ОБУМОВЛЕНІСТЬ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ НА АДАПТИВНІСТЬ, ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ВІДЧУТТЯ СУБ'ЄКТИВНОЇ УСПІШНОСТІ (В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ)

Санько Каріна Олександрівна¹

¹ Аспірантка кафедри прикладної психології факультету психології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, м. Харків (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2686-9225>

UDC: 159.923.5

АНОТАЦІЯ

У статті розглянуто феномен емоційного інтелекту, зокрема його розгляд через призму контекстності. Надано розуміння емоційного інтелекту залежно від контексту ситуації у розумінні вітчизняних та зарубіжних науковців. Здійснено теоретичний аналіз проблеми актуалізації емоційного інтелекту в контексті соціальних ситуацій, зокрема у контексті складних життєвих обставин. Визначено адаптивність, психологічне благополуччя та суб'єктивна успішність як показники переживання ситуацій. Розглянуто модель впливу емоційного інтелекту на показники психологічної якості життя особистості в залежності від контексту соціальної ситуації. Висвітлено результати емпіричного дослідження впливу конкретних компонентів емоційного інтелекту на забезпечення адаптивності, відчуття психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності у контекстності складних життєвих обставин, зокрема проживання в умовах пандемії. Доведено, що у контексті перебування у такій складній життєвій ситуації, як проживання в умовах пандемії, емоційний інтелект має опосередкований вплив на забезпечення адаптивності, психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності.

Ключові слова: емоційний інтелект, контекст ситуації, адаптивність, психологічне благополуччя, суб'єктивна успішність, складна життєва обставина (ситуація), компоненти емоційного інтелекту.

Постановка проблеми. Феномен емоційного інтелекту викликає науковий інтерес вже дуже багато років, і це зрозуміло, тому що емоційна складова складає один із важливих компонентів задля якісного, повноцінного життя. До того ж останні роки життєдіяльності людини особливо піддається стресовим викликам реалій, які вимагають від особистості швидко відновлюватися та бути у ресурсі, що й забезпечує розвинутий емоційний інтелект особистості, тим паче з огляду на ситуацію буденності та питання, які постають для вирішення.

Теоретико-емпіричний аналіз показав, що наукові дослідження зосереджені на вивчені окремих особистісних характеристиках та їх показників, зазначимо, що емпіричні дослідження емоційного інтелекту та його проявів також характеризуються вимірюванням осо-

бистісних характеристик та розподіл їх за факторами (стать, вік, професія та ін.), таким чином, наукові дорожки об'єднуються тим, що вони стосуються вивченням характеристик досліджуваних. Проте особистість знаходиться в певній соціальній ситуації або середовищі. Поодинокі дослідження вивчення емоційного інтелекту в залежності від соціальної ситуації зосереджені на визначенні характеристик емоціогенності означених ситуацій. У даному науковому дослідженні вбачаємо за необхідне вивчення впливу контексту складних життєвих обставин (ситуацій) на емоційний інтелект особистості та адаптивності, психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності як показників якості життя. Проблема актуалізації емоційного інтелекту в контексті соціальних ситуацій, представляється нам актуальною, тим що поведінка особистості визначається як її особи-

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Karina Sanko

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

стисними особливостями, так і характеристиками соціальної ситуації.

Зокрема, найбільш актуальним та нагальним для сьогодення є дослідження у такому контексті соціальних ситуацій як проживання в умовах пандемії, у котрих проживає людство сьогодення. Суспільство кожного дня перебуває у стані невизначеності та стресу, тому варто дослідити, яким чином такі важливі показники життєдіяльності як адаптивність, психологічне благополуччя та відчуття суб'єктивної успішності опосередковані емоційним інтелектом. Адже, ситуація пандемії вимагає від особистості сконцентрованості, стійкості, відносної спокійності та формування особливого реагування на виникаючі щоденні ситуації, а також збереження неконформістської позиції у період масової паніки. Тому проживаючи у такий період важливо знаходитись у контакті з власними емоційними проявами, розрізнати власні відчуття та нав'язані ззовні, а також розумітися на емоційних проявах оточуючих людей, саме тому цікавим є дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту з адаптивністю, психологічним благополуччям та відчуттям суб'єктивної успішності у важкий для людства період пандемії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз наявного зарубіжного досвіду вивчення впливу соціальних ситуацій на прояв емоційного інтелекту та його компонентів враховує власне не характеристику соціальної ситуації, до якої потрапляє людина, а характеристику (контекст) соціального середовища. Вітчизняний досвід досліджень ширше описує як методологічно так і емпірично визначену проблему. Соціальна ситуація та її роль розглядається у руслі ступеня «емоціогенності» самої ситуації для особистості. Також автори підіймають питання щодо необхідності класифікації соціальних ситуацій. Але, зазначимо, що емоційний інтелект та його компоненти не розглядаються у даних дослідженнях в умовах складних життєвих обставин, до яких потрапляє особистість, а також не вивчається якісний показник роботи емоційного інтелекту та його компонентів, який би міг виступати певним маркером психологічної якості переживання складних ситуацій. Таким якісним показником у психологічному просторі розуміння переживання складних життєвих обставин може виступати психологічне благополуччя,

адаптивність та суб'єктивна успішність людини. Саме ці психологічні показники можуть вказати на якість переживання ситуації та роль компонентів емоційного інтелекту в ній. Також виходячи з аналізу наукових доробок, відзначимо, що сам емоційний інтелект і його компоненти не змінюються в залежності від ситуації, але вони можуть по різному проявлятися (активізуватися).

У вітчизняній психології питання дослідження емоційного інтелекту у контексті ситуацій займаються такі вчені як С.П.Дерев'янка, Е.Л.Носенко, Л.В.Коврига, І.В.Кряж, А.І.Комарова, Л.Д. Камишнікова, С.С.Белова та ін., у зарубіжних просторах психологічної науки цим питанням займаються дослідники Ybarra, Oscar, Rees, Laura, Kross, Ethan, Sanchez-Burks, Jeffrey, Vaquero-Diego M., Torrijos-Fincias P., Rodriguez-Conde.

Виділення невирішених раніше частин. Отже, постає питання, щодо необхідності дослідження впливу емоційного інтелекту та його компонентів на процес переживання складних соціальних ситуацій особистістю. Важливим є розуміння того, які саме компоненти є задіяними в залежності від контексту ситуації, та чи відрізняється показник емоційного інтелекту в залежності від ситуації, в якій знаходиться людина.

Тому **метою даної статті** є визначення впливу конкретних компонентів емоційного інтелекту на забезпечення адаптивності, відчуття психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності у контекстності складних життєвих обставин, зокрема проживання в умовах пандемії.

Виклад основного матеріалу. Зазначимо, що, зусилля дослідників спрямовані на вивчення феномену емоційного інтелекту різнопланово. В рамках ситуаційного підходу емоційний інтелект розглядається крізь призму того як внутрішнє (емоційний інтелект) детермінує зовнішнє (емоційну поведінку) відповідно з контекстом ситуаційних впливів. Орієнтація на чинник ситуації представляється нам необхідним, оскільки реальна поведінка людини рівнозначно пов'язана як з її особистісними особливостями, так і з конкретними ситуаційними умовами (Косов Б.Б., 2000).

На основі метааналізу наукових доробок з вивчення емоційного інтелекту вчена С.П.Дерев'янка

виділяє три основних аспекти впливу ситуації на прояв емоційного інтелекту: «вплив характеристик ситуації на якість розуміння емоцій, відповідність емоційних знань і навичок контексту ситуації, особливості емоційного реагування на зміст ситуації» (Дерев'янка С.П., 2009).

У дослідженні Е.Л. Носенко і Л.В. Ковриги було показано, що у респондентів з високим рівнем емоційного інтелекту переважають позитивні емоції в різних соціальних ситуаціях, а у респондентів з низьким емоційним інтелектом в тих же ситуаціях переважають негативні емоції (Носенко Е. Л., Коврига Н. В., 2003).

У процесі актуалізації емоційного інтелекту найбільш значущими є наступні аспекти ситуаційного впливу: вплив характеристик ситуації на якість (повноту та об'єктивність) розуміння емоцій (Кумскова, 2002), відповідність емоційних знань і навичок контексту ситуації особливості емоційного реагування на зміст ситуації (Носенко Е. Л., Коврига Н. В., 2003).

Ситуативні особливості актуалізації емоційного інтелекту проявляються в різних способах реагування на емоціогенні ситуації і в зв'язку з цим – різні способи організації емоційної поведінки при високому і низькому рівнях вираженості емоційного інтелекту. Основні відмінності в способах реагування на емоціогенні проблеми при високому і низькому рівнях вираженості емоційного інтелекту складаються в вибірковості локусу фіксації на проблемі: високий рівень емоційного інтелекту передбачає «фіксацію на вирішенні проблеми», низький рівень – «фіксацію на утриманні проблеми» (Дерев'янка С. П., 2008).

Варто зазначити, що у дослідженнях Дерев'янка С. П. розглядаються ситуативні чинники актуалізації емоційного інтелекту, проте не відображається значення контексту ситуації. Окрім того, в роботах авторка керується визначенням лише «емоціогенна ситуація», що не відображає повністю контекстності прояву емоційного інтелекту.

У дисертаційному дослідженні Камишнікова Л.Д. вказує, що емоційний інтелект виконує адаптивну функцію в соціальній поведінці, забезпечуючи рішення широкого спектра соціальних завдань. Поведінка в со-

ціальних ситуаціях обумовлює формування структури емоційного інтелекту. Прояв емоційного інтелекту в різних соціальних ситуаціях пов'язаний з їх частотою виникнення, цінності і прототипності. Авторка стверджує, що емоційний інтелект як риса більшою мірою проявляється в рідкісних, цінних, високопрототипних способах поведінки в соціальних ситуаціях. Емоційний інтелект як здатність більшою мірою проявляється в частотній поведінці в соціальних ситуаціях.

Аналізуючи наукові доробки можна висунути припущення, що сферою застосування емоційного інтелекту, у широкому сенсі, виступають соціальні ситуації, які мають яскраве емоційне забарвлення та такі, що вимагають вміння

розуміти емоції та вміти керувати ними. Варто відзначити, що вчені намагаються систематизувати вищезначені соціальні ситуації відповідно до змістовної релевантності емоційного інтелекту.

Американські дослідники Ybarra, Oscar, Rees, Laura, Kross, Ethan, Sanchez-Burks та Jeffrey загострюють увагу на необхідності вивчення соціального контексту, щоб зрозуміти, коли і чому люди застосовують свої навички емоційного інтелекту (Ybarra, Oscar & Rees, Laura & Kross, Ethan & Sanchez-Burks, Jeffrey, 2012).

Дослідження іспанських вчених Vaquero-Diego M., Torrijos-Fincias P. та Rodriguez-Conde, яке присвячено вивченню емоційного інтелекту, демографії та сімейних факторів підлітків-старшокласників дозволило оцінити навички підлітків для їх академічної та професійної підготовки. Цілі дослідження зосереджуються на тому, чи існує якийсь взаємозв'язок між контекстними змінними, такими як стать, вік батьків чи робоча діяльність, та самосприйняття емоційного інтелекту (Vaquero-Diego M., Torrijos-Fincias P. & Rodriguez-Conde M. J., 2020).

Австралієць Nicola S. Schutte в своїх роботах підкреслює також значущість контексту соціального середовища для розуміння проявів емоційного інтелекту. Вченим було проведено два дослідження, за результатами першого дослідження, учасники з вищим емоційним інтелектом були пов'язані з близькими людьми з високим емоційним інтелектом. Друге дослідження вивчало вплив соціального середовища, що включає вищий або нижчий емоційний інтелект, на зміни емо-

ційного інтелекту. Це дослідження оцінювало емоційний інтелект та суб'єктивний добробут мешканців коледжів на початку семестру та знову через три місяці. Вищий сумарний індекс емоційного інтелекту проживання в коледжі передбачав підвищення емоційного інтелекту та позитивний вплив. Ці наслідки були особливо сильними для студентів першого семестру. Результати пропонують нову інформацію щодо контексту соціального середовища властивостей емоційного інтелекту (Nicola S. Schutte, 2014).

Аналізуючи наведені відомі підходи до вивчення емоційного інтелекту зазначимо, що спільною ознакою у визначенні емоційного інтелекту є розуміння цього конструкту як здатності до ідентифікації, розуміння емоцій і управління ними. Ми пропонуємо розуміти емоційний інтелект, перш за все як здатність до ідентифікування, розуміння, управління своїми емоціями та оточуючих людей на основі інтелектуального аналізу і синтезу, а також своєчасному вираженні своїх емоцій та їх адаптивної регуляції з метою ефективної, успішної життєдіяльності особистості.

На підставі теоретичного аналізу характеристики емоційного інтелекту можна з високою мірою ймовірності припустити, що наявність у людини такої властивості особистісної ідентичності сприяє збереженню її здоров'я як фізичного, так і психічного, досягненню нею статусу суб'єктивного, психологічного та соціального благополуччя. Зазначимо, що збереження психологічного здоров'я та благополуччя людини у складних життєвих обставинах є важливим аспектом у її подальшій життєдіяльності (Четверик-Бурчак, 2015).

З огляду на це нагальним є дослідження емоційного інтелекту у контексті складних життєвих обставин, як внутрішнього ресурсу особистості. Актуальним і новим у підході до вивчення емоційного інтелекту як особистісного ресурсу є те, що у наявних дослідженнях емоційний інтелект частіш за все розглядається в контексті емоціогенності ситуації (емоційне вигорання), а не як копінг-ресурс для подолання і проживання у складних життєвих обставинах. Поодинокі дослідження емоційного інтелекту та його ролі як копіngu в переживанні професійного стресу вказують, що існують опосередковані зв'язки емоційного інтелекту з психічною стійкістю і копінг-стратегіями через параметри усвідомленої саморегуляції поведінки і самооцінки

мленої саморегуляції поведінки і самооцінки (Пирожкова 2001).

Отже, постає теоретико-емпірична необхідність вивчення проявів емоційного інтелекту та його компонентів у контексті переживання та проживання особистості в складних життєвих обставинах. Для формування уявлення в даному дослідженні про особистість, що знаходиться у складних життєвих обставинах, ми будемо послуговуватися визначення Закону України задля встановлення об'єктивних маркерів означеної ситуації та детермінування особи, яка до неї потрапила. Згідно Закону України «Про соціальні послуги» складні життєві обставини визначаються як обставини, спричинені інвалідністю, віком, станом здоров'я, соціальним становищем, життєвими звичками і способом життя, внаслідок яких особа частково або повністю не має (не набула або втратила) здатності чи можливості самостійно піклуватися про особисте (сімейне) життя та брати участь у суспільному житті. А також знаходження особи чи сім'ї в складних життєвих обставинах може бути визначено з багатьох підстав, до переліку яких входять специфічні форми поведінки, що призводять до підвищеного ризику захворювання інфекційними та соціально-небезпечними захворюваннями, що й визначає проживання в умовах пандемії як перебування у складних життєвих обставинах (Закон України «Про соціальні послуги», 2016).

В контексті нашого наукового пошуку цікавим є не диференціація визначення поняття означених ситуацій, а те, як людина проявляє компоненти емоційного інтелекту задля прояву адаптивності, забезпечення психологічного благополуччя та відчуття суб'єктивної успішності. Адже, саме адаптивність є тим психологічним показником якості наявних особистісних ресурсів та вмінь для формування сталого психологічного благополуччя. Важливим також, на нашу думку, є показник успішності, а саме, суб'єктивної успішності. Аналіз даних показників може дати розуміння того чи повною мірою людина психологічно якісно проживає ті обставини, в яких опинилась та яка роль емоційного інтелекту в цьому.

Дана модель (див. Діаграма 1) демонструє вплив емоційного інтелекту та його компонентів, в залежності від означених соціальних ситуацій, на показ-

Діаграма 1. Модель впливу емоційного інтелекту на показники психологічної якості життя особистості в залежності від контексту соціальної ситуації

ники адаптивності, психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності особистості, котрі, у свою чергу, є взаємопов'язаними між собою. Розгляд даної моделі формує запит на емпіричне вивчення питання впливу емоційного інтелекту на означені показники, підкреслюється новизна та значущість розуміння контексту соціальної ситуації, до якої потрапляє людина.

Розглянемо результати емпіричного дослідження щодо впливу емоційного інтелекту на забезпечення адаптивності, психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності у контексті такої складної життєвої ситуації як проживання в умовах пандемії, що несе в собі постійне перебування у психологічній напрузі через загрозу здоров'ю та життю особистості.

У дослідженні брали участь випускники загальноосвітніх шкіл, інтернатів м. Миколаєва та студенти перших-других курсів Миколаївського національного університету ім. В.О.Сухомлинського у кількості 70 осіб із рівномірним представленням у виборці досліджуваних чоловічої та жіночої статі, віком від 17 до 20 років.

Методи дослідження. У дослідженні використано комплекс теоретичних, емпіричних та статистичних методів, до теоретичних методів увійшли: аналіз, порівняння, узагальнення матеріалів праць з різних аспектів досліджуваної проблеми; до емпіричних методів: опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» Д.В. Люсіна; опитувальник емоційного інтелекту К. Барчарда (в адаптації Г.Г. Князева, Л.Г. Митрофанової, О.М. Разумникової); методика діагностики соціально-

психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда; шкала задоволеності життям Е. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen и S. Griffin (в адаптації Д.О.Леонтьєва і Є.М. Осіна); шкала суб'єктивної оцінки успішності життя; методика психологічного благополуччя К. Ріфф (в адаптації Т. Д. Шевеленкової, П. П. Фесенко); методика діагностики самовідчуття успішності людини (у розробці О.С. Новікова); для статистичної обробки використовувався метод множинного регресійного аналізу та побудовано регресійні моделі для перевірки припущень щодо впливу різних компонентів емоційного інтелекту на відчуття психологічного благополуччя, адаптивності та суб'єктивної успішності у контексті складних життєвих обставинах, зокрема, осіб, які проживають в умовах пандемії.

Побудовані регресійні моделі дозволяють визначити особливості зв'язків та можливість стверджувати про детермінованість відчуття психологічного благополуччя, адаптивності та суб'єктивної успішності відповідними компонентами емоційного інтелекту у контексті впливу ситуації пандемії. У побудові регресійних моделей застосовувався метод Forward Stepwise, який забезпечує поетапність відбирання найсильніших предикторів для формування значущої регресійної моделі.

Розглянемо результати побудованих регресійних моделей у осіб, які проживають в умовах пандемії та знаходяться у невизначених (незвичних) умовах життя. Якими компонентами емоційного інтелекту опосередковано забезпечення психологічного благополуччя

чя розглянемо у таблиці 1.

Отримана регресійна модель впливу емоційного інтелекту на забезпечення психологічного благополуччя у осіб, які проживають в умовах пандемії та знаходяться у невизначених (незвичних) умовах життя, демонструє, що для відчуття психологічного благополуччя у даної групи осіб необхідні такі компоненти емоційного інтелекту як розуміння своїх емоцій, співпереживання нещастя та контроль експресії.

довготривалої дії стресора людям важливо максималь-но бути включеним у життєву ситуацію для збереження психологічного благополуччя, що й пояснює важливість співпереживання нещастя, аніж навпаки. До того для респондентів характерний контроль щодо зовнішнього вираження емоцій, що може пояснюватися необхідністю перебуванням людей в ситуації напруги та повної зосередженості на засобах захисту здоров'я, що у свою чергу вимагає стримування експресії.

Таблиця 1.

Регресійна модель впливу емоційного інтелекту на забезпечення психологічного благополуччя у осіб, які проживають в умовах пандемії та знаходяться у невизначених (незвичних) умовах життя

Залежна змінна	B	Стандартна похибка	β	t	p
Психологічне благополуччя = R-квадрат = 0,838					
Константа	70,470	16,118		4,372	0,000
BP (розуміння своїх емоцій)	9,203	1,157	0,611	7,956	0,000
CH (співпереживання нещастя)	2,231	0,596	0,244	3,745	0,000
BE (контроль експресії)	3,212	1,470	0,163	2,185	0,032

Людині, яка опинилась в умовах невизначеності для підтримки та збереження психологічного благополуччя варто знаходитися у контакті з власним емоційним світом, проявляти здатність до розпізнавання та ідентифікації своїх емоцій і можливості їх вербалізувати. Також респондентам притаманно співпереживання нещастя, вони чутливі до чужого горя та складних обставин. Визначення такого компоненту у для даної змінної можна пояснити тим, що людям, котрі раптово опинилися у ситуації загрози здоров'ю та життю необхідно розуміти для підтримки психологічного благополуччя, що вони не одні зі своєю проблемою й не залишаються з нею сам на сам, що вони знаходяться у масо-

Проаналізуємо вплив компонентів емоційного інтелекту на забезпечення відчуття суб'єктивної успішності у таблиці 2.

Дана регресійна модель впливу емоційного інтелекту на відчуття суб'єктивної успішності у осіб, які проживають в умовах пандемії та знаходяться у невизначених (незвичних) умовах життя визначає, що для відчуття суб'єктивної успішності у період пандемії важливими є такі компоненти емоційного інтелекту як розуміння своїх емоцій та співпереживання нещастя. Знаходячись у ситуації невизначеності та загрози здоров'ю та життю людям досить складно відчувати суб'єктивну успішність, проте тим, кому вдається її зберег-

Таблиця 2.

Регресійна модель впливу емоційного інтелекту на відчуття суб'єктивної успішності у осіб, які проживають в умовах пандемії та знаходяться у невизначених (незвичних) умовах життя

Залежна змінна	B	Стандартна похибка	β	t	p
Суб'єктивна успішність = R-квадрат = 0,623					
Константа	-0,835	0,148		-5,625	0,000
BP (розуміння своїх емоцій)	0,054	0,009	0,586	6,165	0,000
CH (співпереживання нещастя)	0,015	0,005	0,277	2,917	0,005

вому вирішенні питання. Зазначимо, що визначений компонент досить суперечливий у розумінні формування відчуття психологічного благополуччя, проте як визначилося регресійною моделлю важливий для осіб, які проживають в умовах пандемії, припустимо, що як раз через ситуацію раптової невизначеності та відносно не

ти розуміють та усвідомлюють свої внутрішні емоційні зв'язки, а також можуть розповідати про свій емоційний стан, як наслідок такої навички формується відчуття само успішності, тобто оцінювання себе у ситуації, в котрій опинилась людина, як такої яка вдало справляється з нагальними проблемами та складними ситуація-

ми. Можливість розуміти власні емоції формує внутрішнє відчуття людини як такої, що успішно справляється з раптовими викликами буденності. Ще одним із зазначених у даній моделі компонентів емоційного інтелекту у формуванні відчуття суб'єктивної успішності є співпереживання нещастя. Припустимо, що суб'єктивна успішність в умовах пандемії може компенсуватися за рахунок сумісного з іншими (колективного) переживання негативних емоцій, які можуть бути викликані раптовими складними зовнішніми обставинами, котрі торкнулися кожного.

Далі розглянемо побудовану регресійну модель впливу емоційного інтелекту на забезпечення адаптивності у осіб, які проживають в умовах пандемії та знаходяться у ситуації невизначеності (незвичних умовах життя) продемонстровану у таблиці 3.

щоб не піддаватися суспільній паніці та зростанню тривожності, а також розумітися на істинних причинах тієї чи іншої емоції оточуючих та її наслідках, для адекватного сприйняття та аналізу об'єктивних реалій життя. Таким чином, коли людина має змогу контролювати власні емоційні прояви та інших, а також розуміється на емоційних станах оточуючих їй легше прийняти умови буденності та адаптуватися до умов невизначеності.

Відмітимо, що у контексті такої складної ситуації, як проживання в умовах пандемії, однаковими компонентами у забезпеченні відчуття психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності є розуміння своїх емоцій та співпереживання нещастя, що свідчать про важливість контакту з власними емоціями та колективним включенням у складну ситуацію. А побудована

Таблиця 3.

Регресійна модель впливу емоційного інтелекту на забезпечення адаптивності у осіб, які проживають в умовах пандемії та знаходяться у невизначених (незвичних) умовах життя

Залежна змінна	B	Стандартна похибка	β	t	p
Адаптивність = R-квадрат = 0,598					
Константа	-11,390	7,129		-1,598	0,115
УЕ (управління емоціями)	0,912	0,306	0,442	2,985	0,004
МЕІ (міжособистісний емоційний інтелект)	0,750	0,308	0,360	2,432	0,018

Аналізуючи отриманий результат зазначеної регресійної моделі, можна стверджувати, що важливими компонентами емоційного інтелекту у сприянні адаптивності в умовах пандемії є управління емоціями та міжособистісний емоційний інтелект. В умовах пандемії та людина, котра здатна викликати не лише власні ті чи інші емоції, а й емоційні прояви інших, вміє викликати та підтримувати бажані емоції та знижувати інтенсивність й тримати під контролем небажані емоційні прояви, а також проявляє чуйність щодо внутрішніх емоційних станів інших людей забезпечує собі відносно успішну адаптивність до проживання в умовах пандемії.

Можна відмітити, що компоненти емоційного інтелекту для забезпечення адаптивності особистості мають вектор на інших людей, тобто на міжособистісну комунікацію. У ситуації невизначеності та загрози здоров'ю для забезпечення адаптивності до умов, у котрих опинилася особистість, важливо застосовувати вміння управління емоціями як власними, так і оточуючих,

регресійна модель забезпечення адаптивності у даному контексті зовсім відрізняється такими компонентами емоційного інтелекту як управління емоціями та міжособистісний емоційний інтелект, що показує спрямованість на міжособистісну взаємодію.

Висновок. Здійснене теоретико-емпіричне дослідження дає змогу дійти висновку, що у контексті перебування у такій складній життєвій ситуації, як проживання в умовах пандемії, емоційний інтелект має опосередкований вплив на забезпечення адаптивності, психологічного благополуччя та суб'єктивної успішності. Побудовані регресійні моделі свідчать про те, що компоненти емоційного інтелекту різняться відносно впливу на ту чи іншу характеристику в контексті перебування в умовах пандемії, зокрема забезпечення адаптивності опосередковано управлінням емоцій та розвитим міжособистісним емоційним інтелектом; відчуття психологічного благополуччя залежить від таких компонентів емоційного інтелекту як розуміння своїх емоцій, співпереживання нещастя та контроль експре-

сії; відчуття суб'єктивної успішності в умовах пандемії опосередковано розумінням своїх емоцій та співпереживанням нещастя. Підсумовуючи результати дослідження, можна стверджувати, що емоційний інтелект є важливим фактором у забезпеченні адаптивності, психологічного благополуччя та відчуття суб'єктивної успішності у період пандемії, зокрема надважливими у період пандемії є такі компоненти емоційного інтелекту як: розуміння своїх емоцій, задля розуміння детермінації власних проявів та переживань; управління емоціями та контроль експресії, задля підтримки бажаних емоцій, уникання небажаних та контролю зовнішнього прояву власних емоцій; міжособистісний емоційний інтелект, задля розуміння емоційного стану оточуючих людей, його ідентифікації, детермінації та керування ним; співпереживання нещастя, як відчуття причетності до соціуму та розуміння того, що особистість знаходиться не сам на сам з пандемією, а в неї є можливість розділити з іншими такий складний життєвий період.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи дослідження вбачаємо у вивченні питання контекстності емоційного інтелекту та показників якості життя у різних складних життєвих обставинах, а також визначення відмінностей впливу компонентів емоційного інтелекту залежно від контексту ситуації.

References :

- Derev'yanko, S. P. (2008). *Aktualizatsiya emotsiynoho intelektu v emotsiennykh umovakh* [Actualization of emotional intelligence in emotional conditions]. *Sotsial'na psikhologiya*, Kyiv №1 (27), 96–104. [in Ukrainian].
- Derevyanko, S. P. (2009). *Situativnyye aspekty aktualizatsii emotsional'nogo intellekta* [Situational aspects of actualization of emotional intelligence]. *Sotsial'nyy i emotsional'nyy intellekt. Ot protsessov k izmereniyam: sb. st. / pod red. D.V. Lyusina, D.V. Ushakova*, Moskva. [in Russian].
- Zakon Ukrainy *Pro sotsial'ni posluhy*. Verkhovna Rada Ukrainy. Ofits. vyd. K.: Parlam. vyd-vo (2016).
- Komarova, A. I. (2011). *Sotsial'nyy i emotsional'nyy intellekt: krosskul'turnoye issledovaniye* [Social and emotional intelligence: cross-cultural research]. *Vestnik Bryanskogo gosudarstvennogo universiteta. Obrazovaniye. Lichnost'. Obshchestvo*, Bryansk. №. 5, 30-35. [in Russian].
- Kossov, B. B. (2000) *Lichnost': teoriya, diagnostika i razvitiye* [Personality: theory, diagnostics and development]. Moskva.: Akademicheskii proyekt. [in Russian].

- Kumskova, T. M. (2002). *Emotsional'nyy intellekt: problema ponimaniya emotsiy* [Emotional intelligence: the problem of understanding emotions], *Psikhologiya XXI veka: Mezhdunarodnaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya studentov i aspirantov*. Sankt-Peterburg. SPb. [in Russian].
- Nosenko, E. L., Kovryha, N. V. (2003) *Emotsiynyy intellekt: kontseptualizatsiya fenomenu, osnovni funktsiyi* [Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, basic functions]. *Monografiya*. Kyev: Vyshcha shkola. [in Ukrainian].
- Pirozhkova, V. O. (2021). *Social and Emotional Intelligence as Resources for Overcoming Stress by Subjects of Team and Individual Activity* (Dis. kand. psikholog. nauk) Kubanskiy gosudarstvennyy universitet fizicheskoy kultury, sporta i turizma, Krasnodar. [in Russian].
- Chetveryk-Burchak, A.H. (2015). *Mechanisms of Influence of Emotional Intelligence on the Success of Personal Life* (Dys. kand. psikholog. nauk) Dnipropetrovs'kyy natsional'nyy universytet imeni O.Honchara, Dnipropetrovs'k. [in Ukrainian].
- Nicola S. Schutte (2014) *Social Environment Contexts of Trait Emotional Intelligence*. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*. 24 (7), 741-750. <https://doi.org/10.1080/10911359.2013.866065>
- Vaquero-Diego M., Torrijos-Fincias P. & Rodriguez-Conde M. J. (2020) *Relation between perceived emotional intelligence and social factors in the educational context of Brazilian adolescents*. *Psicol. Refl. Crit.* 33 (1). <https://doi.org/10.1186/s41155-019-0139-y>
- Ybarra, Oscar & Rees, Laura & Kross, Ethan & Sanchez-Burks, Jeffrey. (2012). *Social Context and the Psychology of Emotional Intelligence: A Key to Creating Positive Organizations*. *The Oxford Handbook of Positive Organizational Scholarship*. 10.1093/oxfordhb/9780199734610.013.0016.

Karina Sanko

*Postgraduate Student of the Department of Applied Psychology,
V. N. Karazin National University in Kharkiv, Kharkiv (Ukraine)*

THE CONDITIONALITY OF THE EMOTIONAL INTELLIGENCE INFLUENCE ON ADAPTABILITY, PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SUBJECTIVE SUCCESS (DURING THE PANDEMIC)

ABSTRACT

The article studies the importance of emotional intelligence in various social situations. It emphasizes that a person's behaviour is determined both by personal traits and a social situation. The foreign experience in studying the influence of social situations on emotional intelligence manifestations and its components is analysed. The foreign view takes into account, in fact, not the characteristics of the social situation experienced by a person, but the characteristics (context) of the social environment. The article presents also national scientists' views on this issue, according to which a social situation and its role is considered via "emotionogenicity" of the situation for the individual, and also the question appears on classification of social situations. Manifestations of emotional intelligence and its components should be studied theoretically and empirically in the context of a person's emotional experience and "physical living" in difficult life circumstances.

The author defines the qualitative indicators of emotional intelligence and its components that can become certain markers of the psychological quality of difficult situation experiencing. A person's psychological well-being, adaptability and subjective success can be such qualitative indicators revealing understanding by a person of experienced difficult life circumstances. Namely, these psychological indicators indicate the quality of the situation experiencing and the role of the emotional intelligence components in adaptability, ensured psychological well-being and a sense of subjective success. The empirical analysis of the proposed indicators give an understanding of whether a person is fully psychologically and qualitatively living the circumstances and what the role of emotional intelligence is.

The theoretical model of emotional intelligence influence on the psychological indicators of a person's life quality, depending on a social situation, is presented. The model demonstrates the influence of emotional intelligence and its components on adaptability, psychological well-

being and subjective success depending on social situations, and vice versa. This model should be applied for the empirical study on the mutual influence of emotional intelligence on the above indicators; its novelty and importance for understanding of the social context is emphasizes.

The constructed regression models are examined to determine connections and assert that the feelings of psychological well-being, adaptability and subjective success in a difficult situation are determined by the corresponding components of emotional intelligence, in particular, during the pandemic.

In such difficult life situation as the pandemic, emotional intelligence ensures adaptability, psychological well-being and subjective success. The constructed regression models indicate that emotional intelligence components influence differently on particular characteristics during the pandemic, in particular, adaptability is ensured indirectly by controlling emotions and developed interpersonal emotional intelligence; psychological well-being depends on such emotional intelligence components as understanding one's emotions, empathizing with unhappiness, and control over expressions; the feeling of subjective success during the pandemic is mediated by understanding of one's own emotions and empathizing with unhappiness. In such difficult life situation as the pandemic, the components ensuring both psychological well-being and subjective success are the understanding of one's own emotions and empathy for unhappiness, which indicates the importance of a contact with one's own emotions and collective inclusion into the difficult situation. And the resulting regression model for adaptability includes completely different components of emotional intelligence, namely, emotional management and interpersonal emotional intelligence, which shows the focus on interpersonal interaction.

Key words: emotional intelligence, situational context, adaptability, psychological well-being, subjective success, difficult life circumstances (situation), components of emotional intelligence.

Санько Карина Александровна

*Аспирантка кафедры прикладной психологии факультета психологии
Харьковского национального университета имени В. Н. Каразина,
г. Харьков (Украина)*

ОБУСЛОВЛЕННОСТЬ ВЛИЯНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ЛИЧНОСТИ НА АДАПТИВНОСТЬ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И ЧУВСТВО СУБЪЕКТИВНОЙ УСПЕШНОСТИ (В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ)

АННОТАЦИЯ

В статье освещается актуальность проблемы рассмотрения эмоционального интеллекта в контексте социальных ситуаций тем, что поведение личности определяется как его личностными особенностями, так и характеристиками социальной ситуации. Осуществлен анализ имеющегося зарубежного опыта изучения влияния социальных ситуаций на проявление эмоционального интеллекта и его компонентов. Определено, что зарубежный взгляд учитывает собственно, не характеристику социальной ситуации, в которую попадает личность, а характеристику (контекст) социальной среды. Предоставлено взгляд отечественных ученых на эту проблематику, которыми социальная ситуация и ее роль рассматривается в русле степени «эмоциогенности» самой ситуации для личности, также поднимается вопрос о необходимости классификации социальных ситуаций. Определяется теоретико-эмпирическая необходимость изучения проявлений эмоционального интеллекта и его компонентов в контексте переживания и проживания личности в сложных жизненных обстоятельствах.

Предлагается определить качественные показатели работы эмоционального интеллекта и его компонентов, которые бы могли выступать определенным маркером психологического качества переживания сложных ситуаций. Таким качественным показателем в психологическом пространстве понимания переживания сложных жизненных обстоятельств может выступать психологическое благополучие, адаптивность и субъективная успешность человека. Именно эти психологические показатели могут указать на качество переживания ситуации и роль компонентов эмоционального интеллекта для проявления адаптивности, обеспечение психологического благополучия и ощущение субъек-

тивной успешности. Анализ данных показателей может дать понимание того полностью ли человек психологически качественно проживает те обстоятельства, в которых оказался и какова роль эмоционального интеллекта в этом.

Представлена теоретическая модель влияния эмоционального интеллекта на показатели психологического качества жизни личности в зависимости от контекста социальной ситуации. Модель демонстрирует влияние эмоционального интеллекта и его компонентов, в зависимости от указанных социальных ситуаций, на показатели адаптивности, психологического благополучия и субъективной успешности личности, которые, в свою очередь, являются взаимосвязанными между собой. Отмечается, что рассмотрение данной модели формирует запрос на эмпирическое изучение вопроса влияния эмоционального интеллекта на указанные показатели, подчеркивается новизна и значимость понимания контекста социальной ситуации, в которую попадает человек.

Рассматриваются построенные регрессионные модели, позволяющие определить особенности связей и утверждать о детерминированности ощущения психологического благополучия, адаптивности и субъективной успешности соответствующими компонентами эмоционального интеллекта в контексте влияния сложной ситуации, в частности ситуации проживания в условиях пандемии.

Доказано, что в контексте пребывания в такой сложной жизненной ситуации, как проживание в условиях пандемии, эмоциональный интеллект имеет влияние на обеспечение адаптивности, психологического благополучия и субъективной успешности. Построенные регрессионные модели свидетельствуют о том, что компоненты эмоционального интеллекта отличаются относительно влияния на ту или иную характеристику в контексте пребывания в условиях пандемии, в частности обеспечение адаптивности опосредованно управлением эмоций и развитым межличностным эмоциональным интеллектом; ощущение психологического благополучия зависит от таких компонентов эмоционального интеллекта как понимание своих эмоций, сопереживание несчастью и контроль экспрессии; ощущение субъективной успешности в условиях пандемии опосредо-

вано пониманием своих эмоций и сопереживанием несчастья. Отмечается, что в контексте такой сложной ситуации, как проживание в условиях пандемии, одинаковыми компонентами в обеспечении ощущение психологического благополучия и субъективной успешности является понимание своих эмоций и сопереживание несчастья, что свидетельствуют о важности контакта с собственными эмоциями и коллективным включением в сложную ситуацию. А полученная регрессионная модель обеспечения адаптивности в данном контексте совершенно отличается такими компонентами эмоционального интеллекта как управление эмоциями и межличностный эмоциональный интеллект, что показывает направленность на межличностное взаимодействие.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, контекст ситуации, адаптивность, психологическое благополучие, субъективная успешность, сложное жизненное обстоятельство (ситуация), компоненты эмоционального интеллекта.

How to cite (як цитувати):

Sanko, K. (2021). THE CONDITIONALITY OF THE EMOTIONAL INTELLIGENCE INFLUENCE ON ADAPTABILITY, PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND SUBJECTIVE SUCCESS (DURING THE PANDEMIC). *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 7 (7), 48-58.
<https://doi.org/10.31108/1.2021.7.7.5>

Дата отримання статті: 15.06.2021

Дата рекомендації до друку: 10.07.2021

Дата оприлюднення: 30.07.2021