

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА САМООЦІНКУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Гончарук Тетяна

У сучасному світі особи юнацького віку значною мірою зазнають наслідків війни в сенсожиттєвій орієнтації особистості, як процес духовного та предметного освоєння людиною світу, самої себе й через осмислення свого місця у світі. Проявами можливих криз є фрустрація, ціннісно-смилова перебудова, відсутність емпатії та співчуття, самотність. У зв'язку з цим виникає потреба у формуванні серед молоді усвідомленого ставлення до власного емоційного стану та позитивного усвідомлення сприйняття себе.

Метою тези є обґрунтування емпіричного дослідження впливу емоційного інтелекту на самооцінку в осіб юнацького віку.

У дослідженні взяли участь 60 осіб юнацького віку, 15–18 років відповідно до етапів вивчення впливу емоційного інтелекту на самооцінку (табл. 1).

Таблиця 1

Етапи емпіричного дослідження впливу емоційного інтелекту на самооцінку в осіб юнацького віку

Етап	Зміст
1	2
Підготовчий	Торетичний аналіз впливу емоційного інтелекту на самооцінку осіб юнацького віку. визначення об'єкта, предмета, мети, завдань та гіпотези дослідження. Підбір комплексу психодіагностичних методик, які відповідають меті дослідження. формування вибірки дослідження.
Дослідницький	Пведення емпіричного дослідження з використанням обраного інструментарію. Збір первинних емпіричних даних.
Аналітичний	Кількісна та якісна обробка емпіричних даних. кореляційний аналіз для виявлення зв'язків між емоційним інтелектом, самооцінкою, типами акцентуацій характеру, довірою до себе, до інших людей та до світу. інтерпретація отриманих результатів.
Підсумковий	Формулювання висновків на основі аналізу результатів емпіричного дослідження. підтвердження або спростування висунутої гіпотези. розробка корекційно-розвивальної програми для розвитку впливу емоційного інтелекту на самооцінку осіб юнацького віку.

Для досягнення мети та вирішення завдань дослідження використано комплекс психодіагностичних методик: «Діагностика емоційного інтелекту» Н. Холла; «Методика довіри/недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» А. Купрейченко в адаптації В. Петренко, О. Савченко; «Шкала самооцінки Розенберга»; «Діагностика акцентуацій характеру» Г. Шмішека. У таблиці наведено етапи емпіричного дослідження. Обробка та аналіз емпіричних даних, отриманих за допомогою комплексу методик, дозволили виявити певні тенденції та взаємозв'язки між емоційним інтелектом, самооцінкою, довірою до себе, до інших людей, до світу та показниками типу акцентуацій характеру. Статистична обробка даних проводилася з використанням кореляції Пірсона в програмі Microsoft Excel.

Аналіз даних за методикою «Діагностика емоційного інтелекту» (Н.Холл) було встановлено, що емоційний інтелект частіше зустрічається на середньому рівні 50% порівняно з високим рівнем 7%, однак інша половина має низький рівень 43%. За шкалою 1 «Емоційна обізнаність», частіше зустрічається на середньому рівні 57%, порівняно з низьким рівнем 28%, однак меншість має високий рівень 22%. За шкалою 2 «Управління своїми емоціями» частіше зустрічається на низькому рівні 71%, порівняно з середнім рівнем 22%, тоді як меншість має високий рівень 7%. За шкалою 3 «Самотивація» частіше зустрічається на середньому рівні 42%, порівняно з високим рівнем 18%, однак інша половина має низький рівень 40%. За шкалою 4 «Емпатія» частіше зустрічається на низькому рівні 45%, порівняно з високим рівнем 15%, однак інша половина має середній рівень 40%. За шкалою 5 «Розпізнавання емоцій інших людей» частіше зустрічається на низькому рівні 50%, порівняно з середнім рівнем 32%, однак високий рівень 18%.

За методикою «Шкала самооцінки Розенберга» було встановлено, що самооцінка частіше зустрічається на середньому рівні 67% порівняно з низьким рівнем 25%, однак меншість має високий рівень 8%.

В результаті аналізу даних за методикою «Методика довіри / недовіри

особистості до світу, до інших людей, до себе» (А. Купрейченко, адаптація В. Петренко, О. Савченко) було встановлено, що довіра світу частіше зустрічається на середньому рівні 58% порівняно з низьким рівнем 35%, тоді як високий рівень 7% має найнижчі показники. Довіра до інших людей частіше зустрічається на високому рівні 42% порівняно з середнім рівнем 33%, тоді як низький рівень 25%. Довіра до себе частіше зустрічається на низькому рівні (26 випадків) порівняно з середнім рівнем (24 випадків), тоді як високий рівень (10 випадків) має найнижчі показники (17%).

Результати за методикою, «Опитувальник акцентуацій характеру і темпераменту Леонгарда-Шмішека» було встановлено, що Циклотимічний та Екзальтований тип частіше зустрічається у 20% порівняно з Демонстративним 18% та Гіпертимним типами 15%, однак інша половина має Дистимічний 5%, Пендантний 5%, Тривожний 8%, Застраючий типи 5%.

Наступним кроком у дослідженні став кореляційний аналіз даних для виявлення статистично значущих взаємозв'язків між емоційним інтелектом та самооцінкою, довірою до себе та типами акцентуацій характеру.

Зафіксовано слабкий позитивний зв'язок між емоційним інтелектом та самооцінкою ($r = 0,279$), загальний рівень емоційного інтелекту та довірою до себе ($r = 0,259$), самооцінка та довіра до себе ($r = 0,266$), Шкала 1 «Емоційна обізнаність» та Емотивний тип ($r = 0,288$), Шкала 1 «Емоційна обізнаність» та Гіпертимний тип ($r = 0,275$), Шкала 2 «Управління своїми емоціями» та Гіпертимний тип ($r = 0,294$), Шкала 3 «Самотивація» та Циклотимічний тип ($r = 0,32$), Шкала 3 «Самотивація» та Гіпертимний тип ($r = 0,257$), Шкала 3 «Самотивація» та Тривожний тип ($r = 0,31$), Шкала 5 «Розпізнавання емоцій інших людей» та Циклотимічний тип ($r = 0,323$), загальний рівень емоційного інтелекту та Емотивний тип ($r = 0,322$). Стабільна проявленість емоційного інтелекту та його окремих компонентів (зокрема самотивації та емоційної обізнаності) у поєднанні з певними акцентуаціями характеру виступає основою для формування стійкої самооцінки та довіри до себе,

створюючи передумови для конструктивного самосприйняття особистості.

Виявлено слабкі негативні кореляційні зв'язки між самооцінкою та Дистимічним типом ($r = -0,352$), самооцінкою та Пендантичним типом ($r = -0,414$), самооцінкою та Тривожним типом ($r = -0,308$), самооцінкою та Збудливим типом ($r = -0,359$), самооцінкою та Екзальтованим типом ($r = -0,223$) Шкала 1 «Емоційна обізнаність» та довіра до світу ($r = -0,258$), Тривожний тип та довіра до світу ($r = -0,232$), Шкала 4 «Емоційна обізнаність» та довіра до інших людей ($r = -0,267$), Циклотимічний тип та довіра до інших людей ($r = -0,307$), Шкала 2 «Управління своїми емоціями» та Дистимічний тип ($r = -0,291$), Шкала 2 «Управління своїми емоціями» та Застрягаючий тип ($r = -0,243$). Це вказує на те, що проявленість акцентуацій характеру (особливо Дистимічного, Тривожного та Збудливого) і певних компонентів емоційного інтелекту супроводжується зниженням показників самооцінки, довіри до світу та здатності до саморегуляції, що вказує на деструктивний вплив цих особистісних рис на загальне психологічне благополуччя та соціальну адаптацію.

Було виявлено помірний позитивний зв'язок Шкала 2 «Управління своїми емоціями» та рівень самооцінки ($r = 0,469$), Циклотимічний тип та рівень самооцінки ($r = 0,353$), Шкала 1 «Емоційна обізнаність» та Циклотимічний тип ($r = 0,429$), Шкала 4 «Емпатія» та довіра до себе ($r = 0,364$), Шкала 1 «Емоційна обізнаність» та Демонстративний тип ($r = 0,405$), Шкала 4 «Емпатія» та Циклотимічний тип ($r = 0,429$), Шкала 4 «Емпатія» та Емотивний тип ($r = 0,426$), Шкала 5 «Розпізнавання емоцій інших людей» та Емотивний тип ($r = 0,382$), загальний рівень емоційного інтелекту та Циклотимічний тип, Шкала 5 «Розпізнавання емоцій інших людей» та Дистимічний тип ($r = 0,666$). Здатність до емоційної саморегуляції, емпатії та розпізнавання емоцій, а також певних рис характеру (зокрема Емотивного та Циклотимічного типів), є значущими чинниками, які сприяють зміцненню самооцінки, посиленню довіри до себе та загальному розвитку емоційної компетентності особистості.

Аналізуючи результати емпіричного дослідження можна зробити висновок, що

розвинений емоційний інтелект та здатність до саморегуляції є важливими чинниками для формування високої самооцінки та довіри до себе, водночас певні акцентуації характеру можуть виступати як ресурсом, так і деструктивним чинником у цьому процесі. Виявлено, що вираженість Тривожних, Дистимічних та Збудливих типів призводять до зниження показників суб'єктивного благополуччя, пригнічення самооцінки та дестабілізації базової довіри до світу. Водночас особи з Циклотимічним та Емотивним типами акцентуацій демонструють вищу схильність до емпатії та кращого розуміння емоційних станів, що створює передумови для адаптації та самосприйняття. Специфіка виявлених зв'язків створює потребу в розробці психологічних стратегій підтримки, спрямованих на гармонізацію емоційної сфери, що може включати: розвиток емоційної обізнаності, вдосконалення навичок управління стресовими станами, кореляцію деструктивних проявів акцентуацій та формування цілісного, позитивного образу «Я» через зміцнення внутрішньої довіри.

Список використаних джерел

1. Білецька О. Дослідження особливостей психологічних характеристик у осіб юнацького віку з різним рівнем довіри в міжособистісних стосунках. Психологія: реальність і перспективи. Рівне. 2021. С.15. URL: https://prap.rv.ua/index.php/prap_rv/article/view/179
2. Кривошей К.Ю. Дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та психологічного благополуччя в юнацькому віці. Загальна психологія. Історія психологія. Габітус. С.66
URL: <https://habitus.od.ua/journals/2020/15-2020/11.pdf>
3. Петрова Е.Г. Особливості діагностики та корекції акцентуацій особистості у юнацькому віці. Запоріжжя. 2025. С. 14-17. URL: <https://lnk.ua/RaSLNEc8H>
4. Росохатий І.М. Вплив самооцінки на розвиток соціального інтелекту в осіб юнацькому віці. Кривий ріг. 2024. С.9. URL: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/10234>
5. Федько Ф.А. Умови подолання негативних переконань особистості щодо себе в юнацькому віці. Кривий Ріг. 2024. С.12
URL: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/10233>
6. Хоменко К.В. Емпіричне дослідження структурних компонентів самоставлення в осіб юнацького віку. Серія «Психологія». Випуск 5. 2017. С. 155. URL: <https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/7542/1/19.pdf>