

Аналіз розподілу результатів за рівнями засвідчив, що високий рівень позитивного ментального здоров'я виявлено у 60,5 % респондентів, що свідчить про домінування у більшості здобувачів позитивного емоційного фону, відчуття внутрішньої рівноваги, задоволеності життям та здатності ефективно долати життєві труднощі. Отримані дані також можуть вказувати на наявність достатньо сформованих особистісних ресурсів, зокрема життєстійкості, оптимізму та навичок саморегуляції, що є важливими для майбутньої професійної діяльності у сфері психологічної допомоги. Водночас у 21,1 % досліджуваних зафіксовано низький рівень позитивного ментального здоров'я, що може свідчити про наявність окремих психологічних труднощів, зниження суб'єктивного благополуччя, емоційної нестабільності або недостатню сформованість внутрішніх ресурсів особистості, необхідних для ефективного функціонування в умовах підвищеного стресового навантаження. Середній рівень позитивного ментального здоров'я виявлено у 18,4 % респондентів, що відображає відносну стабільність психоемоційного стану, проте водночас вказує на наявність потенціалу для подальшого розвитку адаптивних механізмів, підвищення рівня саморегуляції та зміцнення психологічного благополуччя.

Отримані результати загалом свідчать про достатній рівень сформованості позитивного ментального здоров'я у здобувачів психологічних спеціальностей, що може розглядатися як важлива передумова їхньої майбутньої професійної діяльності. Водночас наявність частки респондентів із середнім і низьким рівнями вказує на неоднорідність психоемоційного стану досліджуваної вибірки та потребу в цілеспрямованій підтримці розвитку особистісних ресурсів. Це узгоджується з сучасними уявленнями про позитивне ментальне здоров'я як ресурсну основу професійної ефективності майбутніх фахівців допоміжних професій (Калашникова Л., Руденко Ю., Руденко С., 2024; Большакова А., Дубінін Д., Зайцева О., 2025; Чабан О., 2025 та ін.).

З урахуванням отриманих результатів та актуальних викликів сучасного соціального середовища в університеті впроваджено вибірково дисципліну «Психологічні, комунікаційні й візуальні практики у роботі з травмою», зміст якої спрямований на формування у здобувачів вищої освіти навичок психологічної стабілізації, саморегуляції та ефективної взаємодії в умовах травматичного досвіду. Змістове наповнення дисципліни базується на міждисциплінарній інтеграції психологічних, комунікаційних і арт-терапевтичних підходів та передбачає опанування механізмів психологічної стабілізації, розвиток емпатійно орієнтованої комунікації, а також використання візуальних і арт-терапевтичних практик як засобів емоційної регуляції та відновлення ресурсного стану особистості. Реалізація такої дисципліни сприяє формуванню у майбутніх психологів цілісної професійної готовності до роботи з травматичним досвідом у різних соціальних контекстах.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з поглибленим вивченням чинників, що впливають на рівень позитивного ментального здоров'я, зокрема аналізом зв'язку з показниками емоційної регуляції, копінг-стратегій та соціальної підтримки, а також із розробкою й апробацією комплексних програм формування психологічного благополуччя у здобувачів вищої освіти в умовах сучасних суспільних викликів.

**Богдан Ж. Б., Прокоф'єва К. С.**

Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, Україна

## **ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ СУЧАСНИХ МОДЕЛЕЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ**

Концепція емоційного інтелекту (EI) як окремого теоретичного ядра за останні роки дуже вплинула на розуміння особистості у соціально-психологічному контексті. Саме емоційний інтелект дозволяє виявити особливості в емоційних реакціях. Наразі саме ця концепція все більше набирає актуальності як у світовому, так і в українському контексті. Цифровізації суспільства і все ширше використання штучного інтелекту детермінують необхідність глибшого розуміння власних емоційних реакцій. А, враховуючи, українські реалії повномасштабного вторгнення, з'являється необхідність усвідомлення власних та чужих емоцій в рамках постійно накопиченого стресу.

Поняття емоційного інтелекту є похідним від поняття «соціальний інтелект». В науковій психологічній думці існує декілька підходів до визначення поняття «емоційний інтелект». В рамках дослідження доцільно використовувати поняття, яке запропонували П. Селовей та Дж. Мейер (Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R., 2004), які визначають емоційний інтелект як

здатність сприймати та виражати емоції, асимілювати емоції та думки, розуміти та міркувати за допомогою емоцій, а також регулювати емоції в собі та інших. Загалом, теорію емоційного інтелекту досліджували та розвивали такі науковці як Дж. Мейер, П. Селовей, Д. Карузо, Д. Гоулман, Р. Бар-Он (Bar-On R., 1988), К. В. Петрідес (Mayer J. D., Salovey P., Caruso D. R., 2004). На основі наукових доробок цих авторів сформовано та проаналізовано основні моделі емоційного інтелекту (таблиця 1).

Таблиця 1 – Порівняльна характеристика основних моделей емоційного інтелекту

Назва моделі	Автори	Тип моделі
Чотиригілкова модель	Дж. Мейер, П. Селовей, Д. Карузо	Модель здібностей (когнітивна обробка емоційної інформації)
Компетентнісна модель	Д. Гоулман	Змішана модель (емоційні навички, що впливають на лідерство та ефективність)
Емоційно-соціальна модель	Р. Бар-Он	Змішана модель (адаптивність та соціальне функціонування)
Модель рис (TEIQue)	К. В. Петрідес	Модель рис (емоційність як стійка риса особистості)

Аналіз наведених моделей свідчить про відсутність єдиного концептуального підходу до розуміння емоційного інтелекту, що зумовлює існування принципових відмінностей у методах його оцінки та сферах застосування. Зокрема, модель здібностей Дж. Мейера, П. Селовея та Д. Карузо розглядає ЕІ як когнітивну здатність, аналогічну стандартному інтелекту, і потребує об'єктивних тестів результативності (Faltas I., 2026). На протигагу цьому, змішані моделі Д. Гоулмана та Р. Бар-Она інтегрують емоційні навички з рисами особистості, фокусуючись на професійній ефективності, лідерстві та соціальній адаптації. Модель рис К. В. Петрідеса визначає ЕІ як стійку особистісну характеристику, що вимірюється через самосприйняття індивіда за допомогою опитувальників. Така теоретична розрізненість призводить до низької кореляції між показниками різних шкал, проте дозволяє дослідникам обирати інструментарій залежно від мети.

Узагальнення теоретичних напрацювань свідчить, що емоційний інтелект є багатоаспектним феноменом, який поєднує когнітивні механізми обробки інформації та стійкі особистісні характеристики. В умовах війни в Україні та стрімкої цифровізації розвиток емоційного інтелекту стає критичним ресурсом для подолання стресу, забезпечення психологічної стійкості та збереження ефективності міжособистісної взаємодії. Таким чином, розуміння природи емоційних реакцій є фундаментальною умовою адаптації особистості в сучасному нестабільному середовищі.

**Бондаренко О. В.**

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна

### **ХРОНОПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ТА ПРОГНОСТИЧНІ МАРКЕРИ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВ'Я ЖІНОК В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

Питання збереження репродуктивного потенціалу нації в умовах воєнного стану є стратегічним завданням, що виходить далеко за межі суто медичної площини. Екстремальні стресогенні фактори, що діють на українських жінок протягом тривалого часу, спричиняють глибоку трансформацію не лише психоемоційного стану, а й фундаментальних психофізіологічних процесів. Психосоматичні розлади репродуктивної сфери у цьому контексті розглядаються як специфічна форма «тілесного реагування» на травматичний досвід, який психіка не здатна інтегрувати або опрацювати через дефіцит внутрішніх адаптаційних ресурсів (Бочелюк В. Є. та ін., 2022; Татарчук Т. Ф. та ін., 2024).

Актуальність дослідження зумовлена стрімким зростанням кількості соматоформних порушень, що безпосередньо корелюють із інтенсивністю та тривалістю бойових дій.