

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Навчально-науковий інститут управління, психології та безпеки

Кафедра загальної та соціальної психології

**Особливості розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці**

**кваліфікаційна робота**

здобувача вищої освіти

освітнього ступеня «бакалавр»

спеціальність 053 «Психологія»

ОНП «Психологія»

**Мар'яни САВРАН**

**Науковий керівник**

доктор педагогічних наук, професор

**Галина ЛЯЛЮК**

**Рецензент**

доктор психологічних наук, доцент

**Євген КАРПЕНКО**

*Кваліфікаційна робота допущена до захисту*

«    » березня 2026 р., протокол №

завідувач кафедри загальної та соціальної психології

\_\_\_\_\_ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів 2026

***Савран Мар'яна. Кваліфікаційна робота. Особливості розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці.***

Кваліфікаційна робота присвячена проблемі розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці. Проаналізовано наукові підходи до сутності соціального інтелекту і його розвитку. Теоретичний аналіз підходів до вивчення соціального інтелекту засвідчив, що він є складною психічною властивістю особистості, яка включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. Розглянуто психологічні чинники соціального інтелекту та його особливості розвитку юнацькому віці. Емпірично досліджено психологічні особливості розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці. Розроблено практичні рекомендації та підібрано вправи з метою розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці.

***Ключові слова:*** соціальний інтелект, юнацький вік, мотивація, емпатія, особистісна тривога, емоційний інтелект, емпатійна стурбованість, та перспективне прийняття.

***Savran Maryana. Qualification work. Peculiarities of the development of social intelligence in adolescence.***

The qualification work is devoted to the problem of the development of social intelligence in adolescence. Scientific approaches to the essence of social intelligence and its development are analyzed. Theoretical analysis of approaches to the study of social intelligence has shown that it is a complex mental property of the individual, which includes cognitive, emotional and behavioral components. Psychological factors of social intelligence and its features of development in adolescence are considered. The psychological features of the development of social intelligence in adolescence are empirically studied. Practical recommendations are developed and exercises are selected to develop social intelligence in adolescence.

***Keywords:*** social intelligence, adolescence, motivation, empathy, personal anxiety, emotional intelligence, empathic concern, and prospective acceptance.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	
1.1 Аналіз наукових підходів до сутності соціального інтелекту та його розвитку.....	8
1.2 Психологічні чинники розвитку соціального інтелекту особистості.....	15
1.3 Специфіка розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці.....	19
Висновки до першого розділу.....	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	
2.1 Методи дослідження.....	24
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	30
2.3. Практичні рекомендації та вправи із метою розвитку соціального інтелекту студентської молоді.....	41
Висновки до другого розділу.....	44
ВИСНОВКИ.....	46
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	49
ДОДАТКИ.....	53

## ВСТУП

У сучасному суспільстві, яке характеризується швидкими соціальними змінами, інформаційною насиченістю та ускладненням міжособистісних взаємин, особливої значущості набуває проблема розвитку соціального інтелекту особистості. Соціальний інтелект розглядається як важлива психологічна характеристика, що забезпечує здатність людини розуміти наміри, емоції та поведінку інших людей, адекватно інтерпретувати соціальні ситуації, прогнозувати розвиток міжособистісних взаємодій і ефективно вибудовувати власну поведінку в соціальному середовищі. Саме завдяки сформованому соціальному інтелекту особистість здатна налагоджувати конструктивні взаємини, вирішувати конфлікти, проявляти емпатію й соціальну гнучкість у різноманітних життєвих обставинах.

У науковому дискурсі феномен соціального інтелекту є предметом досліджень як українських, так і зарубіжних дослідників. Зокрема, вагомий внесок здійснили О. Кононко, яка розглядала соціальний інтелект у площині особистісного становлення, та Л. Панько, котра вивчала його взаємозв'язок із емоційною сферою особистості. Е. Торндайк одним із перших увів поняття «соціальний інтелект» у науковий обіг та обґрунтував його сутність, Н. Кантор досліджувала його соціально-когнітивні механізми. Вченими Р. й Стернберомг Р. й Д. Гоулманом було проаналізовано соціальний інтелект у контексті емоційного інтелекту.

Соціальний інтелект постає як одна з провідних характеристик особистості, що зумовлює здатність людини до результативної взаємодії з іншими, розуміння їхніх емоційних станів, намірів і мотивів поведінки. В умовах сучасного суспільства, де якісна міжособистісна комунікація є важливим чинником професійної успішності та особистісної самореалізації, розвиток соціального інтелекту набуває особливої значущості. Опрацювання цієї проблематики дає змогу визначити психологічні особливості, що сприяють його розвитку, а відтак — удосконалити освітні та психокорекційні програми.

Особливо важливим періодом для розвитку соціального інтелекту є юнацький вік, оскільки саме на цьому етапі відбувається інтенсивний розвиток самосвідомості,

формування системи цінностей, становлення ідентичності та активне розширення соціальних контактів. Юнаки та дівчата входять у нові соціальні ролі, активно будують міжособистісні стосунки з ровесниками, викладачами, представниками різних соціальних груп, що потребує високого рівня соціального розуміння й комунікативної компетентності. В цей віковий період особистість навчається інтерпретувати поведінку інших людей, усвідомлювати свої емоційні реакції та регулювати їх відповідно до вимог соціальної ситуації. Тому рівень розвитку соціального інтелекту значною мірою визначає успішність соціальної адаптації, ефективність комунікації та подальший особистісний і професійний розвиток молоді людини.

**Об'єкт дослідження:** соціальний інтелект особистості як соціально-психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** особливості розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці.

**Мета дослідження** полягає у теоретико-емпіричному вивченні особливостей розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці та підборі вправ й розробці рекомендацій щодо розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці.

**Гіпотеза дослідження** ґрунтується на припущенні про наявність взаємозв'язку між СІ й емпатійною стурбованістю та перспективним прийняттям, що підкреслює значущість здатності розуміти інших у процесі міжособистісної взаємодії.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати наукові підходи до сутності соціального інтелекту і його розвитку.
2. Розглянути психологічні чинники соціального інтелекту та його особливості розвитку юнацькому віці.
3. Емпірично дослідити психологічні особливості розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці.
4. Розробити практичні рекомендації та підібрати вправи з метою розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці.

**Теоретико-методологічні основи дослідження:** концепції соціального інтелекту (Е. Торндайк, Д. Векслер, Дж. Гілфорд, Р. Стернберг, П. Саловей,

Дж. Майєр, Д. Гоулман); наукові дослідження особливостей соціального інтелекту особистості (О. Кононко, Л. Панько, Н. Слободяник, О. Горбенко, Л. Коваленко, І. Кудрявцева та ін.).

**Методи дослідження:** аналіз і узагальнення науково-теоретичних джерел, систематизація даних, психодіагностичні методики (методика діагностики соціального інтелекту Дж. Гілфорда [24]; опитувальник мотивації досягнення (Т. Елерса) [26]; методика діагностики емпатії (М. Девіса) [26]), а також методи математичної обробки даних (відсотковий аналіз, кореляційний аналіз Пірсона).

**Вибірка дослідження:** Вибірку склали 50 студентів спеціальностей «Психологія» та «Менеджмент», віком 18 - 20 років, які навчаються в ІУПБ ЛьвДУВС, м. Львів.

**Теоретичне значення дослідження** полягає у поглибленні наукових уявлень про психологічну природу соціального інтелекту, його структуру, механізми формування та вікові особливості розвитку у юнацькому періоді. Аналіз особливостей соціального інтелекту дозволив уточнити роль когнітивних, емоційно-поведінкових компонентів у процесі соціального пізнання, а також розширити наукові підходи до вивчення соціальної компетентності особистості. Результати сприятимуть подальшому розвитку теоретичних моделей соціального інтелекту й поглибленню знань про закономірності соціально-психологічного розвитку молоді.

**Практичне значення дослідження** полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності психологів ЗВО, педагогів й фахівців соціальної сфери, що працюють із молоддю. Виявлені дозволяють розробляти ефективні психолого-педагогічні програми розвитку комунікативних умінь, емпатії, соціальної чутливості та навичок конструктивної взаємодії. Такі програми можуть бути впроваджені у закладах освіти з метою сприяння гармонійному особистісному розвитку молоді, підвищення їхньої соціальної компетентності та підготовки до ефективної взаємодії у професійному та суспільному середовищі. Результати також можуть бути використані у практиці психологічного консультування й тренінговій роботі, спрямованій на розвиток соціальних навичок і покращення якості міжособистісних взаємин молодих людей.

Запропоновані рекомендації та вправи можуть слугувати підґрунтям для створення й впровадження тренінгових програм, спрямованих на розвиток соціального інтелекту, емпатії, удосконалення комунікативних умінь й формування емоційної чутливості в студентській молоді.

**Структуру кваліфікаційної роботи** складають вступ, два розділи та висновки до них, загальні висновки, список використаних джерел, додатки. Загальний обсяг роботи - 54 сторінки.

## Розділ 1

# ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЩІ

## 1.1 Аналіз наукових підходів до сутності соціального інтелекту та його розвитку

У сучасній психологічній науці соціальний інтелект (далі – СІ), розглядається як складне багатовимірне утворення, що забезпечує ефективну орієнтацію особистості у сфері міжособистісної взаємодії, розуміння соціальних ситуацій, намірів і поведінки інших людей. Хоча, більшість дослідників визначають його як здатність усвідомлювати поведінку інших людей, передбачати їх дії й успішно взаємодіяти у соціумі [5], аналіз наукових джерел засвідчив про існування кількох основних підходів до пояснення сутності СІ та його структурної організації, що сформувалися в межах різних теоретичних традицій.

Одним із перших концептуальних підходів є класичний когнітивний підхід, започаткований у працях американського психолога Е. Торндайка. Сам термін «соціальний інтелект» було уперше введено вченим ще у 1920 році. Е. Торндайк описував його як «здатність розуміти й керувати людьми», мудро діяти у міжособистісних відносинах й розглядав його як один із типів інтелекту разом із абстрактним й механічним [41, 118–123]:

1. Абстрактний інтелект – здатність людини оперувати символами й ідеями, що забезпечує логічне мислення й розуміння складних концепцій;
2. Механічний інтелект – здатність людини працювати із конкретними об'єктами й інструментами, розуміти фізичні системами;
3. Соціальний інтелект – здатність людини розуміти інших, їх мотиви й емоції, ефективно взаємодіяти із ними.

Згідно Е. Торндайка, успішна адаптація людини залежить від розвитку всіх трьох видів інтелекту, однак особливе значення вчений надавав СІ, позаяк саме він забезпечує гармонійні стосунки у суспільстві [28, 55].

СІ є, на думку вченого, окремою пізнавальною здатністю, яка однак не зводиться до загального інтелекту [41]. Людина маючи високий рівень механічного чи абстрактного інтелекту, може мати недостатній СІ, що й обмежує її соціальну адаптацію й здатність до взаємодії із людьми [42].

Попри значущість концепції Е. Торндайка, досить тривалий час вона залишалася поза увагою дослідників [22]. І лише у другій половині ХХ ст. вчені почали активно досліджувати СІ, визнаючи його важливість у міжособистісних стосунках, професійній діяльності. Відтак, із того часу концепція СІ зазнала значних змін, ставши більш комплексною. Ідеї вченого знайшли продовження завдяки працям Дж. Олпорта й Д. Векслера [23]. Дж. Олпорт підкреслював значення міжособистісного розуміння для формування соціальної компетентності, Д. Векслером було створено методики для його оцінювання, зокрема, соціальної кмітливості [20].

Крім того, Д. Векслер запропонував розширене трактування інтелекту, включивши до нього некогнітивні компоненти. Вчений вважав, що інтелект охоплює не тільки інтелектуальні здібності, але й афективні, соціально-особистісні фактори, що впливають на адаптацію й ефективну взаємодію із оточенням [3].

Н. Слободяник зазначає, що саме Д. Векслер наголошував на важливості некогнітивних аспектів для успішної соціальної адаптації. Людина повинна вміти розуміти й регулювати власні емоції й емоції інших, а тести інтелекту повинні враховувати ці компоненти, оскільки вони мають значний вплив на повсякденне життя та міжособистісні стосунки [52]. Відтак, Д. Векслера розвинув концепцію СІ, інтегрувавши когнітивні та некогнітивні компоненти інтелекту, що дозволило комплексно оцінити адаптивні можливості та здатність особистості до ефективної соціальної взаємодії. Отже, у межах цього підходу СІ розглядається як особливий різновид інтелектуальних здібностей, що спрямовані на пізнання соціальної реальності.

У другій половині ХХ століття концепція СІ отримала нові аспекти завдяки дослідженням П. Саловея й Дж. Майєра, які пов'язували її з ЕІ - емоційним

інтелектом [11]. Вчені детально описали механізми розумного управління власними емоціями. Даніель Гоулман поглибив сутність поняття СІ, підкресливши його роль у побудові ефективних соціальних взаємин [5].

Подальший розвиток когнітивного трактування СІ пов'язаний з роботами Дж. Гілфорда та його співробітників, які у структурній моделі інтелекту виділили окремий блок соціально-поведінкового змісту [31]. Відповідно до цієї концепції СІ включає низку інтелектуальних операцій, спрямованих на інтерпретацію поведінки людей, прогнозування їхніх дій та розуміння соціальних взаємин. У структурі СІ Дж. Гілфорд виокремлював здібності до пізнання поведінкових одиниць, класів поведінки, взаємин між ними та систем поведінкових взаємодій [31].

Інший важливий напрям дослідження СІ сформувався в межах особистісно-соціального підходу. Представники цього напрямку розглядають СІ не лише як когнітивну здатність, а як інтегративну характеристику особистості, що поєднує інтелектуальні й емоційно-поведінкові компоненти соціальної взаємодії [31]. У цьому контексті СІ трактується як здатність адекватно сприймати соціальні сигнали, розуміти емоційні стани інших людей, будувати ефективні комунікативні стратегії та регулювати власну поведінку відповідно до вимог соціальної ситуації. Таким чином, структура СІ в межах цього підходу включає когнітивний компонент (розуміння соціальних ситуацій), емоційний компонент (емпатію, емоційне розуміння інших) та поведінковий компонент (соціальні навички й здатність до ефективної взаємодії) (П. Саловей, Дж. Майєр) [38].

Значного поширення у сучасній психології набув також соціально-когнітивний підхід, що акцентує увагу на процесах соціального пізнання. У межах цього підходу СІ пов'язується зі здатністю особистості інтерпретувати поведінку інших людей, розуміти їхні мотиви, наміри та очікування, а також прогнозувати розвиток соціальних ситуацій. Дослідники підкреслюють, що СІ формується в процесі соціального досвіду і тісно пов'язаний із розвитком рефлексії, соціальної перцепції та здатності до прийняття перспективи іншої

людини. Його структура при цьому розглядається як система когнітивних механізмів, що забезпечують аналіз соціальної інформації, оцінювання міжособистісних відносин і прийняття адекватних рішень у соціальній взаємодії.

Окремим напрямом у вивченні СІ є компетентнісний підхід, в межах якого він розглядається як складова соціальної компетентності особистості. У цьому контексті соціальний інтелект трактується як система знань, умінь і навичок, що забезпечують ефективну соціальну адаптацію та конструктивну взаємодію з оточенням. Структура СІ тут включає здатність до розуміння соціальних норм і ролей, навички комунікації, вміння регулювати міжособистісні конфлікти та здатність до соціального прогнозування.

Сучасні інтегративні концепції прагнуть поєднати різні аспекти розуміння СІ [31]. У таких моделях він розглядається як складна психологічна система, що включає когнітивний, емоційний та поведінково-регуляторний компоненти. Когнітивний компонент забезпечує аналіз і розуміння соціальної інформації; емоційний – здатність до емпатії та емоційного резонансу з іншими людьми; поведінковий – реалізацію ефективних стратегій соціальної взаємодії. Взаємодія цих компонентів забезпечує успішну соціальну адаптацію особистості, формування продуктивних міжособистісних відносин та ефективне функціонування у різних соціальних контекстах.

Отже, аналіз наукових підходів свідчить, що СІ розглядається в сучасній психології як багатокомпонентне інтегративне утворення, яке поєднує когнітивні процеси соціального пізнання, емоційне розуміння інших людей й поведінкові механізми ефективної міжособистісної взаємодії. Різні теоретичні підходи наголошують на окремих аспектах цього феномена, проте їх узагальнення дозволяє розглядати СІ як важливий чинник соціальної компетентності, адаптації та успішної комунікації особистості у суспільстві.

В Україні систематичні дослідження СІ розпочалися у 1990-х роках із акцентом на міжособистісну взаємодію й професійну діяльність. Сьогодні до цього явища значно зріс. Зокрема, О. Горбенко, Л. Коваленко, І. Кудрявцева, вивчають СІ у контексті освітнього середовища, стресостійкості, культурних

особливостей [5; 20; 27]. Сучасні тлумачення СІ підкреслюють його багатокomпонентність. Вітчизняна психологія пропонує декілька підходів до трактування цього поняття.

Так, І. Кудрявцева [23] трактує СІ як сукупність когнітивно-емоційних і поведінкових навичок, що дозволяють забезпечувати ефективну соціальну адаптацію. Н. Шевченко [37] розглядає його як здатність орієнтуватися у складних соціальних обставинах, розуміти невербальні сигнали й емоційні стани інших.

Л. Коваленко підкреслює інтеграцію СІ із ЕІ, визначаючи його при цьому як інструмент управління емоціями й регуляції соціальних відносин [20].

Дослідниця О. Горбенко зазначає, що СІ є системою когнітивно-емоційних й поведінкових компетенцій, які забезпечують ефективні міжособистісні взаємодії [5].

С. Литвиненко, виділяє ключові компоненти СІ:

- соціальна перцепція – здатність людини розпізнати соціальні сигнали й інтерпретувати міміку, жести інтонації;
- емпатія – вміння людини співпереживати й враховувати емоції інших;
- соціальна кмітливість – здатність успішно й швидко орієнтуватися в соціальних ситуаціях й приймати адекватні рішення;
- навички соціальної взаємодії – ефективність у вирішенні конфліктів та налагодженні комунікації [27].

Розвиток СІ особистості у психології розглядається як складний багатовимірний процес, що охоплює когнітивно-емоційні та поведінкові аспекти функціонування людини у соціумі. Загалом, сучасні українські дослідники визначають СІ як здатність людини розуміти поведінку інших, передбачати їхні дії, адекватно реагувати на соціальні сигнали та ефективно взаємодіяти у міжособистісних стосунках [5; 20].

Водночас у психології існує декілька підходів до дослідження розвитку СІ, кожен із яких акцентує увагу на механізмах розвитку цієї здатності:

1. Когнітивний підхід розглядає СІ як сукупність когнітивних процесів, пов'язаних із обробкою соціальної інформації, розумінням намірів й мотивації інших. Згідно поглядів П. Саловея й Дж. Майєра, інтерпретація соціальних сигналів й соціальна перцепція є ключовими компонентами цього підходу [39]. Вчені підкреслюють його значення для формування соціальних навичок в підлітків [17]. О. Петрова [22] зазначає, що когнітивний підхід до СІ передбачає здатність приймати обґрунтовані рішення, аналізувати соціальні ситуації. Відповідно, розвиток СІ передбачає вдосконалення навичок спостереження, аналізу та інтерпретації соціальних сигналів, що сприяє більш усвідомленому прийняттю рішень у міжособистісній взаємодії [27]. Когнітивний підхід підкреслює важливість навчальних та тренінгових програм, що стимулюють розвиток соціальної перцепції, здатності до розуміння намірів інших і прогнозування поведінкових сценаріїв у різних соціальних контекстах.

2. Емоційно-соціальний підхід наголошує на поєднанні соціальної чутливості й емоційної регуляції. Зокрема, Л. Коваленко [20] стверджує, що високий рівень СІ сприяє кращому розумінню емоцій інших й ефективному управлінню емоціями, особливо у стресових й конфліктних ситуаціях [20]. Отже, емоційно-соціальний підхід передусім зосереджує увагу на взаємозв'язку соціального та емоційного інтелекту, виділяючи здатність людини регулювати свої емоції й чутливо реагувати на емоційний стан інших як ключові компоненти соціальної компетентності. Науковці зазначають, що розвиток СІ у цьому аспекті тісно пов'язаний із формуванням емпатії, самоконтролю та здатності адаптуватися до емоційних вимог соціального середовища, що особливо актуально у стресових та конфліктних ситуаціях [20; 67]. Тренінги із розвитку емоційної чутливості, вправи на розпізнавання невербальних сигналів і моделювання соціальних взаємодій сприяють ефективності цього процесу.

3. Психодинамічний підхід зосереджується передусім на впливі несвідомих процесів на розвиток СІ. Соціальна кмітливість й навички взаємодії розвиваються під впливом соціалізації й сімейного оточення в дитинстві, зазначає О. Петрова [42]. Загалом, психодинамічний підхід зосереджує увагу на

впливі сімейного оточення й несвідомих процесів на формування СІ. Дослідження показують, що взаємодія дитини із батьками, однолітками та соціальним середовищем у ранньому віці формує базові навички соціальної кмітливості, емпатії та ефективного управління міжособистісними конфліктами [42]. Згідно з цим підходом, розвиток СІ у дорослому віці передбачає корекційні та психотерапевтичні впливи, спрямовані на усвідомлення власних внутрішніх моделей взаємодії та опанування нових стратегій соціальної поведінки.

4. Соціокультурний підхід наголошує на ролі культурного середовища у розвитку СІ. Дослідниця І. Кудрявцева [23] доводить, що соціальні очікування й культурні норми мають значний вплив на СІ, а також наявність регіональної специфіки розвитку соціальних навичок молоді із різних областей України. Соціокультурний підхід підкреслює значення культурних норм, соціальних очікувань та специфіки соціального середовища у розвитку соціального інтелекту. Соціальні практики, цінності та традиції впливають на те, як індивіди розпізнають і інтерпретують соціальні сигнали, формують свої навички взаємодії та адаптуються до колективних вимог [23]. В українській психології цей підхід відображено у дослідженнях, які демонструють, що регіональні та культурні особливості визначають рівень соціальної компетентності та типові моделі поведінки молоді.

У зарубіжних дослідженнях акцент робиться на практичному значенні СІ для лідерства, професійної діяльності й адаптації у складних соціальних умовах. Н. Хамфрі доводить, що СІ є еволюційною перевагою у міжособистісних стосунках [44], а науковці К. Емері й Дж. Браун довели, що високий СІ корелює із ефективністю управлінсько-професійних функцій [46].

Підсумовуючи, можна стверджувати, що розвиток СІ особистості у психології розглядається як комплексний процес, який поєднує когнітивно-емоційні, психодинамічні й соціокультурні чинники, і для його стимулювання використовуються різноманітні методики навчання, тренінги, психотерапевтичні практики та соціальні інтервенції.

В Україні останнім часом СІ активно досліджується у контексті стресостійкості, освітньої діяльності та професійної сфери. О. Горбенко проаналізував вплив СІ на ефективність комунікацій у робочих колективах, доказавши, що високий СІ значно сприяє більш успішному вирішенню конфліктів та покращенню атмосфери в колективі [5]. Н. Шевченко досліджувала взаємозв'язок між СІ і стресостійкістю студентів та довела, що більшість студентів із розвинутим СІ легше адаптуються до навчання й мають значно вищий рівень психологічного благополуччя [33].

Отже, СІ є важливим компонентом успішної соціальної адаптації й міжособистісної взаємодії. СІ визначає здатність людини розуміти чужі й власні емоції, наміри та мотиви, а також діяти продуктивно у різноманітних соціальних контекстах.

Таким чином, протягом останніх років вченими сформовано низку теоретичних підходів до дослідження СІ та його розвитку, що відображають його складність і багатовимірність. У сучасній психологічній науці СІ розглядається як складне інтегративне утворення, що розвивається під впливом комплексу взаємопов'язаних психологічних чинників, тому далі більше детально їх розглянемо.

## **1.2 Психологічні чинники розвитку соціального інтелекту особистості**

Становлення та розвиток СІ є складним процесом, що визначається взаємодією численних психологічних чинників. Вони впливають на те, як особистість реагує, сприймає та інтерпретує соціальні стимули, а також формує ефективні взаємини із оточуючими.

Аналіз наукові досліджень [4; 25; 33] свідчать, що розвиток СІ зумовлюється поєднанням когнітивних, емоційних, мотиваційних, особистісних і соціально-психологічних детермінант, які забезпечують здатність особистості ефективно орієнтуватися у системі міжособистісних відносин, адекватно

інтерпретувати соціальну інформацію та будувати конструктивну взаємодію із іншими.

Одним із провідних чинників розвитку СІ є когнітивний розвиток особистості, який визначає здатність до соціального пізнання. У працях багатьох дослідників підкреслюється, що СІ безпосередньо пов'язаний із розвитком мислення, зокрема таких його характеристик, як аналітичність, гнучкість, узагальнення та прогнозування [25]. Високий рівень розвитку когнітивних процесів сприяє формуванню здатності аналізувати поведінку інших, інтерпретувати їхні наміри, мотиви та емоційні стани. Особливе значення у цьому контексті має розвиток рефлексії, здатності усвідомлювати власні думки, переживання і поведінку та співвідносити їх із поведінкою інших людей. Рефлексивність дозволяє особистості більш глибоко розуміти соціальні ситуації й прогнозувати можливі наслідки взаємодії, коригувати власну поведінку відповідно до соціального контексту [25].

Важливим когнітивним чинником розвитку СІ виступає також здатність до соціальної перцепції, тобто сприймання та інтерпретації поведінки інших людей [4]. Дослідження показують, що ефективність соціального пізнання значною мірою залежить від уміння розпізнавати невербальні сигнали — міміку, жести, інтонацію, особливості поведінки, що дозволяє більш точно оцінювати емоційні стани та наміри співрозмовника. Здатність до прийняття перспективи іншої людини, або так званої децентрації, також відіграє суттєву роль у розвитку СІ, оскільки забезпечує можливість розуміти позицію партнера по взаємодії та враховувати її у власній поведінці [28].

Значну роль у формуванні СІ відіграє емоційна сфера особистості. Багато дослідників підкреслюють, що СІ тісно пов'язаний із такими емоційними характеристиками, як емпатія, емоційна чутливість та здатність до емоційної регуляції. Емпатія забезпечує здатність людини співпереживати іншим, розуміти їхні почуття та емоційні стани, що є важливою умовою адекватного розуміння соціальних ситуацій [8]. Емоційна чутливість дозволяє швидко реагувати на зміни у поведінці інших людей і коригувати власну поведінку відповідно до

ситуації [2]. Водночас здатність до емоційної саморегуляції забезпечує контроль над своїми емоційними реакціями, що сприяє підтриманню конструктивних міжособистісних відносин навіть у складних або конфліктних ситуаціях [15].

Не менш важливими чинниками розвитку СІ є мотиваційні аспекти особистості. Наукові дослідження свідчать, що прагнення до міжособистісної взаємодії, потреба у спілкуванні, мотивація до співпраці та соціального визнання стимулюють активне включення людини у систему соціальних контактів, що, у свою чергу, створює умови для накопичення соціального досвіду [5].

Важливу роль відіграє також мотивація афіліації — прагнення до встановлення та підтримання позитивних міжособистісних відносин. Особи із високим рівнем афіліативної мотивації, як правило, проявляють більшу чутливість до соціальних сигналів і краще розуміють поведінку інших людей, що сприяє розвитку їхнього соціального інтелекту [5].

Серед значущих чинників формування СІ виділяють також комунікативні здібності особистості. Розвинені навички спілкування, уміння вести діалог, активно слухати співрозмовника, адекватно виражати думки та емоції сприяють більш ефективному обміну соціальною інформацією. Дослідження показують, що люди з високим рівнем комунікативної компетентності здатні краще розуміти соціальні ситуації, швидше адаптуватися до нових умов взаємодії та ефективніше вирішувати міжособистісні конфлікти [9].

Важливу роль у розвитку СІ відіграють індивідуально-особистісні характеристики людини. Серед них дослідники виділяють рівень самосвідомості, толерантність, відкритість до нового досвіду, соціальну активність й відповідальність. Розвинена самосвідомість сприяє глибшому розумінню власної ролі у системі соціальних відносин і дозволяє особистості усвідомлювати вплив своєї поведінки на інших людей. Толерантність і відкритість до соціального різноманіття сприяють формуванню більш гнучкого та адекватного сприймання соціальних явищ і поведінки інших людей [22]. Н. Слободяник підкреслює, що толерантність до невизначеності сприяє розвитку

СІ, роблячи при цьому особистість більш гнучкою й відкритою до нового соціального досвіду [30].

Крім індивідуально-психологічних характеристик, важливим чинником розвитку СІ виступає соціальне середовище, у якому формується особистість. Сім'я, освітні інституції, група однолітків та професійне середовище створюють умови для засвоєння соціальних норм, ролей і моделей поведінки. У процесі соціальної взаємодії людина набуває досвіду розв'язання міжособистісних проблем, вчиться співпрацювати, домовлятися та будувати ефективні комунікативні стратегії. Позитивний соціально-психологічний клімат, підтримка із боку значущих осіб та можливості для активної комунікації сприяють більш інтенсивному розвитку СІ [5].

Важливим аспектом розвитку СІ є також накопичення соціального досвіду. У процесі життєдіяльності особистість стикається з різноманітними соціальними ситуаціями, що вимагають аналізу поведінки інших людей, прийняття рішень і вибору оптимальних моделей взаємодії. Саме завдяки цьому досвіду формуються узагальнені знання про соціальні закономірності, розвивається здатність до соціального прогнозування та удосконалюються навички міжособистісної взаємодії.

Мотиваційні чинники визначають прагнення особистості до соціальної взаємодії, самовдосконалення й адаптації в соціумі [16; 28]. Вони формують основу активності людини у міжособистісних стосунках і сприяють розвитку комунікативних й соціальних навичок. Основними мотиваційними чинниками є: потреба в афіліації, мотивація досягнення, локус контролю, само актуалізація, мотивація до соціальної відповідальності. Мотиваційні чинники є ключовими для формування та розвитку СІ. Вони стимулюють особистість до активної соціальної взаємодії, вдосконалення комунікативних навичок і ефективної адаптації у соціальному середовищі.

Отже, узагальнення результатів наукових досліджень дозволяє стверджувати, що СІ формується та розвивається під впливом комплексу взаємопов'язаних психологічних чинників, серед яких особливе значення мають

когнітивні процеси соціального пізнання, розвиток емоційної сфери, мотивація міжособистісної взаємодії, комунікативні здібності, особистісні якості та умови соціального середовища. Їхня взаємодія забезпечує формування здатності особистості ефективно розуміти соціальні ситуації, передбачати поведінку інших людей і будувати продуктивні міжособистісні відносини, що є важливою умовою успішної соціальної адаптації та особистісного розвитку.

Загалом, розвиток СІ є результатом комплексної взаємодії особистісних рис, когнітивних і емоційних здібностей, соціального досвіду та мотиваційних чинників. Усвідомлення ролі цих аспектів дозволяє глибше зрозуміти механізми розвитку СІ та розробляти ефективні програми його цілеспрямованого формування, що є особливо актуальним у професійній діяльності та соціальній адаптації особистості.

### **1.3 Специфіка розвитку соціального інтелекту в юнацькому віці**

СІ у юнацькому віці виступає ключовим компонентом психосоціального розвитку особистості, оскільки він визначає ефективність взаємодії з соціальним оточенням, здатність до емпатії, розпізнавання емоцій інших людей та адаптивного регулювання власної поведінки. Юнацький вік характеризується значними структурно-функціональними змінами у когнітивній та емоційній сфері, що створює сприятливі умови для інтенсивного розвитку соціальних навичок. У цьому віці відбувається формування ускладнених моделей соціальної взаємодії, які базуються не лише на безпосередньому досвіді, але й на абстрактному аналізі соціальних ситуацій та прогнозуванні їх наслідків [4; 18].

Наукові дослідження свідчать, що молоді люди від 15 до 20 років активно інтегрують когнітивні й афективні компоненти СІ, що проявляється у здатності розуміти мотиви та наміри інших людей, враховувати соціальні норми та контексти у власній поведінці. При цьому особливу роль має розвиток перспективного мислення й рефлексивних здібностей, які дозволяють оцінювати

поведінку інших із різних точок зору та коригувати власні дії відповідно до соціальних очікувань [23; 28].

Важливим аспектом розвитку СІ в юнацькому віці є зростання автономії особистості та її здатності до саморегуляції у соціальних взаємодіях. Юнаки стають здатними більш гнучко адаптувати свою поведінку у групі, проявляти лідерські якості, а також ефективно вирішувати конфліктні ситуації. Соціальні навички, набуті в цей період, формують основу для подальшої професійної та особистісної самореалізації, визначають рівень міжособистісної компетентності та здатності до формування стабільних соціальних зв'язків [7].

У період юнацтва відбувається подальший розвиток соціальних навичок, формування стабільних моделей поведінки, професійного самовизначення та налагодження зрілих соціальних зв'язків. Молоді люди активно включаються у різні соціальні групи, зокрема університетські колективи чи робочі середовища. Добре розвинений СІ сприяє ефективному встановленню професійних і особистих стосунків, полегшує адаптацію до нових соціальних ролей, покращує комунікацію та прояв лідерських якостей. Зарубіжні науковці відзначають, що саме в цьому віковому періоді СІ стає вирішальним чинником успішної соціалізації [23].

Аналізуючи значення СІ, можна зробити висновок, що він є ключовим фактором, який визначає успішність і якість життя на молодих етапах розвитку особистості. Усвідомлення та сприяння розвитку СІ з урахуванням вікових особливостей забезпечує гармонійне формування особистості та ефективну соціальну адаптацію. Юнацький вік є критично важливим періодом у розвитку СІ, оскільки відбувається інтеграція когнітивно-емоційних та поведінкових компонентів, що забезпечує ефективну соціальну адаптацію та підготовку до дорослого життя. Формування СІ в цей період залежить як від особистісних характеристик, так і від соціально-культурного середовища, в якому розвивається молода людина, що підкреслює необхідність цілеспрямованої підтримки соціальних компетенцій у навчальних та позанавчальних контекстах.

Отже, СІ у юнацькому віці є важливим складником психосоціального становлення особистості, адже саме він значною мірою визначає результативність взаємодії із оточуючими, здатність розуміти емоційні стани інших людей, виявляти емпатію та гнучко регулювати власну поведінку відповідно до соціальних обставин. Період юності супроводжується суттєвими структурними й функціональними трансформаціями у когнітивній та емоційній сферах, що створює сприятливі передумови для активного формування соціальних умінь і навичок. У цей час поступово складаються більш складні моделі соціальної взаємодії, які ґрунтуються не лише на безпосередньому життєвому досвіді, але й на здатності до абстрактного осмислення соціальних ситуацій, аналізу поведінки інших людей та передбачення можливих наслідків міжособистісних взаємодій. Наукові розвідки засвідчують, що у юності молоді люди активно поєднують когнітивні та емоційні складові СІ. Це проявляється у зростанні здатності розуміти мотиви, наміри й поведінкові установки інших людей, а також у врахуванні соціальних норм і конкретного соціального контексту під час регуляції власної поведінки. Особливо важливе значення в цьому процесі має формування перспективного мислення та розвиток рефлексивних умінь, які дають змогу аналізувати поведінку інших з різних позицій, усвідомлювати можливі наслідки міжособистісної взаємодії та відповідно коригувати власні дії з урахуванням соціальних очікувань.

### **Висновки до першого розділу**

Теоретичний аналіз підходів до вивчення СІ свідчить, що він є складною психічною властивістю особистості, яка включає когнітивно-емоційні та поведінкові компоненти. СІ є важливою складовою успішної соціальної адаптації й міжособистісної взаємодії і визначає здатність людини розуміти чужі й власні емоції, наміри та мотиви, а також діяти продуктивно у різноманітних соціальних контекстах.

Протягом останніх років вченими сформовано низку теоретичних підходів до дослідження СІ та його розвитку, що відображають його складність і багатовимірність. У сучасній психологічній науці СІ розглядається як складне інтегративне утворення, що розвивається під впливом комплексу взаємопов'язаних психологічних чинників, тому далі більше детально їх розглянемо. Розвиток СІ є результатом комплексної взаємодії особистісних рис, когнітивних і емоційних здібностей, соціального досвіду та мотиваційних чинників. Усвідомлення ролі цих аспектів дозволяє глибше зрозуміти механізми розвитку СІ та розробляти ефективні програми його цілеспрямованого формування, що є особливо актуальним у професійній діяльності та соціальній адаптації особистості.

СІ у юнацькому віці є важливим складником психосоціального становлення особистості, адже саме він значною мірою визначає результативність взаємодії із оточуючими, здатність розуміти емоційні стани інших людей, виявляти емпатію та гнучко регулювати власну поведінку відповідно до соціальних обставин. Період юності супроводжується суттєвими структурними й функціональними трансформаціями у когнітивній та емоційній сферах, що створює сприятливі передумови для активного формування соціальних умінь і навичок. У цей час поступово складаються більш складні моделі соціальної взаємодії, які ґрунтуються не лише на безпосередньому життєвому досвіді, але й на здатності до абстрактного осмислення соціальних ситуацій, аналізу поведінки інших людей та передбачення можливих наслідків міжособистісних взаємодій. У юності молоді люди активно поєднують когнітивні та емоційні складові СІ. Це проявляється у зростанні здатності розуміти мотиви, наміри й поведінкові установки інших людей, а також у врахуванні соціальних норм і конкретного соціального контексту під час регуляції власної поведінки. Юнацький вік характеризується досить інтенсивним розвитком рефлексії, самосвідомості, системи міжособистісних стосунків. Відбувається активне становлення здатності до соціального прогнозування, розуміння мотивів й переживань інших людей, формування навичок ефективної

комунікації. Особливо важливе значення в цьому періоді має формування перспективного мислення та розвиток рефлексивних умінь, які дають змогу аналізувати поведінку інших з різних позицій, усвідомлювати можливі наслідки міжособистісної взаємодії та відповідно коригувати власні дії з урахуванням соціальних очікувань.

Результати проведеного нами теоретичного аналізу створюють базу для подальшого емпіричного дослідження та розробки практичних рекомендацій щодо розвитку СІ юнацькому віці.

## РОЗДІЛ 2

# ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

### 2.1 Методи дослідження

Теоретичний аналіз СІ та його психологічних чинників розвитку дозволив обґрунтувати методи емпіричного дослідження особливостей розвитку СІ у юнацькому віці.

Вибірку склали 50 студентів спеціальностей «Психологія» та «Менеджмент», віком 18 - 20 років, які навчаються в ІУПБ ЛьвДУВС, з них 8 хлопців та 42 дівчат. Дослідження проводилося онлайн (за допомогою Google Forms).

Для дослідження особливостей СІ в юнацькому віці нами було підібрано наступні психодіагностичні методики:

1. Методика діагностики соціального інтелекту Дж. Гілфорда [24];
2. Опитувальник мотивації досягнення (Т. Елерса) [26];
3. Методика діагностики емпатії (М. Девіса) [25].

*Методика діагностики соціального інтелекту Дж. Гілфорда* є однією з найбільш відомих і теоретично обґрунтованих психодіагностичних процедур, спрямованих на вимірювання здатності особистості розуміти та прогнозувати поведінку людей у міжособистісних взаємодіях. Методика створена в межах структурної моделі інтелекту Дж. Гілфорда, відповідно до якої інтелект розглядається як багатовимірна система здібностей. СІ у цій концепції трактується як окрема група інтелектуальних здібностей, пов'язаних із переробкою інформації про поведінку інших людей.

Методика спрямована на діагностику когнітивних аспектів міжособистісного розуміння. Вона містить низку субтестів, які оцінюють різні компоненти соціального інтелекту: здатність передбачати наслідки поведінки, уміння розпізнавати емоційні стани й наміри людей відповідно до невербальних проявів (міміки, жестів), здатність інтерпретувати вербальні висловлювання із

урахуванням контексту ситуації, а також вміння встановлювати логіку розвитку соціальних ситуацій. Завдання представлені у формі коротких соціальних сюжетів, малюнків або описів міжособистісних ситуацій, до яких пропонується декілька варіантів відповідей. Респондент обирає той варіант, який, на його думку, найбільш адекватно відображає розвиток подій або пояснює поведінку персонажів.

Методика Дж. Гілфорда складають 4 основних субтести (шкали), кожен із яких відображає окремий когнітивний компонент СІ та спрямований на оцінювання здатності особистості орієнтуватися в ситуаціях міжособистісної взаємодії [24].

1. «Історії з завершенням» (*Cartoon Predictions*). Шкала спрямована на діагностику здатності прогнозувати наслідки поведінки людей у конкретній соціальній ситуації. Респонденту пропонуються малюнки або короткі сюжетні історії з відкритим фіналом, до яких необхідно обрати найбільш логічне завершення з кількох варіантів. Цей субтест відображає вміння розуміти причинно-наслідкові зв'язки у міжособистісній взаємодії, передбачати реакції інших осіб, оцінювати можливі соціальні наслідки власних чи чужих дій. Високі показники свідчать про сформованість соціального прогнозування та адекватність поведінкових очікувань.

2. «Групи експресії» (*Expression Grouping*). Шкала оцінює здатність розпізнавати та узагальнювати емоційні стани й невербальні прояви поведінки. Завдання полягає в об'єднанні зображень міміки, жестів або поз за спільною ознакою. Таким чином вимірюється чутливість до емоційних сигналів, уміння виділяти суттєві ознаки емоційної експресії та інтерпретувати їх значення. Високий рівень за цією шкалою характеризує розвинену соціальну перцепцію та емпатійну чутливість у когнітивному аспекті.

3. «Вербальна експресія» (*Social Translations*). Ця шкала спрямована на визначення здатності правильно інтерпретувати зміст висловлювань з урахуванням соціального контексту. Респонденту пропонуються короткі діалоги або репліки, які можуть мати різне смислове навантаження залежно від ситуації.

Завдання полягає у виборі варіанта, що найбільш адекватно пояснює прихований зміст сказаного. Субтест відображає рівень розвитку соціального мислення, розуміння підтексту, іронії, прихованих намірів і мотивів співрозмовника.

#### 4. «Історії з доповненням» (*Missing Cartoons / Social Situations*)

Шкала оцінює здатність встановлювати логіку розвитку соціальної ситуації та визначати відсутній елемент взаємодії. Респондент повинен обрати фрагмент, який найбільш органічно доповнює запропонований соціальний сюжет. Цей показник характеризує уміння інтегрувати розрізнену соціальну інформацію, розуміти структуру міжособистісної взаємодії та бачити її цілісну картину.

За результатами виконання всіх субтестів визначаються показники за кожною шкалою окремо та інтегральний рівень СІ. Комплексна інтерпретація дозволяє виявити специфіку розвитку окремих компонентів: соціального прогнозування, розпізнавання емоційної експресії, інтерпретації вербальної інформації та розуміння динаміки соціальних ситуацій.

Таким чином, шкали методики охоплюють ключові когнітивні аспекти СІ й забезпечують багатовимірну оцінку здатності особистості до ефективної міжособистісної взаємодії.

Обробка результатів передбачає визначення показників за окремими субтестами та інтегрального рівня СІ. Результати методики дають змогу виявити як загальний рівень розвитку соціально-перцептивних здібностей, так і специфічні сильні чи слабкі сторони у сфері розуміння міжособистісної взаємодії [24].

Доцільність застосування методики Дж. Гілфорда у дослідженні психологічних особливостей СІ в юнацькому віці зумовлена наступними чинниками. По-перше, юнацький вік характеризується досить інтенсивним розвитком рефлексії, самосвідомості, системи міжособистісних стосунків. Відбувається активне становлення здатності до соціального прогнозування, розуміння мотивів й переживань інших, формування навичок ефективної комунікації. Методика дозволяє об'єктивно виміряти ці когнітивні аспекти соціальної компетентності.

По-друге, тест Гілфорда орієнтований саме на пізнавальний компонент СІ, що є особливо важливим у юнацькому віці, коли інтелектуальні процеси досягають високого рівня розвитку, а соціальні ролі ускладнюються. Здатність адекватно інтерпретувати поведінку інших осіб прямо впливає на якість навчальної діяльності, групової взаємодії, професійного самовизначення та адаптації до нових соціальних умов.

По-третє, методика має достатню валідність і надійність, апробована в різних культурних контекстах та може використовуватися як у наукових дослідженнях, так і в практичній психології. Її стандартизований характер забезпечує можливість кількісного аналізу результатів і подальшого статистичного опрацювання, що особливо важливо для емпіричних досліджень у вибірках студентської молоді.

Отже, обрана нами психодіагностична методика Дж. Гілфорда є теоретично обґрунтованим і методично надійним інструментом дослідження когнітивних аспектів міжособистісного розуміння. Її застосування вивченні СІ в юнацькому віці дозволяє глибше проаналізувати рівень розвитку соціально-перцептивних здібностей, виявити індивідуальні відмінності та визначити психологічні чинники ефективної соціальної взаємодії в період активного особистісного становлення.

*Методика «Опитувальник мотивації досягнення» Т. Елерса [26]* є психодіагностичним інструментом, призначеним для виявлення рівня розвитку мотивів досягнення успіху й уникнення невдач. Вона ґрунтується на концепції, що мотивація досягнення є одним із ключових чинників успішної самореалізації особистості, формування цілеспрямованої поведінки та ефективного соціального функціонування. Опитувальник складається із системи стандартизованих тверджень, за якими респонденти оцінюють власні реакції, ставлення до успіху та невдач, а також схильність до активного досягнення результатів у різних сферах діяльності. Результати дозволяють визначити індивідуальні особливості мотиваційної сфери, такі як орієнтація на успіх, страх перед поразкою й

прагнення до самовдосконалення, що є важливими компонентами особистісного розвитку [26].

Застосування даної методики у дослідженні особливостей розвитку СІ в юнацькому віці є доцільним, оскільки мотивація досягнення безпосередньо впливає на поведінкові та комунікативні стратегії юнаків. Рівень мотивації досягнення визначає активність у побудові соціальних зв'язків, здатність до конструктивного вирішення конфліктів й ініціативність у груповій діяльності. Таким чином, використання опитувальника Т. Елерса дозволяє отримати емпірично обґрунтовані дані про мотиваційний компонент, який впливає на розвиток СІ у юнацькому віці, що, в свою чергу, забезпечує комплексний підхід до психологічного аналізу соціально-психологічних компетенцій молоді.

*Методика діагностики емпатії* (М. Девіс) [25] є сучасним психодіагностичним інструментом, призначеним для вивчення здатності особистості до емпатичного сприйняття та переживання емоцій інших. В основі методики лежить концептуальне розмежування когнітивного й афективного компонентів емпатії: когнітивна емпатія характеризує здатність розуміти емоційний стан іншої людини й передбачати її реакції, тоді як афективна емпатія відображає емоційну чутливість і здатність переживати чужі почуття. Опитувальник складається із набору тверджень, за якими респондент оцінює власні реакції та емоційні переживання у різних соціальних ситуаціях. На основі отриманих відповідей визначають рівень розвитку загальної емпатії та її окремих компонентів, що дозволяє психологу здійснити комплексний аналіз соціально-емоційних компетенцій особистості [25].

Методика діагностики емпатії М. Девіса (передбачає оцінку емпатії як багатовимірного психічного феномену через чотири основні шкали, що відображають різні аспекти здатності особистості до розуміння та переживання емоцій інших. Коротко охарактеризую кожну зі шкал:

1. *Перспективне прийняття (Perspective Taking, PT)*. Ця шкала оцінює когнітивну складову емпатії – здатність людини «ставити себе на місце іншого», розуміти його точку зору, мотиви та почуття. Високий рівень за цією шкалою

свідчить про здатність прогнозувати поведінку інших людей та адекватно реагувати у міжособистісних ситуаціях, що є важливим компонентом соціальної компетентності.

2. *Емпатичне занурення (Empathic Concern, EC)*. Шкала відображає афективну складову емпатії – здатність переживати емоції інших, проявляти співчуття та турботу. Високий рівень за цією шкалою свідчить про готовність до емоційної підтримки, соціальну чутливість та альтруїстичну поведінку.

3. *Особистісна дистресність (тривога) (Personal Distress, PD)*. Ця шкала оцінює схильність особистості відчувати власний дискомфорт у відповідь на емоційні страждання інших. Високі показники можуть свідчити про емоційну перевантаженість і труднощі у регуляції власних почуттів у соціальних ситуаціях, тоді як низькі – про емоційну стійкість та здатність до об'єктивного співпереживання.

4. *Фантазійність (Fantasy, FS)*. Шкала вимірює здатність особистості ідентифікувати себе з вигаданими персонажами художніх творів, фільмів чи театральних постановок, що відображає уявну та когнітивну складову емпатії. Високі показники говорять про розвинену уяву, здатність до інтелектуального моделювання чужих емоцій та поведінки.

Кожна шкала оцінюється шляхом підсумування балів за відповідними твердженнями опитувальника, що дозволяє отримати профіль емпатії респондента як у цілому, так і за окремими її компонентами. Комплексне використання шкал методики забезпечує можливість аналізу взаємозв'язку когнітивної та афективної складових емпатії, що є особливо актуальним для дослідження розвитку соціального інтелекту у юнацькому віці.

Застосування методики у дослідженні соціального інтелекту юнаків та молоді є обґрунтованим, оскільки емпатія виступає одним із ключових компонентів соціального інтелекту та визначає ефективність міжособистісної взаємодії. Рівень розвитку емпатії безпосередньо впливає на здатність до розуміння інших людей, управління власними емоціями й адаптивну поведінку у соціальних ситуаціях. Крім того, результати методики дозволяють виявити

індивідуальні особливості емоційної чутливості, що є досить важливим для корекційної й профілактичної роботи із юнацькою аудиторією, а також для розробки програм психологічного супроводу та формування соціальних навичок.

Отже, використання тесту М. Девіса у поєднанні із іншими психодіагностичними інструментами дозволило нам здійснити комплексну оцінку СІ та визначити особливості його розвитку у юнацькому віці.

## 2.1 Аналіз результатів дослідження

На першому етапі дослідження нами було використано методику діагностики соціального інтелекту Дж. Гілфорда. Ми обчислили результати кожного респондента за всіма шістьма субшкалами та визначили загальний бал, що дозволило оцінити рівень СІ кожного учасника. Середній показник СІ серед респондентів становив 37,04 бала, що відповідає середньому рівню за шкалою оцінювання. Для зручності аналізу та розподілу респондентів за рівнем СІ у відсотковому співвідношенні результати наведено в таблиці 2.1.

*Таблиця 2.1.*

### Розподіл студентів за рівнями соціального інтелекту

Рівень соціального інтелекту	Кількість респондентів	%
Низький рівень	16	32%
Середній рівень	22	44%
Високий рівень	12	24%

На основі даних таблиці, що відображає розподіл студентів за рівнями соціального інтелекту, можемо зробити наступні висновки щодо психологічних особливостей респондентів.

Серед опитаних студентів 32% (16 осіб) мають низький рівень СІ. Це свідчить про те, що приблизно третина вибірки може відчувати труднощі у встановленні міжособистісних контактів, розумінні емоцій інших людей та ефективному вирішенні соціальних конфліктів. Для цих студентів характерна обмежена здатність до емпатії, низький рівень комунікативної гнучкості та потреба у додатковій підтримці для ефективної взаємодії у колективі.

Середній рівень СІ виявлено у 44% респондентів (22 особи). Це найбільша група у вибірці, що вказує на достатньо сформовані соціальні навички у більшості студентів. Студенти цієї категорії зазвичай адекватно реагують на емоції інших людей, здатні до компромісу та колективної роботи, однак у складних або конфліктних соціальних ситуаціях їм інколи бракує досвіду або впевненості. Такий рівень є оптимальним для адаптації у навчальному середовищі, проте його можна покращити через спеціальні тренінги із розвитку СІ.

Високий рівень СІ зафіксовано у 24% респондентів (12 осіб). Ці студенти володіють високим рівнем емпатії, вміють ефективно налагоджувати контакти, управляти соціальними взаємодіями та передбачати поведінку інших людей. Вони зазвичай успішно справляються з міжособистісними конфліктами та можуть виступати ініціаторами колективної роботи або лідерами у соціальних групах.

Узагальнюючи, можна констатувати, що у досліджуваних нами студентів переважає середній рівень СІ (44%), що говорить про задовільну соціальну компетентність студентів, проте значна частина студентів (32%) має низький рівень, що потребує цілеспрямованого розвитку відповідних навичок. Високий рівень СІ, хоч і менш поширений (24%), демонструє наявність у вибірці студентів із високими соціальними компетенціями, які можуть виступати ресурсом для розвитку групової взаємодії й колективної адаптації.

Результати підкреслюють важливість систематичної роботи над розвитком СІ у студентів, зокрема через тренінги і міжособистісної комунікації, групові психологічні вправи й програми розвитку емпатії.

Другий етап емпіричного дослідження здійснювався за допомогою опитувальника мотивації досягнення, розробленого Т. Елерсом. Подібно до першої методики, були підраховані бали за кожною шкалою, зокрема прагнення до успіху, орієнтація на результат та здатність долати перешкоди, після чого визначено загальний показник мотивації для кожного респондента. Середній показник мотивації досягнення серед респондентів становив 40,09 бала, що відповідає середньому рівню мотивації за шкалою оцінювання. Для наочності розподілу респондентів за рівнем мотивації у відсотковому співвідношенні результати наведено в таблиці 2.2.

*Таблиця 2.2.*

**Розподіл студентів згідно рівнів мотивації досягнення  
(методика Т. Елерса)**

<b>Рівень мотивації досягнень</b>	<b>Кількість респондентів</b>	<b>%</b>
Низький рівень	14	28%
Середній рівень	18	36%
Високий рівень	18	36%

Згідно із даними таблиці 2.2, мотиваційна структура респондентів характеризується наступним чином.

Низький рівень мотивації досягнень спостерігається у 28% студентів (14 осіб), що засвідчує про те, що близько третини вибірки менш зацікавлені у постановці та досягненні власних цілей, демонструють обмежену ініціативність та менш активну поведінку у навчальній та професійній діяльності. Такі студенти частіше уникають складних завдань або демонструють обережність при прийнятті рішень через страх невдачі.

Середній рівень мотивації досягнень виявлено у 36% респондентів (18 осіб). Ця група демонструє достатній рівень прагнення до успіху та саморозвитку, але їхня активність може змінюватися залежно від ситуації або

зовнішніх стимулів. Студенти із середнім рівнем мотивації зазвичай ефективно виконують завдання при наявності підтримки та чітких цілей, однак потребують додаткової мотиваційної стимуляції для самостійного пошуку нових можливостей та викликів.

Високий рівень мотивації досягнень нами зафіксовано у 36% студентів (18 осіб). Ця група відзначається сильним прагненням до успіху, активною постановкою власних цілей та впевненістю у своїх здібностях. Такі студенти проявляють ініціативу, беруть на себе відповідальність за результат та ефективно долають труднощі, що сприяє їхньому академічному та особистісному розвитку.

Узагальнюючи, можна констатувати, що мотиваційний профіль студентів є досить збалансованим: 36% мають високий рівень мотивації досягнень, 36% – середній, що говорить про наявність потенціалу для успішної навчальної та професійної діяльності у більшості респондентів. Проте 28% студентів із низьким рівнем мотивації досягнень вимагають уваги із боку педагогів й психологів для розвитку внутрішніх стимулів, формування цілеспрямованості та підвищення впевненості у власних силах.

Результати дослідження підкреслюють важливість психологічних та мотиваційних програм, спрямованих на стимулювання активності, розвиток прагнення досягати результатів та формування стійкої внутрішньої мотивації у студентів.

Третій етап дослідження передбачав використання методики діагностики емпатії (тест М. Девіса). Нами було проаналізовано 4 шкали емпатії: фантазійність, емпатійну стурбованість, здатність приймати перспективу іншої особи та особистісну тривожність. Як видно із таблиці 2.3, більшість учасників (40%) характеризуються високим рівнем емпатійної стурбованості, що говорить про їх здатність співпереживати й проявляти турботу про інших. Водночас 36% студентів мають низький рівень цієї характеристики, що говорить про їх емоційну дистанційність.

*Таблиця 2.3.*

### **Результати розподілу студентів згідно шкали «емпатійна**

## стурбованість»

(тест М. Девіс)

<b>Рівень емпатійної стурбованості</b>	<b>Кількість респондентів</b>	<b>%</b>
Високий рівень	20	40%
Середній рівень	12	24%
Низький рівень	18	36%

Середній бал усіх показників у вибірці респондентів становив 15,96 бала. Згідно результатів дослідження, рівень емпатійної стурбованості у студентів розподілився наступним чином.

Високий рівень емпатійної стурбованості спостерігався у 40% респондентів (20 осіб), що говорить про те, що значна частина студентів здатна активно переживати за стан інших людей, проявляє чутливість до чужих проблем і готовність надавати підтримку. Для цих студентів характерна високий рівень соціальної чутливості, здатність до співпереживання та ефективної міжособистісної взаємодії.

Середній рівень емпатійної стурбованості встановлено у 24% респондентів (12 осіб). Ця група демонструє помірний рівень уваги до емоційного стану інших, що дозволяє їм адекватно реагувати на потреби оточуючих, проте іноді вони можуть бути менш активними у прояві підтримки або співпереживання в складних ситуаціях.

Низький рівень емпатійної стурбованості виявлено у 36% студентів (18 осіб). Такі респонденти менш чутливі до емоційного стану інших людей, рідше проявляють співчуття та соціальну допомогу. Для них характерна більш обмежена здатність до емоційної взаємодії, що може ускладнювати налагодження міжособистісних контактів та ефективну колективну діяльність.

Узагальнюючи, можна констатувати, що найбільша частина студентів (40%) має високий рівень емпатійної стурбованості, що засвідчує їх достатній розвиток здатності до співпереживання та соціальної чутливості у вибірці. Проте

значна частина респондентів (36%) має низький рівень емпатії, що підкреслює необхідність психологічного супроводу та тренінгів, спрямованих на розвиток емоційної чутливості та соціальної компетентності.

Результати дослідження підкреслюють важливість формування емпатійних навичок у студентів через практичні вправи, групові дискусії та психологічне консультування для покращення соціальної взаємодії та міжособистісної адаптації.

*Таблиця 2.4.*

**Результати розподілу студентів згідно шкали «фантазійність»  
(тест М. Девіс)**

<b>Рівень згідно шкали «фантазійність»</b>	<b>Кількість респондентів</b>	<b>%</b>
Високий рівень	14	28%
Середній рівень	15	30%
Низький рівень	21	42%

Середній бал за підсумком усіх показників у вибірці респондентів становив 14,22 бала. Як показано в таблиці 2.4, за результатами розподілу, рівень фантазійності серед студентів наступний:

Високий рівень фантазійності спостерігається у 28% респондентів (14 осіб), тобто майже третина студентів активно використовує уяву у своєму мисленні, здатна до створення ментальних образів, уявних ситуацій та креативного вирішення завдань. Для цих студентів характерна висока здатність до інноваційного підходу у навчанні та творчій діяльності.

Середній рівень фантазійності виявлено у 30% студентів (15 осіб). Ця група демонструє помірну здатність до уявного моделювання та креативного мислення. Такі студенти можуть використовувати фантазію у навчанні та вирішенні завдань, але в більшості випадків їхнє мислення залишається практично зорієнтованим і реалістичним.

Низький рівень фантазійності зафіксовано у 42% респондентів (21 особа), тобто, майже половина студентів менш схильна до створення уявних образів, менш креативна та більше орієнтована на фактичні дані та конкретні дії. Для цих студентів характерне більш логічне та аналітичне мислення, проте вони рідше проявляють творчий підхід у навчальній та міжособистісній діяльності.

Узагальнюючи, можна констатувати, що у вибірці переважає низький рівень фантазійності (42%), що свідчить про орієнтацію більшості студентів на реалістичне та практичне мислення. Водночас наявність респондентів із високим (28%) та середнім (30%) рівнями фантазійності вказує на потенціал для розвитку креативності та уяви, що може бути корисним у навчальній, науковій та професійній діяльності.

Результати підкреслюють важливість використання методів розвитку креативного мислення, таких як творчі завдання, ігрові ситуації та вправи на уяву, для підвищення рівня фантазійності у студентів та стимулювання їхньої когнітивної гнучкості.

*Таблиця 2.5.*

**Результати розподілу студентів згідно шкали «перспективне прийняття» (тест М. Девіс)**

<b>Рівень згідно шкали «перспективне прийняття»</b>	<b>Кількість респондентів</b>	<b>%</b>
Високий рівень	11	22%
Середній рівень	16	32%
Низький рівень	23	46%

Середній бал за підсумком усіх показників у вибірці респондентів становив 13,68 бала. Як видно із таблиці 2.5, найбільша частка студентів (46%) має досить низький рівень перспективного прийняття, що вказує на складнощі в розумінні інших людей. Тільки 22% студентів демонструють високий рівень.

Отже, результати дослідження за шкалою «перспективне прийняття» свідчать про неоднорідність рівнів розвитку когнітивної складової емпатії серед студентів. Середній показник по вибірці не був наведений окремо, проте розподіл респондентів демонструє, що найбільша частка студентів (46%) має низький рівень перспективного прийняття. Це говорить про певні труднощі у здатності розуміти та враховувати точки зору інших людей, що є важливою когнітивною компонентою емпатії. Середній рівень згідно цієї шкали спостерігається у 32% студентів, що говорить про досить помірну здатність до перспективного прийняття і здатність частково враховувати позиції інших людей у міжособистісних взаємодіях. Високий рівень перспективного прийняття, що фіксується лише у 22% студентів, вказує на обмежену кількість осіб, здатних чітко та ефективно відтворювати та розуміти емоційні та когнітивні стани інших, а також інтегрувати цю інформацію у власну поведінку та рішення.

*Таблиця 2.6.*

**Результати згідно шкали «особистісна тривога» у студентів (тест М.**

**Девіс)**

<b>Рівень згідно шкали «особистісна тривога»</b>	<b>Кількість респондентів</b>	<b>%</b>
Високий рівень	15	30%
Середній рівень	10	20%
Низький рівень	25	50%

Розподіл студентів за шкалою «особистісна тривожність» свідчить про значну варіативність проявів цієї емоційної складової емпатії серед респондентів. Найбільші частці студентів (50%) притаманний низький рівень особистісної тривожності, що вказує на їх емоційну стабільність й здатність адекватно контролювати власні переживання у міжособистісних взаємодіях.

Середній рівень особистісної тривожності зафіксовано у 20% студентів, що говорить про помірну емоційну чутливість й здатність реагувати на соціальні

стимули без надмірного емоційного напруження. Високий рівень цієї характеристики зафіксовано у 30% студентів, що вказує на наявність групи осіб із підвищеною схильністю до тривожності та емоційної реактивності у взаємодіях з іншими.

Результати демонструють, що емоційна складова емпатії серед більшості респондентів перебуває загалом на низькому рівні, що може сприяти стабільності поведінки, проте водночас обмежує емоційне залучення та чутливість до емоційних станів оточуючих. Ці дані мають практичне значення для організації навчального процесу та соціально-психологічної підтримки студентів, оскільки знання про рівень особистісної тривожності дозволяє прогнозувати ефективність міжособистісної взаємодії та адаптаційних стратегій у навчальному середовищі.

Підсумовуючи результати діагностики емпатії, можна констатувати, що респонденти демонструють різний рівень розвитку цього показника. Хоча значна частина учасників мають досить високий рівень емоційної чутливості (емпатійної стурбованості), водночас спостерігається тенденція до низьких показників когнітивної емпатії (уміння приймати чужу перспективу) й фантазійності. Це підкреслює важливість проведення тренінгів, спрямованих на розвиток здатності розуміти точки зору інших й працювати із власною емоційною чутливістю. Особливу увагу слід приділити студентам із високим рівнем особистісної тривожності, щоб покращити їх психологічний добробут й запобігти емоційному вигоранню.

Заключним етапом дослідження став кореляційний аналіз між показниками СІ, мотивації досягнення та емпатії. Результати наведені в таблиці 2.6.

Проведений кореляційний аналіз дозволяє визначити взаємозв'язки між СІ та певними його психологічними показниками, що відображають когнітивні, емоційні та мотиваційні характеристики студентів. Для оцінки статистичних залежностей застосовано коефіцієнт кореляції Пірсона, що дозволяє виявити силу та напрямок лінійних взаємозв'язків між змінними.

Таблиця 2.6.

**Кореляційна матриця взаємозв'язків між досліджуваними показниками**

	<b>Соціальний інтелект</b>	
<b>Мотивація досягнення</b>	<b>0.31</b>	$p < 0,05$
<b>Емпатійна стурбованість</b>	<b>0.49</b>	$p < 0,01$
<b>Фантазійність</b>	0.11	-
<b>Перспективне прийняття</b>	<b>0.48</b>	$p < 0,01$
<b>Особистісна тривога</b>	<b>- 0.38</b>	$p < 0,05$

Результати дослідження показують, що СІ має помірний позитивний зв'язок із мотивацією досягнення ( $r = 0,31$ ;  $p < 0,05$ ). Тобто, в студентів із вищим рівнем СІ спостерігається підвищена орієнтація на досягнення особистих цілей. Даний результат підтверджує ідею про те, що соціальні компетенції сприяють ефективній самореалізації та активній мотивації досягати поставлених завдань.

Більш вираженою є кореляція між СІ та емпатійною стурбованістю ( $r = 0,49$ ;  $p < 0,01$ ), що вказує на тісний зв'язок між здатністю розуміти соціальні сигнали, емоції інших людей та емоційною чутливістю особистості. Це узгоджується з теоретичними положеннями, які визначають емпатію як ключовий компонент СІ, що забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію та соціальну адаптацію.

Позитивний зв'язок спостерігається між СІ та перспективним прийняттям ( $r = 0,48$ ;  $p < 0,01$ ). Тобто, студенти із високим рівнем СІ частіше демонструють

здатність приймати інших людей, враховувати їхню позицію та проявляти толерантність у соціальних ситуаціях, що є важливим аспектом розвитку міжособистісних компетенцій.

Цікаво відзначити, що зв'язок між СІ та фантазійністю виявився незначущим ( $r = 0,11$ ;  $p > 0,05$ ), що говорить про відсутність прямої залежності між здатністю до уявного моделювання й рівнем соціальної компетентності. Це дозволяє припустити, що соціальні навички та креативність у формі фантазійності розвиваються відносно автономно.

Негативна кореляція соціального інтелекту з особистісною тривогою ( $r = -0,34$ ;  $p < 0,05$ ) вказує на те, що вищий рівень соціальних компетенцій асоціюється зі зменшенням проявів тривожності. Такий результат узгоджується з дослідженнями, які підкреслюють захисну функцію соціального інтелекту у регуляції емоційного стану та зниженні рівня психологічного дискомфорту у міжособистісних ситуаціях.

Отримані нами результати свідчать про значимість СІ як інтегрального показника, що пов'язаний із мотиваційною активністю, емпатійною чутливістю та здатністю до перспективного прийняття інших, одночасно виступаючи фактором зниження особистісної тривожності. Виявлені кореляційні зв'язки підкреслюють важливість розвитку соціальних компетенцій у юнацькому віці для формування адаптивних психологічних стратегій і ефективної міжособистісної взаємодії. Результати підтверджують гіпотезу про наявність взаємозв'язку між СІ емпатійною стурбованістю та перспективним прийняттям, що підкреслює значущість здатності розуміти інших у процесі міжособистісної взаємодії.

### **2.3 Практичні рекомендації та вправи із метою розвитку соціального інтелекту студентської молоді**

Для студентської молоді розвиток СІ має особливе значення, оскільки цей період характеризується активним формуванням особистості, професійних навичок та соціальних ролей.

Аналіз наукових досліджень дозволив виділити кілька основних шляхів розвитку СІ у студентів:

1. Розвиток емоційної компетентності СІ тісно пов'язаний із здатністю усвідомлювати та регулювати власні емоції. Практики емоційної саморегуляції, такі як ведення щоденника емоцій, рефлексія після конфліктних ситуацій або участь у тренінгах емоційного інтелекту, сприяють підвищенню емпатійності та самоконтролю.

2. Формування емпатійної чутливості. Уміння відчувати емоційний стан іншої людини та відповідати на нього адекватно є ключовим компонентом соціального інтелекту. Розвиток емпатії може здійснюватися через участь у волонтерських проектах, психологічних тренінгах на розвиток активного слухання, рольових іграх та кейс-стадіях.

3. Підвищення міжособистісних комунікативних навичок. Комунікативна компетентність включає ефективне використання вербальних й невербальних засобів, уміння вести дискусію, аргументувати свою позицію та враховувати інтереси співрозмовника. Студентам корисні тренінги із конфліктології, публічних виступів, дебатів, а також групові проекти та дискусійні клуби.

4. Розвиток соціальної адаптивності та гнучкості. Вміння орієнтуватися в різних соціальних контекстах, адаптувати поведінку до норм групи та керувати міжособистісними стосунками позитивно впливає на СІ. Симуляційні ігри, інтерактивні кейси та робота в міждисциплінарних командах є ефективними інструментами.

5. Сприяння саморефлексії та самооцінці. Усвідомлення власних сильних і слабких сторін у соціальному взаємодії допомагає коригувати поведінку й підвищувати ефективність комунікації. Методи включають ведення

особистісного портфолію, обговорення у супервізійних групах, психологічне консультування та коучинг.

Також, для розвитку СІ студентської молоді рекомендовано вправи, які психолог ЗВО може використовувати як під час індивідуальної так і групової психокорекційної роботи.

### ***Вправи для розвитку когнітивної емпатії (перспективного прийняття)***

#### *1. «Рольова зміна»*

Мета: навчити студентів бачити ситуацію очима іншої людини.

Методика проведення:

- Вибрати конфліктну або життєву ситуацію (реальну або смодельовану).
- Розділити студентів на пари або групи.
- Кожен учасник грає роль іншої людини у цій ситуації.
- Після відпрацювання обговорити: як змінилася їхня сприйнятливність до мотивів іншого, що вони відчували, виконуючи чужу роль.

#### *2. «Мозковий портрет співрозмовника»*

Мета: розвиток уміння аналізувати мотиви та емоційні стани інших людей.

Методика проведення:

- Психолог пропонує опис певної людини (вигаданої або реальної, але без упереджених оцінок).
- Студенти повинні скласти «портрет» думок, емоцій, цілей та потреб цієї людини.
- Обговорення в групі: чи співпали уявлення різних студентів, які різні перспективи вони змогли знайти.

#### *3. «Ланцюжок аргументів»*

Мета: навчити прогнозувати реакції та логіку мислення іншого.

Методика проведення:

- Студенти формують групи по 3–4 особи.
- Один учасник описує своє рішення або позицію з певного питання.
- Наступний учасник повинен аргументувати свою точку зору,

виходячи з позиції попереднього.

- Завдання полягає у тому, щоб «перейти в шкіру» попереднього, а не відстоювати власну позицію.

#### *4. «Внутрішній монолог»*

Мета: розвивати здатність розуміти внутрішній світ іншої людини.

Методика проведення:

- Студент обирає відоме кіно- або літературне оповідання.
- Він складає внутрішній монолог одного з персонажів на заданий момент.
- Інші студенти аналізують, наскільки реалістично передано мотиви та почуття персонажа.
- Дискусія стимулює розуміння різних точок зору та внутрішньої логіки іншої особистості.

#### **5. «Перспектива в конфлікті»**

Мета: навчити враховувати думки та мотиви різних учасників конфлікту.

Методика проведення:

- Психолог пропонує студентам реальний або вигаданий конфлікт.
- Кожен учасник записує три різні точки зору на проблему.
- Потім у групі обговорюють: як змінилася їхня оцінка ситуації після «переключення» на іншу перспективу.

#### *6. Обговорення «що б зробив хтось інший?»*

Мета: формування навички прогнозування поведінки інших.

Методика проведення:

- Студенти отримують ситуацію (соціальну або навчальну).
- Вони аналізують: «Як би вчинив/вчинила студент з іншої культури/з іншим досвідом/з протилежним характером?»
- Обговорюють різні варіанти і мотиви рішень.

Під час виконання вправ психологу варто обов'язково підкреслювати рефлексію: що відчував студент, коли «став іншою людиною», що було складно усвідомити. Використовувати міні-дебрифінг після кожної вправи, щоб закріпити когнітивну емпатію як навичку. Поєднувати вправи з психологічними тестами когнітивної емпатії (наприклад, адаптація тесту М. Девіса для студентів), щоб відстежувати прогрес.

Нами також розроблено вправи та рекомендації для розвитку у студентів мотивації досягнень у соціальній взаємодії, які наведено у додатку А.

### **Висновки до другого розділу**

У результаті емпіричного дослідження встановлено, що у досліджуваних нами студентів переважає середній рівень СІ (44%), що говорить про задовільну соціальну компетентність студентів, проте значна частина студентів (32%) має низький рівень, що потребує цілеспрямованого розвитку відповідних навичок. Високий рівень СІ, хоч і менш поширений (24%), демонструє наявність у вибірці студентів із високими соціальними компетенціями, які можуть виступати ресурсом для розвитку групової взаємодії й колективної адаптації.

Мотиваційний профіль студентів є досить збалансованим: 36% мають високий рівень мотивації досягнень, 36% – середній, що говорить про наявність потенціалу для успішної навчальної та професійної діяльності у більшості респондентів. Проте 28% студентів із низьким рівнем мотивації досягнень вимагають уваги із боку педагогів й психологів для розвитку внутрішніх стимулів, формування цілеспрямованості та підвищення впевненості у власних силах.

Підсумовуючи результати діагностики емпатії, можна констатувати, що респонденти демонструють різний рівень розвитку цього показника. Хоча значна частина учасників мають досить високий рівень емоційної чутливості (емпатійної стурбованості), водночас спостерігається тенденція до низьких

показників когнітивної емпатії (уміння приймати чужу перспективу) й фантазійності.

Результати кореляційного аналізу дозволили визначити взаємозв'язки між СІ та певними його психологічними показниками, що відображають когнітивні, емоційні та мотиваційні характеристики студентів. Отримані нами результати свідчать про значимість СІ як інтегрального показника, що пов'язаний із мотиваційною активністю, емпатійною чутливістю та здатністю до перспективного прийняття інших. Підтверджено гіпотезу про наявність взаємозв'язку між СІ емпатійною стурбованістю та перспективним прийняттям, що підкреслює значущість здатності розуміти інших у процесі міжособистісної взаємодії. Результати підкреслюють важливість систематичної роботи над розвитком СІ у студентів, зокрема через тренінги і міжособистісної комунікації, групові психологічні вправи й програми розвитку емпатії. Нами розроблено вправи та рекомендації для розвитку СІ у студентів.

## ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз підходів до вивчення СІ свідчить, що він є складною психічною властивістю особистості, яка включає когнітивно-емоційні та поведінкові компоненти. СІ є важливою складовою успішної соціальної адаптації й міжособистісної взаємодії і визначає здатність людини розуміти чужі й власні емоції, наміри та мотиви, а також діяти продуктивно у різноманітних соціальних контекстах.

У сучасній психологічній науці СІ розглядається як складне інтегративне утворення, що розвивається під впливом комплексу взаємопов'язаних психологічних чинників, тому далі більше детально їх розглянемо. Розвиток СІ є результатом комплексної взаємодії особистісних рис, когнітивних і емоційних здібностей, соціального досвіду та мотиваційних чинників. Усвідомлення ролі цих аспектів дозволяє глибше зрозуміти механізми розвитку СІ та розробляти ефективні програми його цілеспрямованого формування, що є особливо актуальним у професійній діяльності та соціальній адаптації особистості.

СІ у юнацькому віці є важливим складником психосоціального становлення особистості, адже саме він значною мірою визначає результативність взаємодії із оточуючими, здатність розуміти емоційні стани інших людей, виявляти емпатію та гнучко регулювати власну поведінку відповідно до соціальних обставин. Період юності супроводжується суттєвими структурними й функціональними трансформаціями у когнітивній та емоційній сферах, що створює сприятливі передумови для активного формування соціальних умінь і навичок. У цей час поступово складаються більш складні моделі соціальної взаємодії, які ґрунтуються не лише на безпосередньому життєвому досвіді, але й на здатності до абстрактного осмислення соціальних ситуацій, аналізу поведінки інших людей та передбачення можливих наслідків міжособистісних взаємодій. У юності молоді люди активно поєднують когнітивні та емоційні складові СІ. Це проявляється у зростанні здатності розуміти мотиви, наміри й поведінкові установки інших людей, а також у

врахуванні соціальних норм і конкретного соціального контексту під час регуляції власної поведінки. Юнацький вік характеризується досить інтенсивним розвитком рефлексії, самосвідомості, системи міжособистісних стосунків. Відбувається активне становлення здатності до соціального прогнозування, розуміння мотивів й переживань інших людей, формування навичок ефективної комунікації. Особливо важливе значення в цьому періоді має формування перспективного мислення та розвиток рефлексивних умінь, які дають змогу аналізувати поведінку інших з різних позицій, усвідомлювати можливі наслідки міжособистісної взаємодії та відповідно коригувати власні дії з урахуванням соціальних очікувань.

У результаті емпіричного дослідження встановлено, що у досліджуваних нами студентів переважає середній рівень СІ (44%), що говорить про задовільну соціальну компетентність студентів, проте значна частина студентів (32%) має низький рівень, що потребує цілеспрямованого розвитку відповідних навичок. Високий рівень СІ, хоч і менш поширений (24%), демонструє наявність у вибірці студентів із високими соціальними компетенціями, які можуть виступати ресурсом для розвитку групової взаємодії й колективної адаптації.

Мотиваційний профіль студентів є досить збалансованим: 36% мають високий рівень мотивації досягнень, 36% – середній, що говорить про наявність потенціалу для успішної навчальної та професійної діяльності у більшості респондентів. Проте 28% студентів із низьким рівнем мотивації досягнень вимагають уваги із боку педагогів й психологів для розвитку внутрішніх стимулів, формування цілеспрямованості та підвищення впевненості у власних силах.

Підсумовуючи результати діагностики емпатії, можна констатувати, що респонденти демонструють різний рівень розвитку цього показника. Хоча значна частина учасників мають досить високий рівень емоційної чутливості (емпатійної стурбованості), водночас спостерігається тенденція до низьких показників когнітивної емпатії (уміння приймати чужу перспективу) й фантазійності.

Результати кореляційного аналізу дозволили визначити взаємозв'язки між СІ та певними його психологічними показниками, що відображають когнітивні, емоційні та мотиваційні характеристики студентів. Отримані нами результати свідчать про значимість СІ як інтегрального показника, що пов'язаний із мотиваційною активністю, емпатійною чутливістю та здатністю до перспективного прийняття інших. Підтверджено гіпотезу про наявність взаємозв'язку між СІ емпатійною стурбованістю та перспективним прийняттям, що підкреслює значущість здатності розуміти інших у процесі міжособистісної взаємодії. Результати підкреслюють важливість систематичної роботи над розвитком СІ у студентів, зокрема через тренінги і міжособистісної комунікації, групові психологічні вправи й програми розвитку емпатії. Нами розроблено вправи та рекомендації для розвитку СІ у студентів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Айзенк Ганс Юрген. Айзенк, Ганс Юрген. Велика українська енциклопедія. 2016. URL: [https://vue.gov.ua/Айзенк,\\_Ганс\\_Юрген](https://vue.gov.ua/Айзенк,_Ганс_Юрген)
2. Андросович К. А., Ткаченко Л. І., Ільїна Г. В., Якимова І. О., Шульга В. М. Соціальна адаптація обдарованої особистості: від дитинства до юності: методичний посібник. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2021. С. 48–60.
3. Білик Н. І. Психологічні основи розвитку соціального інтелекту. Полтава: ПНПУ, 2019. С. 194–200.
4. Горбенко О. В. Соціальний інтелект у професійній взаємодії. Наукові записки НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2021. Вип. 35. С. 67–74.
5. Емері К., Браун Дж. Соціальний інтелект і професійне благополуччя. *Journal of Occupational Psychology*. 2019. Вип. 35(4). С. 289–310.
6. Емоційний інтелект / Деніел Гоулман; пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Харків: Віват, 2020. 512 с.
7. Заблоцький В. Соціальний інтелект. У: Філософський енциклопедичний словник. Київ: Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України, 2002. С. 599–602.
8. Івашкевич Е. Сенситивність та соціальна уява як фуркаційні чинники становлення соціального інтелекту педагога. *Освіта регіону*. 2016. № 4. С. 118–123.
9. Івашкевич Е. З. Концептуальні моделі соціального інтелекту та авторська структура соціального інтелекту педагога. *Європейський енциклопедичний історичний психологічний журнал*. 2016. № 2. С. 100–105.
10. Каплуненко Л. В. Соціальний інтелект як чинник успішності представників соціономічних професій: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2019. 250 с.
11. Каплуненко Я. Ю. Особистісні чинники соціального інтелекту у фахівців професійного середовища «людина – людина». *Актуальні проблеми психології*. 2016. Вип. 16. С. 58–60.

- 12.Коваленко Л. П. Емоційна регуляція та соціальний інтелект у період пандемії. Український журнал соціальної психології. 2023. Том 8. № 1. С. 101–118.
- 13.Кривицька О. В. Соціальний інтелект: теоретичні аспекти та практичне значення. Криворізький державний педагогічний університет. 2023. С. 10–14.
- 14.Кудрявцева І. М. Культурні детермінанти соціального інтелекту молоді. Соціальна психологія. 2020. № 3. С. 112–125.
- 15.Кузьміна П. Л. Соціальний інтелект: історія дослідження та сучасні підходи. Сумський державний університет. 2019. С. 9–11.
- 16.Куниця В. Н. Соціальна компетентність і соціальний інтелект: структура, функції, взаємозв'язок. Теоретичні та прикладні питання психології. 1995. Вип. 1. С. 192–199.
- 17.Литвиненко С. О. Культурні відмінності у формуванні соціального інтелекту молоді. Вісник психології. 2021. № 2. С. 87–96.
- 18.Любочкіна А. Розуміння соціального інтелекту в науці. Вісник Національного університету «Львівська політехніка». 2018. № 4. С. 53–58.
- 19.Любочкіна Г. О. Взаємозв'язок самооцінки та соціального інтелекту в юнацькому віці. Проблеми сучасної психології. 2024. № 2 (58). С. 12–20.
- 20.Лядський І. К., Сенько І. М. Відкритість до досвіду як чинник формування соціального інтелекту у студентської молоді. Психологія і суспільство. 2024. № 1 (49). С. 38–45.
- 21.Ляшенко Л. Теоретичні основи дослідження емоційного інтелекту. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2015. С. 210–216.
- 22.Маруненко І. М. Соціальний інтелект особистості та його розвиток. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2016. С. 8.
- 23.Матейчук О. Соціальний інтелект: історія виникнення, динаміка точок зору на його сутність та зміст. Психологічні травелоги. 2023. № 1. С. 116. URL: <https://pt.khmnpu.edu.ua/index.php/pt/article/download/73>
- 24.Методика діагностики соціального інтелекту Дж. Гілфорда <https://www.scribd.com/document/857561545/%D0%A2%D0%B5%D1>

- 25.Методика діагностики емпатії (М. Девіса)  
<https://testoteka.info/uk/test/volitional/ehlers-s>
- 26.Опитувальник мотивації досягнення (Т. Елерса)  
<https://testoteka.info/uk/test/volitional/ehlers-s>
- 27.Петрова Л. І. Соціальний інтелект у контексті професійної підготовки студентів. Психологічний журнал. 2019. Вип. № 2. С. 45–53.
- 28.Петрова О. М. Психодинамічні аспекти розвитку соціального інтелекту. Психологічні дослідження. 2019. № 1. С. 34–47.
- 29.Пилипенко Н. Г. Емоційна стабільність та її роль у розвитку соціального інтелекту особистості. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія. 2019. № 5. С. 298–305.
- 30.Рогальський В. І. Вікова психологія: навчальний посібник. Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2018. С. 210–230.
- 31.Роль соціального та емоційного інтелекту як найважливіших soft-skills XXI століття в освітньому процесі: матеріали всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації. Полтава: Полтавський державний аграрний університет, 2023. С. 22–24.
- 32.Савенков А. І. Соціальний інтелект як проблема психології обдарованості та творчості. Психологія. Журнал ВШЕ. 2015. Вип. 4. С. 65–74.
- 33.Сасько О. О. Проблема визначення соціального інтелекту в психологічній науці. Наука і освіта. 2021. Вип. № 9. С. 56–60.
- 34.Слободяник Н. В. Соціальний інтелект як чинник успішного розвитку підлітків. *Актуальні проблеми в системі освіти: загальноосвітній навчальний заклад – довузівська підготовка – заклад вищої освіти*. 2022. С. 761.
- 35.Слободяник Н. Проблеми дослідження соціального інтелекту в сучасній психології. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія: Психологія. 2020. Вип. № 2 (15). С. 7–12.
- 36.Слободяник Н. Проблеми дослідження соціального інтелекту як психологічного феномену. *Актуальні проблеми психології*. 2021. Вип. № 7. С. 9–15.

- 37.Слободяник Н. Толерантність до невизначеності як чинник соціального інтелекту. Вісник психології та педагогіки. 2021. Вип. № 4 (27). С. 109–115.
- 38.Столяренко О. Б. Психологія особистості. Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2020. URL: <https://surl.li/gfovwa>
- 39.Хамфрі Н. Еволюційні аспекти соціального інтелекту. Evolutionary Psychology Journal. 2020. Vol. 18 (2). P. 201–215.
- 40.Характеристика структурних компонентів емоційного інтелекту. Інноваційна педагогіка. 2023. № 66. С. 45–58. URL: <https://www.innovpedagogy.od.ua/archives/>
- 41.Четверик-Бурчак А. Г. Потенційні чинники-предиктори життєвого успіху: феномен емоційного інтелекту. Одеса: Одеський національний університет, 2019. С. 95–110.
- 42.Шевченко Н. Ю. Роль соціального інтелекту у стресостійкості студентської молоді. Психологічні науки. 2022. Вип. № 4. С. 58–70.
- 43.Humphrey N., Lewis G. Social Mind: The Roots of Intelligence. Cognitive Science Journal. 2020. Vol. 22 (1). P. 89–104.
- 44.Mateyuk O., Sykhodolya Y. Social Intelligence: History of Inception, Dynamics of Points of View on Its Essence and Content. Psychology Travelogs. 2023. Issue 1. P. 116–117.
- 45.Thorndike E. L. Intelligence and Its Uses. Harper's Magazine. 1920. Vol. 140. P. 227–235.

ДОДАТОК А.

**Вправи та рекомендації для розвитку у студентів мотивації  
досягнення у соціальній взаємодії**

Мотивація досягнення в соціальній сфері визначає прагнення особистості ефективно діяти у взаємодії з іншими, домагатися успіху у командній діяльності, впливати на групові процеси та реалізовувати власний потенціал у соціальних

контекстах. У студентській молоді цей тип мотивації формує основу для соціальної активності, лідерства та ефективної участі у професійних і навчальних групах.

Основні психологічні механізми розвитку мотивації досягнення:

1. Визначення цілей та орієнтація на успіх  
Студенти, які чітко усвідомлюють соціальні цілі (підвищення ефективності командної роботи, успіх у спільних проєктах), демонструють вищий рівень мотивації. Цільова орієнтація формує прагнення до досконалості у соціальних взаємодіях.

2. Позитивне підкріплення та соціальне визнання  
Визнання досягнень студентів іншими членами групи або наставниками зміцнює внутрішню мотивацію до подальших досягнень.

3. Розвиток компетентності та впевненості у соціальній сфері  
Мотивація підвищується, коли студент відчуває власну компетентність у спілкуванні, умінні аргументувати, співпрацювати та впливати на колективні процеси.

4. Моделювання успішних соціальних сценаріїв  
Наявність прикладів ефективною соціальною взаємодією серед однолітків або наставників стимулює прагнення досягати успіху в аналогічних ситуаціях.

5. Рефлексія та самооцінка результатів  
Усвідомлення власного внеску у спільну діяльність, обговорення досягнень і помилок сприяє формуванню внутрішньої мотивації та готовності до подальшого розвитку.

*Рекомендації для розвитку мотивації досягнення у соціальній взаємодії студентів*

1. Впровадження командних проєктів і групових завдань. Студенти отримують конкретну соціальну мету, відповідальність за результат і можливість оцінити свій внесок у спільний успіх.

2. Психологічні ігри та симуляції соціальних ситуацій. Розвиток уміння досягати результату у складних соціальних сценаріях стимулює прагнення до успіху та відчуття компетентності.

3. Система позитивного підкріплення та зворотного зв'язку. Регулярне обговорення досягнень студентів, похвала, оцінка прогресу у соціальній взаємодії зміцнює мотивацію досягнення.

4. Розвиток навичок саморегуляції та планування. Студенти вчаться ставити соціальні цілі, оцінювати ризики та ресурси, планувати кроки для ефективної взаємодії.

5. Роль наставництва та менторства. Досвід більш компетентних однолітків або викладачів мотивує студентів досягати соціальних успіхів та розвивати лідерські навички.

6. Рефлексивні вправи. Щоденники групових досягнень, аналіз власного внеску у командну діяльність та обговорення уроків успіху і невдач.

Також важливо впроваджувати домашні практики для самостійного розвитку:

- Щоденна практика дихання та релаксації 5–10 хвилин.
- Ведення емоційного щоденника, відзначати позитивні моменти та успіхи дня.
- Короткі медитації або вправи на усвідомленість (5–15 хвилин).
- Мікровправи «пауза та оцінка»: перед відповіддю у конфліктній ситуації — зробити паузу, оцінити емоції та обрати конструктивну реакцію.