

УДК 159.942:005.32

Олена ВОЛОШИН

здобувачка PhD,

Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0000-0003-2662-958X>

e-mail: olenavoloshin@ukr.net

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПІДЛІТКІВ В КОНТЕКСТІ ГЛОБАЛЬНИХ СУСПІЛЬНИХ ПЕРЕТВОРЕНЬ

У статті здійснено теоретико-психологічний аналіз особливостей розвитку емоційного інтелекту особистості підліткового віку в умовах динамічних соціокультурних трансформацій. На основі аналізу провідних когнітивних, змішаних та диспозиційних моделей емоційного інтелекту обґрунтовано розуміння досліджуваного феномену як складного інтегрального ресурсу, що детермінує психологічну стійкість та соціальну ефективність суб'єкта. Виокремлено психологічні особливості становлення емоційного інтелекту у підлітковому віці крізь призму процесів інтелектуалізації емоцій та рефлексивного самопізнання. Актуалізовано роль емоційного інтелекту як механізму соціальної взаємодії та емоційної безпеки підлітка в умовах інформаційної нестабільності та цифровізації освітнього простору.

Здійснено аналіз стратегічних прогнозів Всесвітнього економічного форуму за період 2016-2023 рр., що дозволило виявити зміну ієрархії пріоритетних компонентів емоційного інтелекту особистості. Доведено, що в поточному соціокультурному контексті спостерігається зміщення акцентів від прагматичних інструментів міжособистісного впливу до ціннісно-орієнтованої взаємодії, де провідна роль належить емпатії, активному слуханню та самосвідомості. Аргументовано, що розвиток емоційного інтелекту підлітка стає базовим предиктором його результативності та здатності до збереження цілісності «Я» в умовах глобальної «полікризи». Обґрунтовано необхідність цілеспрямованого моделювання розвивального середовища, яке б стимулювало перехід підлітка до усвідомленого керування власним емоційним потенціалом та забезпечувало його успішне життєтворення у майбутньому професійному середовищі.

Ключові слова: емоційний інтелект; підлітковий вік; суспільні перетворення; емпатія; самосвідомість; стійкість; активне слухання; психологічний ресурс.

Olena VOLOSHYN

Khmelnytskyi National University

DEVELOPMENT OF ADOLESCENTS' EMOTIONAL INTELLIGENCE IN THE CONTEXT OF GLOBAL SOCIAL TRANSFORMATIONS

The article provides a theoretical and psychological analysis of the specific features of emotional intelligence development in adolescence under the conditions of dynamic socio-cultural transformations. Based on the analysis of leading cognitive, mixed, and trait models of emotional intelligence, its understanding as a complex integral resource that determines the psychological resilience and social effectiveness of the subject is substantiated. The psychological peculiarities of emotional intelligence formation in adolescence are identified through the prism of emotional intellectualization and reflexive self-discovery processes. The

role of the investigated construct as a mechanism for social interaction and emotional safety of adolescents in conditions of informational instability and digitalization of the educational space is actualized.

The study carries out an analysis of the World Economic Forum strategic forecasts for the period 2016–2023, which allowed for the identification of a shift in the hierarchy of priority components of the individual's emotional sphere. It is proved that in the current socio-cultural context, there is a transition from pragmatic tools of interpersonal influence to value-oriented interaction, where the leading role belongs to empathy, active listening, and self-awareness. It is argued that the development of an adolescent's emotional intelligence becomes a fundamental predictor of their resilience and ability to maintain self-integrity in the face of a global "polycrisis". The necessity of purposeful modeling of a developmental environment that would stimulate the transition of the individual to the conscious management of their own emotional potential and ensure successful life-creation in the future professional environment is substantiated.

Keywords: emotional intelligence; adolescence; social transformations; empathy; self-awareness; resilience; active listening; psychological resource.

<https://doi.org/10.31891/PT-2026-1-24>

Стаття надійшла до редакції / Received 09.02.2026

Прийнята до друку / Accepted 28.02.2026

Опубліковано / Published 26.03.2026



This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons CC-BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

© Волошин Олена

Постановка проблеми у загальному вигляді

та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

У сучасних умовах динамічних суспільних трансформацій емоційний інтелект особистості трансформується з допоміжною «м'якою навички» у життєвий ресурс, що визначає успішність соціалізації та професійного становлення. Глобальна нестабільність, цифровізація комунікацій та мінливість ринку праці диктують нові вимоги до емоційної сфери людини, висуваючи на перший план здатність до емпатії, соціального впливу та психологічної гнучкості. Особливою гостроти ця проблема набуває у підлітковому віці, який є сенситивним періодом для кристалізації ціннісних орієнтирів та формування внутрішніх механізмів саморегуляції.

Аналіз досліджень та публікацій

Теоретичне підґрунтя вивчення емоційного інтелекту закладене у працях фундаторів концепції Дж. Мейєра та П. Селовея, які обґрунтували когнітивну природу цього феномену як здатності до переробки емоційної інформації. Подальший розвиток і популяризація ідей емоційного інтелекту пов'язані з ім'ям Д. Гоулмана, який змістив акцент на прагматичний аспект – роль емоційних компетенцій у

досягненні соціального успіху та лідерства. Вагомими для розуміння структури емоційного інтелекту є напрацювання Р. Бар-Она, який представив його як інтегральну сукупність когнітивних і некогнітивних здібностей (адаптивності, управління стресом), що забезпечують психологічне благополуччя. Важливий внесок у диференціацію досліджуваного феномену зробили К. Петрідес та Е. Фурнхем, запропонувавши модель «емоційного інтелекту як риси», що акцентує увагу на емоційній саморефлексії як стійкій властивості характеру. У контексті соціальної взаємодії значущими є дослідження Д. Карузо, присвячені інтеграції емоційного та інтелектуального складників для ефективного вирішення міжособистісних завдань.

Вітчизняна психологічна думка відображена у системних напрацюваннях провідних науковців. Фундаментальний внесок у концептуалізацію емоційного інтелекту та визначення його основних функцій належить Е. Носенко та Н. Ковризі, які одними з перших в Україні здійснили системний аналіз зазначеного конструкту. Прогностичну роль емоційної сфери у забезпеченні життєвого успіху та суб'єктивного благополуччя особистості розкрито у працях А. Четверик-Бурчак. Значущими для нашого дослідження є напрацювання С. Дерев'янка, яка розглядає емоційну компетентність як провідний чинник соціально-психологічної адаптації, та Л. Засекоїної, котра фокусується на зв'язку емоційного інтелекту з психологічною стійкістю людини. Пізнавально-мисленнєві аспекти та регулятивні функції досліджуваного явища проаналізовано О. Чебікіним, тоді як особливості його формування в освітньому просторі школи знайшли відображення у наукових доробках М. Шпак. Сукупність наведених концепцій підтверджує роль емоційного інтелекту як ключового чинника адаптивності, який дозволяє особистості зберігати цілісність та продуктивність у динамічному соціокультурному середовищі.

Потребує додаткового психологічного аналізу відповідність традиційних моделей емоційного інтелекту тим прогностичним навичкам, що визначені глобальними інституціями як ключові для людського капіталу майбутнього.

Формулювання цілей статті

Мета статті – теоретично обґрунтувати особливості розвитку емоційного інтелекту підлітків у координатах глобальних суспільних трансформацій.

Виклад основного матеріалу

Аналіз наукових розвідок дозволяє виокремити три домінуючі парадигми в дослідженні емоційного інтелекту, кожна з яких пропонує власну візію його структури та функцій (див. рис. 1).

Моделі емоційного інтелекту

<p>Модель здібностей (Дж. Мейер, П. Селовеї та Д. Карузо)</p>	<p>Змішана модель (Д. Гоулман, Д. Люсін, Р. Бар-Он)</p>	<p>Модель рис (К. Петрідес, Е. Фернхем)</p>
-------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------

Рис. 1. Моделі емоційного інтелекту

У межах когнітивного підходу, започаткованого Дж. Мейером, П. Селовеєм та Д. Карузо, емоційний інтелект трактується як ієрархічна система когнітивних здібностей, що забезпечують ефективну адаптацію особистості через оперування емоційною інформацією. Автори концепції пропонують структуру, яка охоплює чотири взаємопов'язані рівні («гілки») психологічних процесів [7].

Перший рівень – це сприйняття, оцінка та вираження емоцій. Компонент є базовим і передбачає здатність індивіда до ідентифікації емоцій у власних фізичних станах і почуттях, а також розпізнавання емоційних сигналів в інших людях, предметах мистецтва та навколишньому середовищі. Визначальним тут є вміння диференціювати справжні емоційні прояви від маніпулятивних або імітованих.

Другий рівень – емоційна фасилітація мислення. Ця здібність відображає здатність емоцій спрямовувати інтелектуальну діяльність. Емоційні стани розглядаються як чинники, що змінюють фокус уваги та сприяють вибору оптимальних стратегій вирішення завдань. Зокрема, позитивний афект стимулює креативність і дивергентне мислення, тоді як нейтральний або помірно негативний стан сприяє критичному аналізу та деталізації інформації.

Третій рівень – розуміння та аналіз емоцій – передбачає складну когнітивну обробку емоційних знань: розуміння причин виникнення почуттів, здатність класифікувати складні та суперечливі емоції

(амбівалентність), а також прогнозування динаміки розвитку емоційних станів у часі та в процесі міжособистісної взаємодії.

Свідоме управління емоціями – найвищий щабель у структурі моделі, що полягає у здатності особистості залишатися відкритою до почуттів (як приємних, так і хворобливих) та свідомо регулювати власні й чужі емоційні стани для особистісного зростання та підвищення ефективності комунікації без втрати автентичності переживань.

У межах зазначеної моделі досліджуваний конструкт виступає як інтелектуальний інструмент, що дозволяє суб'єкту не лише відчувати, а й логічно опрацьовувати емоційний досвід, перетворюючи його на стратегічний ресурс успішної життєдіяльності.

На відміну від суто когнітивних підходів, змішані моделі інтерпретують емоційний інтелект як складний симбіоз когнітивних здібностей та стійких характеристик особистості (мотивації, вольових якостей, соціальних навичок). Таке поєднання дозволяє розглядати досліджуваний феномен як безпосередній інструмент соціальної ефективності та психологічного благополуччя.

Найбільшого поширення у прикладному аспекті набула модель Д. Гоулмана, яка структурує емоційну компетентність через п'ять взаємодоповнюючих сфер: самосвідомості як здатності особистості ідентифікувати власні емоції в момент їх виникнення та розуміти їхній вплив на прийняття рішень і поведінку; саморегуляції як вміння контролювати деструктивні імпульси, зберігати емоційну рівновагу в стресових ситуаціях та виявляти гнучкість у адаптації до змін; самомотивації як внутрішнього драйвера для досягнення цілей, що ґрунтується на емоційному залученні, ініціативності та здатності зберігати оптимізм попри перешкоди; емпатії як розуміння емоційного стану інших людей, здатність до співпереживання та врахування почуттів оточення у процесі соціальної взаємодії; соціальних навичок як комплексної здатності до управління стосунками, ефективною комунікації, врегулювання конфліктів та емоційного лідерства (впливу) [6].

Паралельно набувала розвитку модель Р. Бар-Она, який запропонував термін «емоційно-соціальний інтелект» (ESI). Його структура фокусується на здатності індивіда розуміти себе та інших, пристосовуватися до вимог середовища та долати щоденні виклики. Автор виокремлює п'ять сфер функціонування: внутрішньоособистісну сферу, міжособистісну сферу, сферу адаптивності, управління стресом, загальний настрій [5].

Узагальнюючи, змішані моделі переводять емоційний інтелект із теоретичної площини у категорію життєвого ресурсу, що визначає

соціально ефективність особистості та її здатність до продуктивної самореалізації в мінливому середовищі.

Вагоме місце в аналізі структури досліджуваного феномену посідає модель «емоційного інтелекту як риси», запропонована К. Петрідесом та Е. Фурнхемом. Дослідники пропонують принципово інший погляд на природу емоційного інтелекту, розглядаючи його не як когнітивну здатність, а як диспозиційну властивість особистості.

Ключовим постулатом цієї концепції є категорія емоційної самосприйнятливості – суб'єктивного бачення особистістю власних емоційних спроможностей. У межах даного підходу структура емоційного інтелекту охоплює 15 диспозицій, які ієрархічно групуються у чотири фундаментальні фактори.

Добробут. Відображає загальний емоційний фон особистості та включає такі риси, як оптимізм, щастя та стабільно високу самооцінку. Це внутрішній фундамент, що визначає загальну задоволеність життям.

Самоконтроль. Акумулює здатність до регуляції імпульсивних поривів, управління стресовими станами та емоційну стійкість.

Емоційність. Охоплює виміри, пов'язані з міжособистісною взаємодією: емпатію, здатність до сприйняття та вираження емоцій, а також вміння будувати та підтримувати глибокі близькі стосунки.

Товариськість. Фокусується на соціальній ролі особистості та включає соціальну впевненість, здатність до емоційного впливу (переконання) та асертивність у комунікації.

Отже, модель «емоційного інтелекту як риси» переносить акцент із когнітивного потенціалу особистості на її поведінкову реалізацію. Це дозволяє розглядати досліджуваний конструкт як стійку диспозиційну основу, що визначає готовність суб'єкта до прояву емоційної компетентності в реальних життєвих ситуаціях, незалежно від рівня його теоретичних знань про природу емоцій.

Перехідний період від дитинства до дорослості постає у психологічній науці як фундаментальний етап структурної перебудови емоційної сфери особистості. Одним із засадничих новоутворень підліткового віку є інтелектуалізація емоцій, що знаменує перехід від безпосереднього переживання до усвідомленого оперування власними станами. Цей процес стає підґрунтям для становлення емоційного інтелекту як складної когнітивно-афективної єдності.

У межах проведеного аналізу важливо підкреслити, що розвиток досліджуваного конструкту у підлітків зумовлений двома зустрічними векторами. З одного боку, це внутрішня потреба у самопізнанні, що актуалізує когнітивні компоненти емоційного інтелекту (розуміння причин емоцій). З іншого – зовнішня вимога

соціалізації у групі однолітків, що стимулює розвиток емпатії, асертивності та здатності до соціального впливу. Саме в цей період емоційний інтелект трансформується з інструменту психічного захисту на дієвий психологічний ресурс, що забезпечує життєву стійкість особистості в умовах суспільної нестабільності.

Традиційна психологічна наука розглядала емоційну сферу підлітка переважно крізь призму внутрішньоособистісного комфорту та адаптації, то сучасні цивілізаційні виклики перетворюють її на критичний актив успішної життєдіяльності. Особливого значення цей процес набуває у світлі глобальних прогнозів щодо розвитку людського капіталу. Найбільш репрезентативно запит на новий рівень емоційної зрілості відображений у стратегічних звітах Всесвітнього економічного форуму. У межах цього дискурсу досліджуваний конструкт постає не просто як «м'яка навичка», а як фундаментальна умова професійної стійкості та лідерства, що диктує необхідність детального аналізу пріоритетних компонентів емоційного інтелекту у вимірі майбутніх навичок.

Вперше емоційний інтелект офіційно увійшов до переліку десяти найбільш затребуваних навичок майбутнього, посівши 6-те місце у рейтингу стратегічних пріоритетів, у 2016 році. Матеріал був представлений у доповіді «The Future of Jobs: Employment, Skills and Workforce Strategy for the Fourth Industrial Revolution», підготовленій до щорічного засідання Всесвітнього економічного форуму [11]. У контексті тогочасних соціокультурних умов акцент робився на міжособистісній координації та здатності до переконання. Емоційний інтелект розглядався переважно як прагматичний інструмент управління персоналом та командної взаємодії. Для підлітків як майбутніх суб'єктів ринку праці пріоритетним було оволодіння навичками самопрезентації та навичками «емоційного впливу», що розглядалися як умова успішної професійної соціалізації.

Глобальні виклики, спричинені пандемією, вимушеною соціальною ізоляцією, дистанційним навчанням, перебуванням у стиснутому цифровому просторі та соціальною нестабільністю, докорінно змінили ієрархію компонентів емоційного інтелекту. Пріоритет змістився з «управління іншими» на внутрішню саморегуляцію, що простежується у звіті «The Future of Jobs Report 2020». У переліку навичок-лідерів з'явилися: резильєнтність, стресостійкість та гнучкість. Емоційний інтелект почав трактуватися як внутрішній стабілізатор, що забезпечує психологічне благополуччя особистості в умовах «полікризи». Для підлітка цей етап ознаменувався

потребою в розвитку механізмів емоційної самосвідомості як засобу збереження цілісності «Я» під тиском зовнішньої невизначеності [9].

Сучасні реалії характеризується стрімким розвитком генеративного штучного інтелекту та загостренням глобальної економічної нестабільності, що зумовило запит на суто людські, «неалгоритмічні» якості. Особливого значення цей процес набуває в умовах гібридної та інформаційної війни, де великі масиви дезінформації та маніпулятивних впливів вимагають від особистості високого рівня критичного сприйняття емоційного контенту. У актуальному рейтингу Всесвітнього економічного форуму, представленого на рис. 2, найбільш динамічного зростання набули стійкість та гнучкість, самосвідомість та мотивація, емпатія та активне слухання як механізм захисту від зовнішніх емоційних вкидів та збереження внутрішньої стійкості.

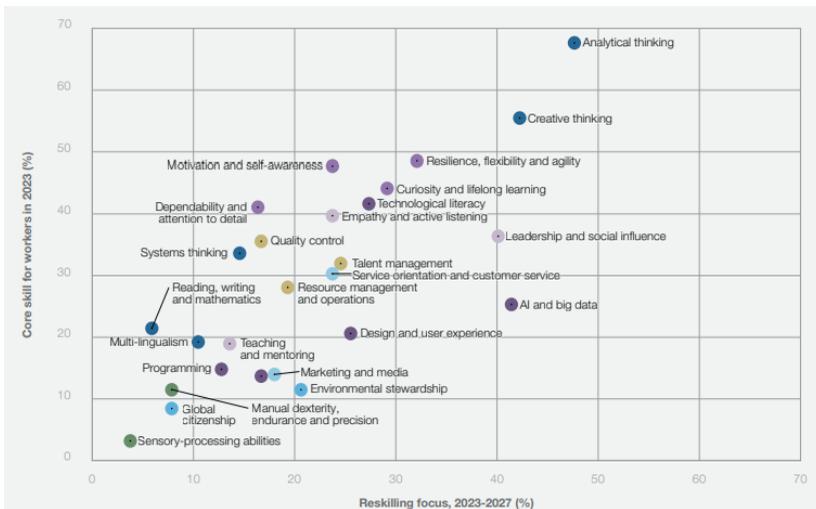


Рис. 2. Пріоритетні навички майбутнього за прогнозами Всесвітнього економічного форуму до 2027 року [10]

Для підлітка розвиток цих компонентів стає запорукою емоційної безпеки, дозволяючи не лише ідентифікувати фейкові наративи, а й будувати конструктивні міжособистісні зв'язки в умовах глобальних змін та криз.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Теоретичний аналіз проблеми дозволяє констатувати, що в умовах сучасних суспільних трансформацій емоційний інтелект підлітка трансформується з механізму простої адаптації у фундаментальний психологічний ресурс особистості. Дослідження динаміки стратегічних прогнозів Всесвітнього економічного форуму (2016-2023) виявило зміну пріоритетів у структурі емоційної сфери: від суто прагматичних навичок соціального впливу та керування іншими до стійкості, гнучкості та здатності бути автентичним у вираженні почуттів. Встановлено, що в сучасному соціокультурному контексті провідна роль належить емпатії, активному слуханню та самосвідомості, які дозволяють особистості відрізнити справжню, змістовну взаємодію від маніпулятивних цифрових впливів та дезінформації.

Обґрунтовано, що підлітковий вік є сенситивним етапом для розвитку цих вмінь завдяки процесам інтелектуалізації емоцій та становленню глибинної рефлексії. Зазначене диктує необхідність моделювання такого середовища, яке б стимулювало перехід підлітка від автоматичних реакцій до усвідомленого керування власним емоційним потенціалом. Перспективою подальших розвідок є розробка методичного інструментарію для розвитку пріоритетних компонентів емоційного інтелекту підлітків у сучасному освітньому просторі.

Література

1. Дерев'янка С. П. Феноменологія емоційного інтелекту : навч.-метод. посіб. Чернівці : Поліграф, 2016. 312 с.
2. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. Дніпропетровськ : Інновація, 2003. 126 с.
3. Четверик-Бурчак А. Г. Психологічні особливості впливу емоційного інтелекту на життєвий успіх особистості: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Дніпро, 2015. 190 с.
4. Шпак М. М. Психологія розвитку емоційного інтелекту молодших школярів : монографія. Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2016. 372 с.
5. Bar-On R. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18. P. 13-25.
6. Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York : Bantam Books, 2005. 384 p.

7. Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15. No. 3. P. 197-215.
8. Petrides K. V., Furnham A. Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*. 2001. Vol. 15. P. 425-448.
9. The Future of Jobs Report 2020 / World Economic Forum. Geneva, 2020. 163 p. URL: <https://www.weforum.org/publications/the-future-of-jobs-report-2020/> (date of access: 03.03.2026)
10. The Future of Jobs Report 2023 / World Economic Forum. Geneva, 2023. 296 p. URL: https://www3.weforum.org/docs/WEF_Future_of_Jobs_2023.pdf (дата звернення: 03.03.2026).
11. The Future of Jobs: Employment, Skills and Workforce Strategy for the Fourth Industrial Revolution : Global Challenge Insight Report / World Economic Forum. Geneva, 2016. 167 p.

References

1. Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13–25.
2. Chetveryk-Burchak, A. H. (2015). *Psykhologichni osoblyvosti vplyvu emotsiinoho intelektu na zhyttievyi uspih osobystosti* [Psychological features of the influence of emotional intelligence on the life success of an individual] (Unpublished doctoral dissertation). Dnipro [in Ukrainian].
3. Derevianko, S. P. (2016). *Fenomenolohiia emotsiinoho intelektu* [Phenomenology of emotional intelligence]. *Polygraph* [in Ukrainian].
4. Goleman, D. (2005). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
5. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215.
6. Nosenko, E. L., & Kovryha, N. V. (2003). *Emotsiinyi intelekt: kontseptualizatsiia fenomenu, osnovni funktsii* [Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, main functions]. *Innovatsiia* [in Ukrainian].
7. Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425–448.
8. Shpak, M. M. (2016). *Psykhologhiia rozvytku emotsiinoho intelektu molodshykh shkolariv* [Psychology of development of emotional intelligence of primary school children]. *TNPU* [in Ukrainian].
9. World Economic Forum. (2016). *The Future of Jobs: Employment, Skills and Workforce Strategy for the Fourth Industrial Revolution*. www3.weforum.org
10. World Economic Forum. (2020). *The Future of Jobs Report 2020*. www.weforum.org
11. World Economic Forum. (2023). *The Future of Jobs Report 2023*. www.weforum.org