

УДК 159.923+159.942

## РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В УСПІШНОМУ ПОДОЛАННІ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Грисенко Н.В., к. психол. н.,  
доцент кафедри педагогічної та вікової психології  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Фролова Н.В., к. психол. н.,  
доцент кафедри педагогічної та вікової психології  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

У статті наведено теоретичний стан дослідження феномену емоційного інтелекту. Підкреслено важливість стресозахисної та адаптивної функції емоційного інтелекту в контексті успішного подолання життєвої кризи. Представлено результати емпіричного дослідження ролі емоційного інтелекту в процесі адаптації та подолання життєвої кризи у внутрішньо переміщених осіб.

**Ключові слова:** емоційний інтелект, життєва криза, внутрішньо переміщені особи, адаптаційний потенціал, життєстійкість, толерантність до невизначеності, копінг-стратегії.

В статье представлен результат теоретического анализа феномена эмоционального интеллекта. Подчеркнута важность стрессозащитной и адаптивной функций эмоционального интеллекта в контексте успешного преодоления жизненного кризиса. Представлены результаты эмпирического исследования роли эмоционального интеллекта в процессе адаптации и преодоления жизненного кризиса у внутренне перемещённых лиц.

**Ключевые слова:** эмоциональный интеллект, жизненный кризис, внутренне перемещённые лица, адаптационный потенциал, жизнестойкость, толерантность к неопределённости, копинг-стратегии.

Hrysenko N.V., Frolova N.V. THE ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF THE INTERNALLY DISPLACED SUBJECTS IN THE SUCCESSFUL LIFE CRISIS OVERCOMING

The theoretical analysis of the emotional intelligence phenomenon have been presented. The importance of the adaptive function and protection against stress of the emotional intelligence in the context of the vital crisis successful overcoming have been pointed up. The results of empirical studies of the role of emotional Intelligence of internally displaced subjects in the successful life crisis overcoming have been analyzed and summarized.

**Key words:** emotional intelligence, life crisis, internally displaced subjects, adaptive capacity, resilience, ambiguity tolerance, coping strategies.

**Постановка проблеми.** З огляду на останні соціально-політичні події та загострення соціальних проблем, нагального розгляду потребує забезпечення рішення таких психологічних запитів, як переживання особистістю аномальних криз, або криз, викликаних зовнішніми чинниками, такими як вимушений переїзд, зміна соціального статусу, внутрішнє переміщення. Слід зазначити, що навіть суто зовнішні кризи не обмежуються соціальними ситуаціями, а впливають на всю систему взаємовідношення людини із самою собою, зовнішнім світом та іншими людьми. Тож велику цікавість викликає вивчення саме емоційного інтелекту як феномену, що є запорукою опанування таких властивостей, як самоконтроль, самомотивування діяльності, розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, що не може не відбиватися на стосунках з іншими та адаптації в нових соціальних умовах.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У процесі дослідження в межах визначеної проблематики ми спиралися на теоретичні відомості щодо феномену емоційного інтелекту в психології (І.Н. Андрєєва, І.Ф. Аршава, О.В. Єрохіна, Н.В. Коврига, Д.В. Люсін, Дж. Мейер, Е.Л. Носенко, А.Г. Четверик-Бурчак), теоретичні дані щодо переживання людиною життєвих криз (О.О. Байер, Ф.Ю. Василюк, Т.М. Титаренко, І.П. Шкуратова) та дослідження ситуації вимушеного переселення з точки зору її впливу на психологічний стан особистості (З.Г. Кісарчук, Г.П. Лазос, Н.С. Палагіна, Н.Д. Султанова, D. Ergun, S. Quosh). Ретельний теоретичний аналіз свідчить, що проблема специфіки зв'язку між рівнем сформованості емоційного інтелекту та успішністю адаптації особистості в умовах життєвої кризи вивчена недостатньо, що й обумовлює її актуальність.



**Мета статті** – проаналізувати результати теоретичного та емпіричного дослідження ролі рівня сформованості емоційного інтелекту в успішності подолання життєвої кризи у внутрішньо переміщених осіб.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вивчення емоційного інтелекту має досить коротку історію, але цей феномен вже встиг привернути увагу багатьох дослідників. За короткий час було зроблено досить багато спроб пояснити та дати визначення цьому конструкту. На сучасному етапі дослідження проблеми емоційного інтелекту найбільш актуальними залишаються питання щодо визначення структури та природи цього феномену, розглядається його місце серед інших психічних явищ; одночасно з теоретичним розглядом емоційний інтелект привертає увагу неабиякими практичними перспективами.

Сучасні дослідники передумовою постанови проблеми емоційного інтелекту у вітчизняній психології розглядають дослідження співвідношення інтелектуального та емоційного в роботах Л.С. Виготського, С.Л. Рубінштейна, О.М. Леонтьєва тощо. Так, наприклад, у працях Л.С. Виготського увага звертається на ідею єдності інтелекту та афекту, що виявляється у їх взаємозв'язку на всіх етапах психічного розвитку, взаємовпливі та відповідності стадій розвитку афекту та інтелекту одна одній. Важливою також вважається ідея О.М. Леонтьєва щодо наявності емоційного регулювання мислення [3, с. 84; 9, с. 21; 14, с. 284].

Важливим поштовхом у вивченні феномену емоційного інтелекту на пострадянському просторі стали роботи вчених І.М. Андрєєвої, О.І. Власової, С.П. Дерев'янка, Г.Г. Гарскової, Н.В. Ковриги, Е.Л. Носенко, Д.В. Люсіна, М.О. Манойлової та ін. Найбільш поширеним є розуміння емоційного інтелекту як інтегративної особистісної властивості, що має ієрархічну структуру, може бути розвинена та пов'язана зі здібностями до розуміння власних і чужих емоцій та управління ними [6, с. 27].

Більшість дослідників сьогодні розглядають емоційний інтелект як феномен, що має ієрархічну рівневу структуру, може бути вимірюваним і піддається цілеспрямованому розвитку (І.М. Андрєєва, М.І. Шпак, І.В. Єрохіна, Е.Л. Носенко та ін.). Так, І.Н. Андрєєва, спираючись на висновки В.Д. Шадрікова щодо трьохвимірної моделі здібностей (здібності індивіда, здібності суб'єкта діяльності та здібності особистості), пропонує ієрархічну структуру емоційного інтелекту, де виділяє інтелект індивіда (емоційний інтелект як здібність), інтелект суб'єкта діяльності (емоційна компетент-

ність) та інтелект особистості (емоційна креативність) [2, с. 80]. Також, слідом за Дж. Мейером, П. Селовеєм та Д. Карузо дослідниця виділяє внутрішньоособистісний інтелект як здатність до вираження, розуміння, свідомої регуляції власних емоцій та фасилітації власного мислення, та міжособистісний – як здатність до розпізнання, розуміння, свідомої регуляції емоцій інших людей та фасилітації їхнього мислення [3, с. 87].

Суттєвими в контексті окресленої проблеми є питання щодо зв'язку емоційного інтелекту з адаптацією. Д.В. Люсін, аналізуючи точки зору щодо зв'язку емоційного інтелекту зі стратегіями подолання або дослідженням особистих рис, робить припущення щодо відносності прояву того чи іншого рівня емоційного інтелекту залежно від оточення. Наприклад, одна й та сама людина може проявляти високий рівень емоційного інтелекту в оточенні, що відповідає особливостям її особистості, та низький рівень емоційного інтелекту в невідповідному оточенні. На цій підставі він висуває гіпотезу, що емоційний інтелект може бути виявленням ступені відповідності особистості та оточення [12].

Найбільш вагомий внесок у вивчення стресозахисної та адаптивної функції емоційного інтелекту зробили дослідники Е.Л. Носенко та Н.В. Коврига. Через вивчення емоційного інтелекту як особливої форми відображення у свідомості та поведінці людини динамічної єдності внутрішніх ознак особистості та зовнішніх переживань вони розглядають особливості поведінки в стресогенних ситуаціях. Обґрунтувавши зв'язок поведінки людини з її особистісними властивостями, вони пов'язують поведінку з такими особистісними рисами, як нейротизм, екстраверсія та інтроверсія, сумлінність, гнучкість у спілкуванні тощо [6, с. 63].

Незважаючи на різноплановість напрямів дослідження феномену емоційного інтелекту, недостатньо вивченими залишаються його стресозахисна та адаптаційна функції в умовах життєвої кризи. Так, у наведених вище вчених було розглянуто зв'язок емоційного інтелекту з емоційною стійкістю та його стресозахисний та адаптаційний потенціал у «нормальних» умовах, тобто таких, що не висувають людині підвищених вимог щодо рівня розвитку певних особистісних рис, внутрішніх ресурсів і поведінки, спрямованої на подолання кризової ситуації [1, с. 37; 6, с. 69]. Проведений теоретичний аналіз свідчить про високий потенціальний ролі емоційного інтелекту в певних життєвих обставинах.

З огляду на останні соціально-політичні події та загострення соціальних проблем

нагального розгляду потребує забезпечення рішення таких психологічних запитів, як переживання особистістю анормальних криз або криз, викликаними зовнішніми чинниками, такими як вимушений переїзд, зміна соціального статусу, внутрішнє переміщення тощо.

Як зазначають вітчизняні дослідники, в Україні нема навіть усталеного терміну, який би використовувався щодо громадян України, які були вимушені тимчасово виїхати з місць свого проживання до інших областей країни. Наприклад, у літературних джерелах та офіційних документах трапляються такі визначення цієї категорії: тимчасово переселені особи, внутрішньо переміщені особи (ВПО), переселенці, вимушені мігранти, внутрішні біженці тощо. Згідно з визначенням Управління Верховного комісара ООН у справах біженців (УВКБ ООН), внутрішньо переміщеними особами вважаються люди, змушені залишити свої домівки (місця проживання) для того, щоб уникнути наслідків збройного конфлікту (ситуації загального насилля, порушень прав людини) або стихійних лих чи техногенних катастроф, які не перетнули визначений на міжнародному рівні державний кордон країни. [10, с. 17] При цьому слід зазначити, що більшість внутрішньо переміщених осіб, зважаючи на ситуацію, яка склалася у їхньому житті, переживають аномальну життєву кризу.

Феномен життєвої кризи вже багато років є об'єктом дослідження багатьох науковців, але досі має місце неоднозначність щодо висвітлення особливостей переживання життєвої кризи та стратегій її подолання та опанування. Як зазначає Р. Чіп, розглядаючи поняття життєвої кризи як соціально-психологічної реальності, неможливо аналізувати його у відриві від особистості. Тож життєва криза набуває сутність через активність особистості, її діяльність, та поведінку, тобто в особистісному контексті [15, с. 291; 16, с. 278].

Виділяють кілька ознак, що дають змогу характеризувати життєву ситуацію як кризову. Так, у людини виникає неможливість продовжувати жити так, як вона жила раніше; людина опиняється перед необхідністю пошуку нових життєвих стратегій через те, що засвоєні форми поведінки стають недоречними у нових умовах. Тож виникає необхідність переосмислення життєвого шляху та досвіду, тобто рефлексивного погляду на власне життя. У цих умовах виникає самотутня цінність критичної ситуації як такої, що звертає погляд людини на внутрішній світ і приведення його до відповідності з умовами зовнішньої середовища, що змінилася [13, с. 19].

Теоретичний аналіз робіт щодо особливостей адаптації та переживання життєвої кризи внутрішньо переселеними особами свідчить, що навіть суто зовнішні кризи не обмежуються соціальними ситуаціями, а впливають на всю систему взаємовідношення людини із самою собою, зовнішнім світом та іншими людьми. З огляду на це актуальним вбачається вивчення саме емоційного інтелекту як феномену, що є запорукою опанування таких властивостей, як самоконтроль, самотивування діяльності, розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, що не може не відбиватися на стосунках з іншими та адаптації в нових соціальних умовах.

У контексті обраної нами для дослідження проблематики важливим є вивчення комплексу показників, що дозволяють розглядати внутрішню картину переживань людини під час життєвої кризи з визначенням критеріїв успішного її подолання. Отже, основним завданням дослідження є розкриття таких аспектів, як поведінкове та емоційне реагування людини, оцінка нею ситуації, що склалася, та наявність внутрішніх ресурсів, що забезпечать дію механізмів адаптації.

У контексті перебігу життєвої кризи, пов'язаної зі зміною соціальних умов, більшого значення набуває здатність людини конструктивно долати складні життєві обставини, тобто використовувати такі копінг-стратегії, як пошук соціальної підтримки, самоконтроль і прийняття відповідальності. Важливим чинником у перебігу кризи є здатність людини переорієнтуватися із старих поведінкових та мисленнєвих патернів на нові, а саме з переживання до пошуку зовнішніх ресурсів і звернення по допомогу, за яким іде вибір лінії поведінки та повернення до нормального рівня функціонування [4, с. 19]. Успішність проходження цього етапу визначається тим, наскільки людина наближується до уявлення про психологічно здорову особистість. Тут емоційний інтелект матиме велику роль в усвідомленні людиною власних очікувань, прийнятті відповідальності за власні переживання та потреби, усвідомленні можливих шляхів пошуку вирішення проблем та розумінні своїх можливостей.

Роль емоційного інтелекту в переживанні наявної кризової ситуації також відбивається на тому, чи відчуватиме людина дискомфорт у складних та неоднозначних ситуаціях та намагатиметься штучно спростити їх, або навпаки, буде здатна змиритися із складністю навколишнього світу та творчо підійти до вирішення складних проблем. Це знаходить відображення у феномені то-



лерантності до невизначеності, що описує різні типи поведінки в складних життєвих ситуаціях.

Наявні дослідження, що звертають увагу на вивчення аспекту особливостей емоційного реагування в різних ситуаціях життєдіяльності, розглядають інтолерантність до невизначеності як особистісну властивість, що корелює з показниками тривожності та низького рівня креативності. За допомогою тесту толерантності до невизначеності Е.Л. Носенко пропонує оцінювати рівень сформованості відкритості новому досвіду як передумови виявлення міжособистісного та внутрішньоособистісного емоційного інтелекту. Згідно з висновками, отриманими в результаті дослідження Е.Л. Носенко, можна очікувати наявності прямого зв'язку між високим рівнем сформованості емоційного інтелекту людини та позитивністю її ставлення до себе, інших та миру і через це – високу толерантність до невизначеності загалом [6, с. 57].

Важливим психологічним конструктом на шляху вирішення ситуаційної напруги та невизначеності вбачається рівень життєстійкості людини, що містить такі показники, як

залученість, контроль та прийняття ризику, і пов'язаний із прийняттям відповідальності та подоланням стресу. Дослідження зв'язку емоційного інтелекту із життєстійкістю на прикладі студентів виявило існування значущих зв'язків між усвідомленням власних емоцій, управлінням ними та всіма показниками життєстійкості. Тож можна припустити, що високий рівень сформованості емоційного інтелекту є умовою більшої стійкості в переживанні складних життєвих обставин.

Таким чином, в основу емпіричного дослідження нами була покладена гіпотеза про те, що внутрішньо переміщені особи з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту мають вищі показники життєстійкості, толерантності до невизначеності та використовують такі продуктивні копінг-стратегії як рішення проблеми, пошук соціальної підтримки та прийняття відповідальності, що, у свою чергу, зумовлює більш успішну їх адаптацію в складних життєвих обставинах.

Дослідження було проведено у два етапи. На першому етапі з використанням методу бесіди та Шкали психологічного стресу

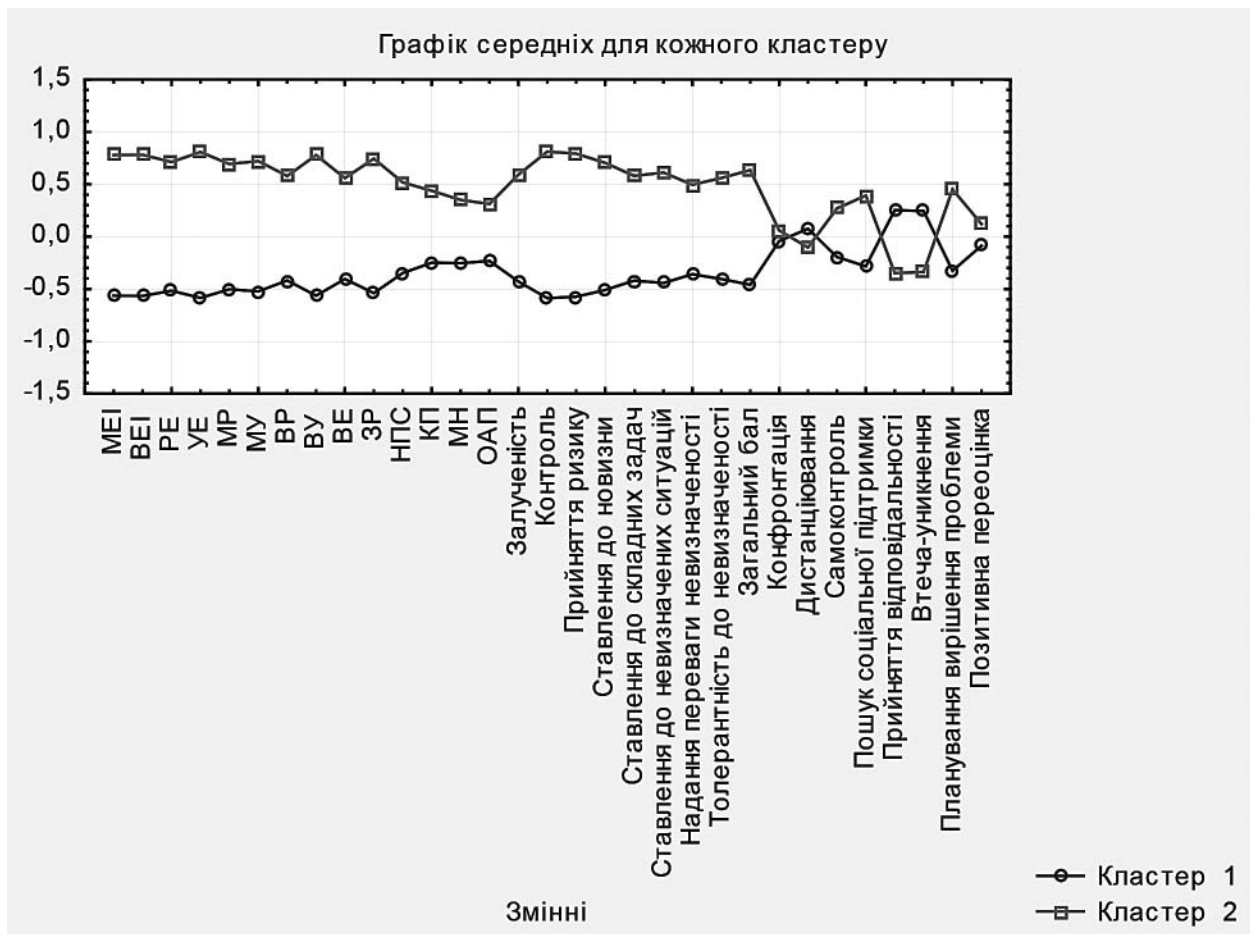


Рис. 1. Результати кластеризації вибірки за змінними проявів емоційного інтелекту, життєстійкості, адаптивності, толерантності до невизначеності та копінг-стратегій

(PSM–25) Лемура – Тесьє – Філліона було сформовано вибірку з 70 досліджуваних (25 чоловіків та 45 жінок) віком від 20 до 40 років, що мають статус переселенця. До вибірки увійшли досліджувані, які демонстрували значне занепокоєння та хвилювання щодо факту вимушеної зміни місця проживання, ситуації, що склалася загалом, неможливості повернути минуле життя тощо, і чий показники за шкалою стресу опинилися в межах від 155 балів і вище, що свідчить про значний стан дискомфорту.

На другому етапі проводилася безпосередня діагностика ознак емоційного інтелекту, та показників успішності подолання життєвої кризи людиною, а саме рівня адаптивності, толерантності до невизначеності, компонентів життєстійкості та копінг-стратегій, за допомогою таких методик: тест емоційного інтелекту Д.В. Люсіна; багаторівневий особистісний опитувальник (МЛО) «Адаптивність», розроблений

А.Г. Маклаковим та С.В. Чермяніним; тест життєстійкості С. Мадді в адаптації Д.О. Леонтьєвим та Е.І. Рассказовою; шкала толерантності до невизначеності Д. МакЛейна в адаптації Є.Г. Луковіцької; копінг-тест Р. Лазаруса і С. Фолкмана в адаптації Т.Л. Крюкової, Є.В. Куфтяк, М.С. Замишляєвої.

Для перевірки сформульованої нами гіпотези була обрана квазіекспериментальна стратегія наукового дослідження із формуванням нееквівалентних груп із загального числа досліджуваних. Неekвівалентні групи були сформовані використанням *кластерного аналізу* (алгоритм К-середніх). Згідно з поставленою гіпотезою доцільним є формування двох кластерів із подальшим аналізом рівня кожного показника, що входить до певного кластера. Загальна кількість змінних, за якими проводилася кластеризація, дорівнювала 31.

Як можна побачити з рис. 1, обидва кластери значно відрізняються один від

Таблиця 1

**Показники міжкластерних відмінностей  
у рівнях емоційного інтелекту досліджуваних**

Змінні	Середні значення досліджуваних кластера 1	Середні значення досліджуваних кластера 2	Показники t-критерію Стьюдента
Міжособистісний емоційний інтелект (MEI)	50,9	38,6	5,738*
Внутрішньоособистісний емоційний інтелект (BEI)	39,8	29,8	5,598*
Розуміння емоцій (PE)	51	39,4	4,653*
Управління емоціями (UE)	39,6	29,3	6,527*
Розуміння чужих емоцій (MP)	28,2	22	4,432*
Управління чужими емоціями (MU)	22,8	16,5	5,549*
Розуміння власних емоцій (BP)	22,3	17,4	3,493*
Управління власними емоціями (BU)	17,5	12,6	5,891*
Контроль експресії (BE)	12,4	8,6	4,226*
Загальний результат (ЗР)	97,7	74,9	5,262*

\* – статистично значущі відмінності на рівні  $p \leq 0,001$ .

Таблиця 2

**Показники міжкластерних відмінностей  
у рівнях особистісного адаптаційного потенціалу досліджуваних**

Змінні	Середні значення досліджуваних кластера 1	Середні значення досліджуваних кластера 2	Показники t-критерію Стьюдента
Нервово-психічна стійкість (НПС)	26,1	17,7	2,008*
Комунікативний потенціал (КП)	11,7	8,9	2,979**
Моральна нормативність (МН)	9,6	7,6	2,496**
Особистісний адаптаційний потенціал (ОАП)	44,6	36,2	2,658**

\* – статистично значущі відмінності на рівні  $p \leq 0,05$

\*\* – статистично значущі відмінності на рівні  $p \leq 0,01$



одного. Так, досліджувані, що увійшли до першого кластера, а це 40% вибірки, мають більш високі показники рівня розвитку емоційного інтелекту, життєстійкості та толерантності до невизначеності, тоді як представники другого кластера (тобто 60% вибірки) мають нижчі показники по тих же змінних. Результати виявлення статистично значущих відмінностей між групами досліджуваних представлені в таблицях 1-5.

З табл. 1 можна побачити, що існують значущі відмінності (на рівні  $p < 0,001$ ) між обома кластерами по всім показникам складових емоційного інтелекту. Так, представники кластера 1 мають значно вищий рівень сформованості емоційного інтелекту, що свідчить про вищі здібності до розуміння власних та чужих емоцій, управління ними та адекватний прояв емоцій. Такі дані свідчать й про суттєві відмінності в тому, наскільки представники обох кластерів компетентні в розумінні внутрішньоособистісних і міжособистісних проявів емоцій та управлінні ними, що помітно навіть під час

якісного аналізу відмінностей між середніми значеннями кластерів за кожним показником.

Як можна побачити з табл. 2, досліджувані першого кластера поряд із високими показниками емоційного інтелекту мають і статистично значуще більш високі показники особистісного адаптаційного потенціалу та його складових. Слід зазначити, що найбільші відмінності були виявлені за показниками комунікативного потенціалу, який, на нашу думку, є провідним фактором адаптації в нових умовах у вимушено переселених осіб, тому що вказує на рівень розвитку комунікативних здібностей особистості, легкість встановлення контактів з іншими та уникнення конфліктів. Тож результати свідчать, що краще розуміння власних та чужих емоцій, управління ними та адекватне їх вираження входить до структури адаптивних можливостей людини через її комунікативні здібності. Таким чином, на основі отриманих результатів можна стверджувати, що істотною допомогою у вста-

Таблиця 3

**Показники міжкластерних відмінностей між досліджуваними за рівнями прояву копінг-стратегій у поведінці**

Змінні	Середні значення досліджуваних кластера 1	Середні значення досліджуваних кластера 2	Показники t-критерію Стьюдента
Конфронтація	46,9	47,2	-0,083
Дистанціювання	43,9	47,4	-0,967
Самоконтроль	68,2	60,6	2,033
Пошук соціальної підтримки	76,6	66,2	2,357*
Прийняття відповідальності	52,7	63,4	-2,033*
Втеча-уникнення	42,3	52,3	-2,234*
Планування вирішення проблеми	73,8	60,5	2,810**
Позитивна переоцінка	64,4	60,6	0,932

\* – статистично значущі відмінності на рівні  $p < 0,05$ ;

\*\* – статистично значущі відмінності на рівні  $p < 0,01$ .

Таблиця 4

**Показники міжкластерних відмінностей досліджуваних у рівнях толерантності до невизначеності досліджуваних**

Змінні	Середні значення досліджуваних кластера 1	Середні значення досліджуваних кластера 2	Показники t-критерію Стьюдента
Ставлення до новизни	15,5	11,5	5,973*
Ставлення до складних задач	34,5	27	4,427*
Ставлення до невизначених ситуацій	38,4	28,6	4,965*
Надання переваги невизначеності	47,8	37,5	3,453*
Толерантність до невизначеності	43,7	33,2	4,113*
Загальний бал	94,8	72,3	4,918*

\* – статистично значущі відмінності на рівні  $p < 0,01$

новленні нових соціальних контактів, що забезпечують адаптацію в нових умовах є саме високий рівень розвитку емоційного інтелекту.

До того ж досліджувані першого кластера з більш високими показниками емоційного інтелекту мають й більш високі показники нервово-психічної стійкості, що свідчить про достатній у них рівень поведінкової регуляції, адекватну самооцінку та реальне сприйняття дійсності, та більш високі показники моральної нормативності як здатності до реальної оцінки своєї ролі в колективі та орієнтацію на виконання загальноприйнятих норм поведінки.

Як можна побачити з табл. 3, представники кластера з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту мають значущо вищі показники щодо навантаження таких видів копіngu, як пошук соціальної підтримки, самоконтроль і планування вирішення проблеми (при  $p < 0,05$ ). З огляду на життєву ситуацію внутрішньо переміщених осіб зараз в Україні здатність звернутися по допомогу набуває важливої, якщо не вирішальної ролі. Так, враховуючи наявність кризових центрів, що спеціалізуються на наданні допомоги саме переселенцям адресної допомоги на різних рівнях і волонтерської діяльності в цій сфері, звернення по допомогу може стати важливим етапом у переживанні людиною кризи. Як було вказано вище, значущою умовою перебігу кризи є здатність людини переорієнтуватися із старих поведінкових і мисленневих патернів на нові, а саме з переживання до пошуку зовнішніх ресурсів і звернення по допомогу, за яким іде вибір лінії поведінки та повернення до нормального рівня функціонування [4, с. 18], певною умовою при цьому є здатність до самоконтролю людини. У свою чергу, основною метою звертання за допомогою є конструктивне вирішення проблеми, тож можна очікувати, що успішність подолання життєвої кризи досліджуваними, які переважно використовують стратегії пошуку соціальної підтримки та планування вирішення проблеми, буде вищою.

Слід зазначити, що якщо переваження стратегії втечі-уникнення для осіб із низькими показниками рівня сформованості емоційного інтелекту є очікуваним, то наявність у них також стратегії прийняття відповідальності (результати значущі при  $p < 0,05$ ) є достатньо неочікуваним і цікавим. Ми це пояснюємо так, що одним із негативних проявів використання цієї стратегії є поява невинуватої самокритики, переживання почуття провини, незадоволеності собою та прийняття надмірної відповідальності. Тож в цьому контексті можна припустити, що недостатньо високий рівень емоційного інтелекту людини буде заважати їй адекватно оцінювати свою роль у тому, що відбувається, та вирішувати внутрішній конфлікт, пов'язаний зі ставленням до себе, до інших та до світу загалом.

Також, виходячи з розгляду ролі рівня розвитку емоційного інтелекту в тому, наскільки успішно особистість долає життєву кризу, іншим поясненням переважання стратегії прийняття відповідальності в осіб із низькими рівнем сформованості емоційного інтелекту є те, що вони розуміють ресурсний потенціал групи та готові звертатися по допомогу, а ті, що мають низький чи недостатній рівень або не мають відповідних навичок, – мають складності із розумінням інших людей та відчуття довіри до них. Тож для них може бути характерне майже навмисне дистанціювання із переживанням того, що тільки сама людина може дати собі раду. Роль емоційного інтелекту тут буде полягати в тому, щоб зрозуміти ставлення та емоції інших людей до себе та відчуття компетентності в процесі взаємодії з ними, пов'язаної з упевненістю у власній здатності до ефективної комунікації.

Так, з табл. 4 можна побачити, що існують значущі відмінності (при  $p < 0,01$ ) між обома кластерами за такими показниками, як ставлення до новизни, ставлення до складних задач, ставлення до невизначених ситуацій, надання переваги невизначеності та толерантність до невизначеності,

Таблиця 5

**Показники міжкластерних відмінностей у рівнях життєстійкості досліджуваних**

Змінні	Середні значення досліджуваних кластера 1	Середні значення досліджуваних кластера 2	Показники t-критерію Стьюдента
Залученість	41,1	33	4,095*
Прийняття ризику	21	13,4	7,215*
Контроль	35,9	24,6	6,859*
Загальний рівень життєстійкості	98	71	5,114*

\* – статистично значущі відмінності на рівні  $p < 0,01$



а також за загальним результатом. Якісний аналіз показує, що більші показники за цими шкалами мають представники кластера з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту.

Подальший аналіз результатів, який представлений в табл. 5, свідчить про те, що досліджувані кластера з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту значно відрізняються (при  $p < 0,01$ ) за показниками життєстійкості та її складників, таких як залученість, контроль і прийняття ризику від результатів кластера з низькими показниками рівня сформованості емоційного інтелекту. Представлені результати тесту життєстійкості дають змогу оцінити здатність і готовність людини активно та гнучко діяти в ситуації стресу і труднощів, її вразливість до переживань стресу і депресій. Тому очікуваним для нас результатом було наявність в осіб із високим рівнем емоційного інтелекту високих показників життєстійкості та її складників. Так, у ситуації з відчуттям залученості, що виявляється через задоволення від власної діяльності та уміння в кожній події знаходити щось цікаве для особистості, емоційний інтелект забезпечує краще розуміння себе та навколишнього світу, що починає сприйматися як великодушний. Прояв залученості виявляється через феномени синтонії – здатності переживати емоції, що збігаються з емоціями інших людей, та поступово заміщується раціоналізацією, впевненістю у своїй емоційній компетентності, наявній реципрокності як оцінка суб'єктом послуги або шкоди з боку іншої людини та реалізація позитивної реципрокності як бажання віддячити [8, с. 59]

У контексті дослідження особливостей внутрішньопереміщених осіб можна припустити надзвичайну важливість для особистості відчувати контроль над подіями як важливу засаду на шляху подолання стресу та тривожності. На нашу думку, зв'язок з емоційним інтелектом тут виявляється через інтернальність локусу контролю, що дослідники пов'язують із високим рівнем сформованості емоційного інтелекту [7]. Можна зробити висновок, що інтелект дає змогу людині діяти, спираючись на внутрішню умотивованість поведінки та помірну сенситивність до можливих емоціогенних подразників. Емоційний інтелект тут сприяє адекватному оцінюванню своєї поведінки та того, як вона впливає на інших людей.

Прийняття ризику (challenge) розглядається як переконаність людини в тому, що все те, що з нею трапляється, сприяє її розвитку завдяки знанням, видобутим із досвіду – неважливо, позитивного або не-

гативного. Людина, котра розглядає життя як спосіб набуття досвіду, готова діяти за умов відсутності надійних гарантій на успіх, на свій страх і ризик, вважаючи прагнення до простого комфорту і безпеки таким, що збіднює життя особистості. В основі прийняття ризику лежить ідея розвитку через активне засвоєння знань з досвіду та подальше їх використання.

**Висновки.** Отже, в результаті проведення емпіричного дослідження ми отримали майже повне підтвердження нашої гіпотези про те, що внутрішньо переміщені особи з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту мають вищі показники життєстійкості, толерантності до невизначеності та використовують продуктивні копінг-стратегії, що, у свою чергу, зумовлює більш успішну їх адаптацію в складних життєвих обставинах.

Не підтвердилось лише припущення про використання такої копінг-стратегії як прийняття відповідальності, до якої більш схильні особи з низьким рівнем інтелекту. Так, представники кластера з високим рівнем сформованості емоційного інтелекту матимуть більш позитивне ставлення до змін, що відбуваються в житті, та матимуть змогу створити або знайти новий сенс, позитивні наслідки перетворень або просто асимілювати новий досвід без переживання внутрішнього конфлікту. У свою чергу, можна очікувати, що представники кластера з низькими показниками рівня сформованості емоційного інтелекту сприймають все, що з ними трапляється, скоріш як загрозу власній безпеці та те, що викликає дискомфорт і стрес. Вони схильні діяти тільки за безпечних умов та шукати комфорту, уникати змін та викликів. При цьому, уникаючи можливостей проявляти активність, вони схильні чекати на допомогу ззовні – від держави чи волонтерських організацій – або за умов низького рівня сформованості міжособистісного емоційного інтелекту взагалі уникатимуть соціальної активності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Аршава І.Ф. Прогнозування емоційної стійкості людини з урахуванням рівнів розвитку емоційного інтелекту / І.Ф. Аршава // Психіатрія. – 2010. – № 1 – С. 22-27.
2. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 78-86.
3. Андреева И.Н. Об истории развития понятия «эмоциональный интеллект» / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2008. – № 5. – С. 83-95.
4. Байер О.О. Життєві кризи особистості : [навч. посібник] / О.О. Байер. – 2-ге видання, доповнене і перероб. – Д. : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2012. – 244 с.



5. Ерохина Е.В. Стратегии преодолевающего поведения и социальной адаптации при различных профилях эмоционального интеллекта : дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01 / Е.Л. Ерохина. – Краснодар, 2011. – 221 с.
6. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції / Е.Л. Носенко, Н.В. Коврига. – К. : Вища школа, 2003. – 126 с.
7. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості / Е.Л. Носенко // Психологія і суспільство. – 2004. – № 4. – С. 95-109.
8. Носенко Е.Л. Особливості виявлення феномену реципрокності в осіб з різним рівнем сформованості емоційного інтелекту / Е.Л. Носенко, М.В. Жоголева // Вісник Дніпропетр. ун-ту. Сер. «Педагогіка і психологія». – 2006. – С. 54-63.
9. Пантелеева Т.В. Краткий очерк истории развития проблематики эмоционального интеллекта в отечественной психологии / Т.В. Пантелеева // Актуальные вопросы современной психологии : материалы III Международ. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2015 г.). – Челябинск, 2015. – С. 19-25.
10. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : [метод. посібник] / [З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос, Л.І. Литвиненко та ін.] ; за ред. З.Г. Кісарчук. – К. : ТОВ Видавництво «Логос». – 207 с.
11. Реан А.А. К проблеме социальной адаптации личности / А.А. Реан // Вестник СПбУ. – 1995. – № 3. – Серия 6. – С. 74-79.
12. Робертс Р.Д. Эмоциональный интеллект: проблемы, теории, измерения и применения на практике / Р.Д. Робертс, Дж. Мэттьюс, М. Зайднер, Д.В. Люсин [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyy-intellekt-problemy-teorii-izmereniya-i-primeneniya-na-praktike>.
13. Шкуратова И.П. Личностные ресурсы как фактор совладания с кризисными ситуациями / И.П. Шкуратова, Е.А. Анненкова // Психология кризиса и кризисных состояний. Междисциплинарный ежегодник. – 2007. – Вып. 4. – С. 17-23.
14. Шпак М.В. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень / М.В. Шпак // Актуальні проблеми психології розвитку особистості. Психологія особистості. – 2011. – № 1 (2). – С. 282-288.
15. Чіп Р.В. Психологічні особливості переживання життєвої кризи особистістю в ранньому юнацькому віці / Р.В. Чіп // Актуальні проблеми психології розвитку особистості. Психологія особистості. – 2011. – № 1(2). – С. 289 – 297.
16. Constanze Q., Liyam E., Rawan A. Mental health of refugees and displaced persons in Syria and surrounding countries: a systematic review / Intervention 2013. – Volume 11. – Number 3. – P. 276 – 294.