered as an important factor in successful interaction, professional effectiveness and psychological well-being. The growth of its significance in the context of social changes increases interest in the mechanisms of emotional competence development. Training programs play a key role, as they provide emotional experience, reflection and practical formation of skills. Various models of emotional intelligence – cognitive, mixed and personal – require further analysis regarding their application in the training format, which emphasizes the relevance of studying this process.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and analyze the psychological mechanisms of emotional intelligence formation under training influence, as well as to identify effective conditions and components of the training program that contribute to the development of emotional competence.

The scientific novelty of the study lies in generalizing approaches to understanding emotional intelligence, substantiating the key mechanisms of its development in training, demonstrating their complex impact on the formation of emotional skills, and clarifying the role of group dynamics and facilitation in increasing the effectiveness of training programs.

Conclusions. The theoretical analysis conducted confirms that emotional intelligence is a multidimensional competence that can be purposefully developed under training influence. Within the framework of different models – cognitive, mixed, and personal – different components of EI are emphasized, but they are united by the recognition of the possibility of acquiring emotional skills through training and practice. It has been established that the key mechanisms of training development of emotional intelligence are emotional self-reflection, cognitive reappraisal, social facilitation, and behavioral rehearsal. They provide a deep processing of emotional experience, the formation of new regulation strategies, and increasing the effectiveness of social behavior. The importance of participants' motivation and trainer's professional competence as factors determining the effectiveness of the training process is emphasized. The results obtained can be used to improve training programs and further research in the field of emotional competence development.

Key words: emotional intelligence, emotional competence, training, self-reflection, cognitive reappraisal, social interaction.

© Гудзь Т. О., 2025

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Вступ. У сучасному суспільстві, що характеризується високою динамічністю, невизначеністю і зростанням психоемоційного навантаження, здатність ефективно розуміти і регулювати власні емоції, а також вибудовувати конструктивні міжособистісні відносини набуває особливої значущості. Емоційний інтелект розглядається як ключова компетентність XXI століття, що суттєво впливає на професійну успішність, психологічний добробут та адаптивність особистості [1, с. 281].

Незважаючи на велику кількість теоретичних досліджень, механізми формування емоційного інтелекту залишаються недостатньо вивченими, особливо у контексті практичних програм розвитку. Тренінговий формат сьогодні є одним із найефективніших інструментів формування соціально-емоційних навичок, оскільки забезпечує активну взаємодію, переживання емоційного досвіду «тут і зараз» і створює умови для розвитку саморефлексії. Однак психологічні механізми, що лежать в основі змін у процесі тренінгового впливу, потребують подальшого теоретичного обґрунтування та емпіричної перевірки.

Зростання запиту освітніх установ, бізнес-середовища та сфери психологічної допомоги на програми розвитку емоційної компетентності посилює необхідність розробки науково обґрунтованих тренінгових методик. Це актуалізує дослідження того, які саме психологічні механізми – когнітивні, мотиваційні, поведінкові чи інтеракційні – забезпечують ефективність формування емоційного інтелекту, та як їх можна цілеспрямовано активізувати у тренінговому процесі [1, с. 282].

Отже, вивчення психологічних механізмів формування емоційного інтелекту в тренінговому форматі є своєчасним і соціально значущим, адже воно сприяє підвищенню результативності освітніх та психокорекційних програм, а також розвитку емоційної компетентності як важливої умови успішної самореалізації людини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній науковій літературі значна увага приділяється дослідженню емоційного інтелекту як комплексної психологічної характеристики, що включає здатність розпізнавати, розуміти та регулювати емоційні стани. Роботи Дж. Майєра, П. Саловея та Д. Карузо [2], К. Заранко [3] стали фундаментом для подальших досліджень, визначивши різні моделі емоційного інтелекту – як особистісну, так і модель здібностей. Останні публікації М. Тесленко, І. Тесленко [4], Л. Ніколаєва, Д. Чижми [5] підтверджують, що емоційний інтелект є важливою умовою професійної успішності, психологічного благополуччя та ефективної міжособистісної взаємодії, що посилює інтерес до його розвитку засобами тренінгових технологій.

Окремий пласт досліджень зосереджується на вивченні ефективності тренінгових програм з розвитку емоційного інтелекту [5]. Метааналізи останніх років свідчать, що навчальні інтервенції, побудовані на активних методах – групових дискусіях,

рольових іграх, емоційній рефлексії та зворотного зв'язку, – сприяють підвищенню рівня емоційної самосвідомості, емпатії та навичок емоційного регулювання [6]. Результати тренінгів суттєво залежать від їхньої структури, тривалості та якості фасилітації, що стимулює дослідників до пошуку оптимальних форматів та механізмів впливу.

Важливе місце в сучасних дослідженнях займає аналіз психологічних механізмів, які забезпечують ефективність тренінгових програм. І. Мазоха [7], Т. Децюк, Т. Шестаковська, К. Галкіна [8] виділяють ключові механізми: розвиток емоційної саморефлексії, формування навичок когнітивної переоцінки, підвищення здатності до емпатійного сприйняття, а також створення безпечного групового середовища, що активізує соціально-інтеракційні процеси навчання. Вчені відзначають, що саме поєднання когнітивних, поведінкових та емоційно-рефлексивних компонентів тренінгу створює умови для стійких особистісних змін.

Попри значну кількість досліджень, наукова література вказує на низку проблем, що залишаються недостатньо вивченими. Зокрема, актуальною є потреба у виявленні медіаторів і модераторів тренінгового впливу, а також у вивченні довготривалих ефектів програм розвитку емоційного інтелекту. Частина робіт страждає на методологічні обмеження – невеликі вибірки, відсутність контрольних груп, короткі періоди спостереження, що ускладнює узагальнення результатів. Це підкреслює важливість подальших досліджень, спрямованих на уточнення психологічних механізмів формування емоційного інтелекту та удосконалення тренінгових моделей його розвитку.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та проаналізувати психологічні механізми формування емоційного інтелекту в умовах тренінгового впливу, а також визначити ефективні умови та компоненти тренінгової програми, які сприяють розвитку емоційної компетентності.

Завданнями дослідження є: 1) дослідити сучасні теоретичні підходи до розуміння структури, функцій та моделей емоційного інтелекту; 2) вивчити наукові підходи до організації тренінгових програм та визначити основні психологічні механізми, що лежать в основі формування емоційної компетентності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емоційний інтелект є не тільки індивідуальною рисою або специфічною формою здібності, але і цілісною, багатовимірною особистісною компетентністю, що охоплює когнітивні, емоційні та соціально-поведінкові компоненти, що взаємодіють між собою та визначають здатність людини ефективно орієнтуватися в емоційних ситуаціях [3, с. 118]. Його формування можливе завдяки спеціально організованому навчальному впливу, які створюють умови для розвитку емоційної обізнаності, саморегуляції, емпатії та навичок соціальної взаємодії; особливо високий потенціал у цьому контексті мають тренінгові програми, що забезпечують

активне залучення, рефлексію, проживання емоційного досвіду та практичне відпрацювання нових моделей поведінки. У зв'язку з цим важливим є глибокий аналіз теоретичних підходів до розуміння ЕІ та визначення психологічних механізмів, що забезпечують його формування в умовах тренінгової роботи.

Одним із провідних є підхід Дж. Маєра, П. Саловея та Д. Карузо [2], які розглядають емоційний інтелект як сукупність когнітивних здібностей, пов'язаних із сприйняттям, розумінням та регуляцією емоцій. У цій моделі ЕІ має ієрархічну структуру: від базових навичок ідентифікації емоцій – до складніших умінь свідомої їх регуляції та використання у процесі мислення та прийняття рішень [9]. Такий підхід підкреслює важливість когнітивної переробки емоційної інформації та дозволяє розглядати ЕІ як форму інтелектуальної здатності, що піддається цілеспрямованому розвитку.

Іншу позицію представляють прихильники змішаних моделей, серед яких найбільш відомою є модель Д. Гоулмана [10]. У його концепції емоційний інтелект постає як інтеграція емоційних, соціальних та мотиваційних характеристик особистості. До структури ЕІ входять самосвідомість, саморегуляція, емпатія, соціальні навички та мотивація досягнення [11, с. 78]. Змішані моделі підкреслюють значущість особистісних якостей та стильових характеристик у формуванні емоційної компетентності та розглядають її як сукупність навичок, що важливі для ефективного функціонування у соціумі. Такий підхід є надзвичайно популярним у практичній психології та педагогіці, оскільки надає широкі можливості для розробки тренінгових програм розвитку емоційних та комунікативних умінь.

У науковій літературі також простежується інтерес до моделі емоційного інтелекту як риси особистості (trait EI), запропонованої К. Петрідесом, яка трактує ЕІ як стабільну сукупність емоційно-особистісних диспозицій, що визначають характер реагування на емоційні стимули [12, с. 56]. Хоча ЕІ як риса особистості вважається більш стійким, численні емпіричні дослідження [3]; [4]; [13] доводять, що навіть такі диспозиційні характеристики можуть зазнавати змін під впливом систематичного тренінгового навчання, особливо в умовах рефлексивної та емоційно насиченої взаємодії.

Порівняльний аналіз цих підходів дозволяє стверджувати, що жодна модель не є вичерпною, проте всі вони підкреслюють можливість розвитку емоційного інтелекту та важливість поєднання когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів у цьому процесі. Саме це створює методологічне підґрунтя для розроблення ефективних тренінгових програм, спрямованих на формування емоційної компетентності.

У контексті дослідження другого завдання – вивчення наукових підходів до організації тренінгових програм – важливо зазначити, що сучасні тренінгові моделі ґрунтуються на принципах активності, інтерактивності та досвіду «тут і зараз». Тренінг як форма психологічного впливу спрямований

на створення середовища, де учасник може одночасно отримувати знання, проживати емоційний досвід, експериментувати з поведінковими стратегіями та отримувати зворотний зв'язок [5, с. 35]. Саме багатокомпонентність тренінгу робить його оптимальним інструментом для розвитку емоційного інтелекту.

Сучасні дослідники виділяють кілька ключових психологічних механізмів, які забезпечують ефективність тренінгових програм розвитку ЕІ. Насамперед, це *механізм емоційної саморефлексії*, що включає усвідомлення власних емоційних реакцій, їх природи, інтенсивності та функцій [13, с. 355]. Через рефлексивні вправи, групові обговорення та ведення емоційних щоденників учасники тренінгу навчаються розпізнавати свої переживання і формувати більш точні емоційні уявлення про себе. Додатково такий підхід сприяє розвитку навички помічати ранні сигнали емоційного напруження та своєчасно реагувати на них. Регулярна практика самоспостереження допомагає учасникам краще розуміти динаміку власних емоцій та виявляти фактори, що їх посилюють або послаблюють. Унаслідок цього формується здатність більш усвідомлено обирати стратегії поведінки у складних ситуаціях. Зміцнення емоційної саморефлексії також підвищує рівень внутрішньої стабільності та загальну емоційну компетентність.

Другим важливим механізмом є *розвиток когнітивної переоцінки*, що дозволяє змінювати інтерпретацію ситуацій і цим регулювати власні емоційні стани [8, с. 277]. У тренінговому процесі це реалізується через когнітивно-поведінкові техніки, рольові ігри та моделювання соціальних сценаріїв. Учасники отримують можливість апробувати нові способи поведінки, що сприяють більш конструктивному емоційному реагуванню. Крім того, застосування переоцінки допомагає знижувати інтенсивність негативних переживань та формувати адаптивні інтерпретації подій. Практика аналізу альтернативних підходів до ситуації розширює когнітивний репертуар учасників та підсилює здатність приймати виважені рішення. Зміна фокусу уваги зі стресогенних аспектів на потенційні можливості сприяє підвищенню емоційної гнучкості. В результаті формується більш стійка здатність контролювати власні реакції та підтримувати емоційну рівновагу у складних взаємодіях [7].

Третій механізм – *фасилітована соціальна взаємодія*, у межах якої формується емпатія, навички активного слухання, прийняття перспективи іншого та конструктивне вирішення конфліктів. Групова динаміка, зворотний зв'язок і спільне обговорення ситуацій створюють безпечне середовище, де учасники можуть експериментувати з новими моделями емоційного та комунікативного реагування [12, с. 58]. Саме в умовах групи формуються більш стійкі соціально-емоційні навички, які пізніше переносяться в повсякденну взаємодію.

Третій механізм – *фасилітована соціальна взаємодія*, в рамках якої формується емпатія, навички

чки активного слухання, прийняття перспективи та конструктивне вирішення конфліктів. Групова динаміка, зворотний зв'язок та спільне обговорення ситуацій створюють безпечне середовище, де учасники можуть експериментувати з новими моделями емоційного та комунікативного реагування [12, с. 58]. Саме в умовах групи формуються більш стійкі соціально-емоційні навички, які пізніше переносяться у повсякденну взаємодію. Додатково взаємопідтримка в групі допомагає учасникам краще усвідомлювати власний внесок у комунікацію та коригувати неефективні поведінкові стратегії. Спільне опрацювання реальних ситуацій також сприяє глибшому розумінню емоційних реакцій інших та розвитку здатності до більш чутливого та відповідального міжособистісного спілкування.

Важливим механізмом також є *поведінкова репетиція та закріплення навичок*, які забезпечують перенесення результатів тренінгу у реальне життя [11, с. 85]. Регулярні вправи, домашні завдання, обговорення успіхів та утруднень, а також повторення ключових навичок у різних контекстах сприяють формуванню стійких емоційно-регулятивних стратегій. Саме практична орієнтованість тренінгу дозволяє учасникам не лише усвідомлювати, але й активно застосовувати нові моделі поведінки. Довготривала практика посилює автоматизацію корисних емоційних реакцій і робить їх більш природними у щоденній взаємодії. Завдяки цьому результати тренінгу зберігаються і після його завершення, підтримуючи подальший розвиток емоційної компетентності.

Аналіз наукових джерел [1]; [4]; [7] також показує, що ефективність тренінгу значною мірою залежить від особистісних та мотиваційних характеристик учасників. Висока мотивація до розвитку, відкритість до досвіду, здатність до самоспостереження та готовність до рефлексії підвищують ймовірність успішного формування емоційної компетентності. Водночас тренер відіграє важливу роль у створенні атмосфери довіри, психологічної безпеки та підтримки, яка необхідна для емоційної відкритості та експериментування.

Додатково слід звернути увагу на те, що тренінгові програми з розвитку емоційного інтелекту вимагають чіткої структурованості та поступового переходу від базових емоційних умінь до більш складних соціально-поведінкових навичок [5]. Ефективні програми включають модулі, спрямовані на розвиток емоційної чутливості, усвідомленості, навичок вербалізації почуттів, емпатійної комунікації та конструктивного способу вираження емоцій. Важливим компонентом є і створення умов метарефлексії – осмислення як власних емоційних реакцій, а й змін, що відбуваються в ході тренінгової роботи. Така метарефлексія сприяє закріпленню нових моделей поведінки лише на рівні життєвих стратегій.

Окремого значення набуває індивідуалізація тренінгових впливів. Дослідження [10]; [12]; [13] свідчать, що учасники з різними базовими рівнями

емоційної компетентності потребують різної інтенсивності та спрямованості методів. Наприклад, особам з низьким рівнем емоційної усвідомленості важливо пропонувати більше вправ на ідентифікацію та диференціацію емоційних станів, тоді як учасники з високою емоційною чутливістю можуть більше потребувати тренування навичок регуляції та когнітивної переоцінки. Такий індивідуальний підхід значно підвищує результативність тренінгових програм [10].

Не менш важливим аспектом є забезпечення довготривалої підтримки після завершення тренінгу. Досвід науковців [2] показує, що ефективність формування емоційної компетентності суттєво зростає, якщо учасники отримують можливість продовжувати практику у форматі супервізійних зустрічей, мікрогруп, онлайн-завдань чи щоденників спостережень. Саме посттренінговий супровід сприяє перенесенню набутих умінь у реальні життєві та професійні ситуації, що є ключовим критерієм успішності розвитку емоційного інтелекту.

Висновки і перспективи подальших досліджень. У результаті теоретичного аналізу встановлено, що емоційний інтелект є багатовимірним феноменом, що поєднує когнітивні, емоційні та соціально-поведінкові компоненти та забезпечує здатність людини розуміти та регулювати емоції у взаємодії з іншими. Незважаючи на різні підходи до його трактування – як когнітивної, змішаної та особистісної компетентності – вчені погоджуються, що ЕІ може розвиватися в умовах цілеспрямованого психологічного впливу. Аналіз моделей Дж. Майєра, П. Саловея та Д. Карузо [2], Д. Гулмана [10], та К. Петрідеса [12] свідчить про їхню спільну увагу до когнітивних та емоційно-особистісних процесів, тоді як відмінності між ними дозволяють цілісніше зрозуміти структуру ЕІ та обґрунтувати ефективні способи його розвитку.

Дослідження тренінгових підходів дало змогу визначити, що тренінг є оптимальним форматом розвитку емоційного інтелекту, оскільки поєднує активне навчання, емоційне переживання, соціальну взаємодію та практичне відпрацювання навичок. Ключовими психологічними механізмами формування ЕІ у тренінговому форматі виступають рефлексія емоційного досвіду, когнітивна переоцінка, фасилітована соціальна взаємодія та поведінкова репетиція. Саме ці механізми забезпечують глибоке усвідомлення власних емоцій, формування нових способів емоційного реагування та перенесення набутих навичок у повсякденну поведінку.

Окреме значення мають особистісні ресурси учасників та професійна компетентність тренера, які визначають інтенсивність і глибину змін. Висока мотивація, відкритість до нового досвіду та здатність до рефлексії значно підвищують ефективність тренінгового впливу, тоді як якісно організований тренінг забезпечує безпечний простір для емоційної взаємодії та навчання.

Отже, узагальнення отриманих результатів дозволяє стверджувати, що розвиток емоцій-

ного інтелекту у тренінговому форматі є науково обґрунтованим та психологічно ефективним процесом. Методологічна інтеграція різних теоретичних моделей, поєднання когнітивних та емоційно-поведінкових підходів, а також акцент на особистісній активності учасника створюють реальні передумови для формування стійкої емоційної компетентності.

Перспективами подальших досліджень є вивчення довготривалого впливу тренінгів ЕІ, визначення оптимальних структур та методів навчання, а також аналіз ефективності подібних програм у різних вікових та професійних групах. Особливо актуальним є дослідження потенціалу цифрових та змішаних форм тренінгової роботи, які можуть розширити можливості розвитку емоційного інтелекту.

Список літератури:

1. Петренко С. С. Емоційний інтелект як чинник психоемоційного стану особистості. *The 7 th International scientific and practical conference "Scientific research: modern challenges and future prospects" (February 17–19, 2025) MDPC Publishing, Munich, Germany*. 2025. С. 281–285.
2. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? *American Psychologist*. 2008. № 63(6). Р. 503–517.
3. Заранко К. С. Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху. *Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, (20-21 вересня 2024р.), м. Одеса. Міжнародний гуманітарний університет*. 2024. С. 118–120.
4. Тесленко М. М., & Тесленко І. В. Емоційний інтелект у структурі саморегуляції студентів-психологів. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 155–162.
5. Ніколаєв Л. О., Чижма Д. М. Тренінгові технології у розвитку емоційного інтелекту як компоненту особистісної зрілості здобувачів вищої освіти. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. №33(3). С. 34–40.
6. Борисенко Л., Корват Л. Зв'язок емоційного інтелекту та самоефективності особистості. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2023. № 2. С. 5–10.
7. Мазоха І. С. Психологічні стратегії інтегрованого управління конфліктами та стресовими станами. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 3. С. 63–67.
8. Децюк Т., Шестаковська Т., Галкіна К. Синергетика психотерапевтичних методів, тренінгових технологій і сімейної психології: міждисциплінарний підхід. *Psychology Travelogs*. 2025. № 2. С. 276–292.
9. Мамчур С. Емоційний інтелект у контексті професійної діяльності науково-педагогічних працівників вищих військових навчальних закладів. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки»*. 2024. №2. С. 50–55.
10. Al-Ajmi Z., Al-Ayasrah M. A. The Impact of an Educational Program based on the Components of Emotional Intelligence according to the Golman Model in the Development of Ethical Behavior in Islamic Education. *Journal of Educational and Psychological Studies*. 2019. № 13(2). Р. 275–299.
11. Гайдукевич К., Поліщук Л. Емоційний інтелект як важлива складова успіху в професійній діяльності івент-менеджера. *Питання культурології*. 2023. № 41. С. 78–88.
12. Abdel-Fattah H. M. M. Emotional intelligence and emotional stability in crises. *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*. 2020. №4 (2). Р. 56–62.
13. Harahap M. A. K., Sutrisno S., Mahendika D., Suherlan S., & Ausat A. M. A. The Role of Emotional Intelligence in Effective Leadership: A Review of Contemporary Research. *Al-Buhuts*. 2023. №19(1). Р. 354–369.

References:

1. Petrenko, S. S. (2025, February). Emotsiynyi intelekt yak chynnyk psykhoemotsiinoho stanu osobystosti [Emotional intelligence as a factor of the psycho-emotional state of the individual]. In *The 7 th International scientific and practical conference "Scientific research: modern challenges and future prospects" (February 17–19, 2025)* MDPC Publishing, Munich, Germany. 2025. P. 281–285. [in Ukrainian].
2. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2008). Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? *American Psychologist*, 63(6), 503–517.
3. Zaranko, K. S. (2024). Emotsiynyi intelekt yak chynnyk dosiahnennia zhyttievoho uspikhu [Emotional intelligence as a factor in achieving life success]. *Psychology of the individual's life space in modern conditions of crisis, globalization and digital transformation of social life: Materials of the International Scientific and Practical Conference, (September 20–21, 2024)*, Odessa. International Humanitarian University. P. 118–120. [in Ukrainian].
4. Teslenko, M. M., & Teslenko, I. V. (2024). Emotsiynyi intelekt u strukturi samorehulatsii studentiv-psykholohiv [Emotional intelligence in the structure of self-regulation of psychology students]. *Scientific notes. Series: Psychology*, (1), 155–162. [in Ukrainian].
5. Nikolaiev, L. O., & Chyzhma, D. M. (2022). Treninhovi tekhnolohii u rozvytku emotsiinoho intelektu yak komponentu osobystisnoi zrilosti zdobuvachiv vyshchoi osvity [Training technologies in the development of emotional intelligence as a component of personal maturity of higher education students]. *Scientific notes of the V. I. Vernadsky TNU. Series: Psychology*, 33(3), 34–40. [in Ukrainian].
6. Borysenko, L., & Korvat, L. (2023). Zviazok emotsiinoho intelektu ta samoefektyvnosti osobystosti [The relationship between emotional intelligence and individual self-efficacy]. *Journal of Social and Practical Psychology*, (2), 5–10. [in Ukrainian].

7. Mazokha I. S. Psykholohichni stratehii intehrovanoho upravlinnia konfliktamy ta stresovymy stanamy [Psychological strategies for integrated management of conflicts and stressful situations]. *Mental health*, (3), 63–67. [in Ukrainian].
8. Detsiuk, T., Shestakovska, T., Halkina, K. (2025) Synerhetyka psykhoterapevtychnykh metodiv, treninhovykh tekhnolohii i simeinoi psykholohii: mizhdystsyplinarnyi pidkhid [Synergetics of psychotherapeutic methods, training technologies and family psychology: an interdisciplinary approach]. *Psychology Travelogs*, (2), 276–292. [in Ukrainian].
9. Mamchur, S. (2024). Emotsiinyi intelekt u konteksti profesiinoi diialnosti naukovo-pedahohichnykh pratsivnykiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv [Emotional intelligence in the context of professional activity of scientific and pedagogical workers of higher military educational institutions]. *Bulletin of the Bohdan Khmelnytskyi National University of Cherkasy. Series "Pedagogical Sciences"*, 2, 50–55. [in Ukrainian].
10. Al-Ajmi, Z., & Al-Ayasrah, M. A. (2019). The Impact of an Educational Program based on the Components of Emotional Intelligence according to the Golman Model in the Development of Ethical Behavior in Islamic Education. *Journal of Educational and Psychological Studies*, 13(2), 275–299.
11. Haidukevych, K., & Polishchuk, L. (2023). Emotsiinyi intelekt yak vazhlyva skladova uspikhu v profesiinii diialnosti ivent-menedzhera [Emotional intelligence as an important component of success in the professional activity of an event manager]. *Issues of Cultural Studies*, (41), 78–88. [in Ukrainian].
12. Abdel-Fattah, H. M. M. (2020). Emotional intelligence and emotional stability in crises. *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*, 4(2), 56–62.
13. Harahap, M. A. K., Sutrisno, S., Mahendika, D., Suherlan, S., & Ausat, A. M. A. (2023). The Role of Emotional Intelligence in Effective Leadership: A Review of Contemporary Research. *Al-Buhuts*, 19(1), 354–369.

Отримано: 21.09.2025

Рекомендовано: 11.10.2025

Опубліковано: 30.12.2025