

«ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ НАУКОВОЇ ДУМКИ В МЕНЕДЖМЕНТІ, ГАЛУЗЯХ СПОРТУ, ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я»

IV Міжнародна студентська наукова конференція

16-17 жовтня 2025 року

Львів

УДК 159.942:37.015.311:005.57

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В МІЖОСОБИСТІСНОМУ СПІЛКУВАННІ СТУДЕНТІВ

Любов ДІДИЧИНА
здобувач
Науковий керівник: **Вікторія ІВАНОЧКО**
доцент
кафедра фітнесу та рекреації
Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського (Україна)

Емоційний інтелект є важливим чинником формування міжособистісних відносин студентської молоді. Здатність розпізнавати, регулювати власні емоції та емпатійно реагувати на інших сприяє ефективній комунікації, зниженню конфліктності та зміцненню соціальних зв'язків. Запропоновано інтегрувати елементи емоційної освіти в освітній процес закладів вищої освіти.

Емоційний інтелект (EI) є важливою складовою психологічного розвитку, що забезпечує ефективну соціальну взаємодію, адаптацію до колективного середовища та гармонійний розвиток особистості [1]. Здатність керувати власними емоціями та розуміти емоційні стани інших осіб суттєво впливає на якість міжособистісних контактів, що є особливо значущим у студентському середовищі. Саме у цей період формуються основні професійні та соціальні компетентності, закладаються навички емоційної регуляції, що визначають подальший успіх у професійній діяльності [2].

Емпіричним підтвердженням значення емоційного інтелекту для міжособистісного спілкування є дослідження Klinkosz, Iskra та Artymiak (2021), у якому взяли участь 173 студенти (92 жінки, 81 чоловік) трьох польських університетів [3]. Для оцінювання використовувалися такі психодіагностичні методики:

• Опитувальник міжособистісної компетентності (Interpersonal Competence Questionnaire);

• Шкали міжособистісних оцінок (Interpersonal Adjective Scales);

• Популярний опитувальник емоційного інтелекту (Popular Emotional Intelligence Questionnaire).

Отримані результати засвідчили позитивну кореляцію між рівнем емоційного інтелекту та основними міжособистісними навичками, зокрема:

• ініціацією соціальних контактів;

• саморозкриттям у процесі спілкування;

• наданням емоційної підтримки;

• конструктивним розв'язанням конфліктів.

Окрім того, у дослідженні відзначено зв'язок між високим рівнем EI з проявами толерантності та емоційної стабільності. Подібні результати наведено у працях Petrovici & Dobrescu (2014) [4] та Schutte et al. (2001)[5], де підтверджено, що розвиток емоційного інтелекту покращує комунікативну компетентність, знижує рівень міжособистісних конфліктів і сприяє соціальній згуртованості студентського колективу.

Отже, з огляду на отримані дані, доцільно впроваджувати системні педагогічні заходи, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту студентів, зокрема:

• інтегрувати модулі з розвитку EI в університетські програми (тренінги з емпатії, емоційної саморегуляції, рефлексії);

• проводити практичні заняття й рольові ігри, що моделюють міжособистісні ситуації;

• створювати студентські ініціативи та соціальні проєкти, які формують атмосферу взаємоповаги, співпраці та емоційної підтримки.

Емоційний інтелект є визначальним чинником успішного міжособистісного спілкування студентської молоді. Високий рівень емоційної саморегуляції, емпатії та психологічної стабільності забезпечує ефективну комунікацію, конструктивне вирішення конфліктів та розвиток озитивних соціальних зв'язків. Розвиток EI має бути невід'ємною складовою освітнього процесу у вищій школі, що підготує студентів до активного професійного та громадського життя.

Список використаних джерел:

1. Кордунова Н. О., Дмитріюк Н. С. Роль емоційного фактору в міжособистісній взаємодії студентів. *Актуальні проблеми психології*. 2019. № 6 (15). С. 181–188.

2. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18. P. 13–25.

3. Klinkosz W., Iskra J., Artymiak M**.** Interpersonal competences of students, their interpersonal relations, and emotional intelligence. *Current Issues in Personality Psychology*. 2021. Vol. 9(2). P. 125–134. https://doi.org/10.5114/cipp.2021.105733

4. Petrovici A., Dobrescu T. The role of emotional intelligence in building interpersonal communication skills. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2014. Vol. 116. P. 1405–1410. DOI: 10.1016/j.sbspro.2014.01.406

5. Schutte N. S., Malouff J. M., Bobik C., Coston T. D., Greeson C., Jedlicka C., Rhodes E., Wendorf G. Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of Social Psychology*. 2001. Vol. 141(4). P. 523–536. https://doi.org/10.1080/00224540109600569