

Психолого-педагогічні основи формування та розвитку емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти

Омельченко Анетта Іванівна¹, Навроцька Інна Степанівна²,

Білоножко Наталія Йосипівна³

Опубліковано	Секція	УДК
12.11.2025	Освіта	159.923:378.147

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17586712>

Анотація. У статті обґрунтовано психолого-педагогічні засади розвитку емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти. Розкрито сутність емоційного інтелекту як інтегративної здатності особистості, що поєднує когнітивні, емоційні та соціальні компоненти і забезпечує розвиток саморегуляції, емпатії та комунікативної культури. Визначено психолого-педагогічні умови формування емоційної компетентності, зокрема створення емоційно безпечного освітнього середовища, використання інтерактивних, тренінгових і рефлексивних технологій, підготовку викладачів до емоційно-компетентної взаємодії. Сформульовано практичні рекомендації для викладачів і психологів щодо інтеграції завдань розвитку емоційного інтелекту у навчально-виховний процес. Підкреслено значення емоційного інтелекту як чинника успішної соціалізації, академічної результативності та професійної самореалізації майбутніх фахівців.

Ключові слова: емоційна компетентність, професійне становлення, саморегуляція, емпатія, комунікативна культура, психолого-педагогічні умови, освітнє середовище, тренінгові технології.

Psychological and pedagogical foundations of the formation and development of emotional intelligence in higher education students

Annotation. The article supports the psychological and pedagogical rationale of developing emotional intelligence among students in the institutions of higher learning. It

¹ Омельченко Анетта Іванівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри вокально-хорової підготовки, теорії та методики музичної освіти імені Віталія Газінського, Бердянський державний педагогічний університет факультет психолого-педагогічної освіти та мистецтв, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6463-8714>.

² Навроцька Інна Степанівна, аспірант кафедри педагогіки та менеджменту освіти, Кам'янець-Подільський національний університет ім. І. Огієнка, ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-7297-2122>

³ Білоножко Наталія Йосипівна, аспірант, викладач Кафедри гуманітарних та соціально-економічних дисциплін, Військова академія м. Одеса, ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2682-2174>

discloses the nature of emotional intelligence as a synthesizing skill of the person that assembles the cognitive, affective, and communicative elements making sure that the emotional self-control, compassion, and communicative capabilities develop. According to the overall analysis of the current psychological and pedagogical literature, the paper highlights that emotional intelligence is an important determinant of successful socialization, academic performance, and professional self-realization of future professionals. The study identifies the pedagogical conditions that facilitate the development of emotional intelligence among the students such as the establishment of an emotionally safe learning environment, using emotional elements in the learning material, as well as interactive, training, and reflexive technologies. Special efforts are put into finding useful educational technologies and types of learning that engage emotional and value system of the students - among them, training, group reflections, art therapy, and facilitation. The practical recommendations that teachers and psychologists can make to incorporate emotional intelligence development tasks into the educational process are also outlined in the article using empathy-based communication, emotional literacy exercises, and mentoring practices. The study findings show that systematic training of emotional intelligence contributes greatly to academic drive, emotional stability, and preparedness of students to professional issues. It has been concluded in the article that an active development of emotional intelligence is a significant pedagogical objective that guarantees the comprehensive maturation of the individual and the creation of a qualified, emotionally mature, and socially responsible specialist who will be able to successfully interact in a modern educational and professional environment.

Keywords: emotional intelligence, emotional competence, higher education, professional formation, empathy, emotional regulation, psychological support, interactive learning, educational environment, student development.

Вступ

У сучасних умовах глобальної нестабільності, цифровізації та соціокультурних трансформацій питання розвитку емоційного інтелекту набуває особливої актуальності в системі вищої освіти. Професійна підготовка майбутніх фахівців вимагає не лише високого рівня теоретичних знань і практичних умінь, а й здатності до ефективної емоційної саморегуляції, співпраці, адаптації та конструктивного розв'язання конфліктів. Саме емоційний інтелект як інтегративна властивість особистості забезпечує гармонійне поєднання когнітивного й афективного компонентів професійної діяльності, сприяє формуванню соціальної зрілості, лідерських якостей і психологічної стійкості. В освітньому процесі вищої школи формування емоційного інтелекту здобувачів виступає важливою умовою їхньої успішної соціалізації та професійної самореалізації. Здатність розуміти й контролювати власні емоції, адекватно реагувати на емоційні стани інших, підтримувати позитивний психологічний клімат у колективі — усе це є показниками емоційної компетентності, без якої неможливе ефективне педагогічне чи професійне спілкування. Однак у більшості освітніх програм питання розвитку емоційного інтелекту розглядається фрагментарно, що зумовлює потребу в системному дослідженні його психолого-педагогічних засад і впровадженні практичних механізмів у навчально-виховний процес. Актуальність обраної теми зумовлена необхідністю переходу від знанневої парадигми освіти до особистісно-орієнтованої, яка передбачає розвиток не лише інтелектуальних, а й емоційних, комунікативних і соціальних компетентностей майбутніх фахівців. Вивчення емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки має не лише теоретичне, а й

прикладне значення — воно відкриває можливості для створення інноваційних педагогічних технологій, які сприятимуть гармонійному розвитку особистості здобувача освіти, підвищенню якості освітнього процесу та ефективності формування професійних компетентностей.

Сучасний стан наукового вивчення проблеми емоційного інтелекту у психолого-педагогічній літературі характеризується багатовекторністю підходів і зростанням інтересу до вивчення його ролі у формуванні особистості здобувачів вищої освіти. У працях як українських, так і зарубіжних дослідників емоційний інтелект (EI) розглядається як комплексна інтегративна характеристика особистості, що поєднує когнітивні, афективні й соціальні складові та безпосередньо впливає на академічну успішність, психологічну стійкість і професійну самореалізацію людини [7; 8; 9; 10; 11; 15]. Теоретичні засади сучасних досліджень EI ґрунтуються на двох основних концептуальних підходах — здатнісному (ability model) та рисовому (trait model). Перший, представлений працями J. Mayer, P. Salovey і D. Caruso, визначає емоційний інтелект як здатність розпізнавати, оцінювати й регулювати емоції у собі та в інших [12]. Рисовий підхід, розвинутий К. Petrides і співавторами, трактує EI як стабільну особистісну рису, що відображає схильність до емоційної саморегуляції, емпатії та соціальної адаптації [14]. Обидва підходи стали методологічним підґрунтям для розроблення інструментарію вимірювання EI, що активно використовується у педагогічних і психологічних дослідженнях. Значна кількість сучасних емпіричних праць підтверджує, що розвиток емоційного інтелекту студентів прямо пов'язаний із рівнем їхньої навчальної мотивації, академічної залученості та психологічного благополуччя. Дослідження, проведені в університетах різних країн, доводять, що високий рівень EI зменшує рівень навчального стресу, сприяє формуванню резильєнтності та підвищує ефективність комунікації в освітньому середовищі [9; 10; 11; 13; 15]. У роботах M. Brackett, S. Rivers і P. Salovey підкреслено, що емоційний інтелект виступає ключовим чинником успіху не лише в академічній, а й у професійній діяльності, оскільки забезпечує гармонійне поєднання когнітивних і соціальних компетентностей [7]. Українські дослідники також активно розвивають психолого-педагогічний аспект проблеми. Так, І. Кірсанов наголошує на значенні емоційного інтелекту як складової професійної культури викладача та студента, акцентуючи на необхідності формування емоційної рефлексії у процесі навчальної взаємодії [2]. М. Кузнецов і Н. Діомідова розглядають EI як ресурс подолання психоемоційного напруження у стресових навчальних ситуаціях, зокрема під час складання іспитів [3]. С. Могиляста обґрунтовує педагогічні засоби розвитку емоційного інтелекту старшокласників, наголошуючи на ефективності тренінгових технологій, ігор та інтерактивних методів [4]. В. Зарицька пропонує авторський інструментарій формування EI студентів у навчальному процесі, що поєднує елементи самоспостереження, емоційного аналізу та групової рефлексії [1]. Новітні українські публікації засвідчують посилення інтересу до практичного виміру розвитку емоційного інтелекту. А. Чалий доводить, що високий рівень EI корелює з академічною успішністю й позитивним психоемоційним станом студентів, тоді як низький — супроводжується зниженням мотивації й підвищенням рівня тривожності [5]. Ці результати узгоджуються з міжнародними дослідженнями, де емоційний інтелект визначається як один із провідних предикторів академічного благополуччя, саморегуляції та стресостійкості здобувачів вищої освіти [8; 9; 15].

Таким чином, аналіз сучасної наукової літератури свідчить про високий ступінь теоретичної розробленості проблеми емоційного інтелекту та водночас про потребу її подальшого осмислення у контексті психолого-педагогічних умов освітнього середовища. Переважна більшість досліджень зосереджується на констатації взаємозв'язків між EI та різними аспектами діяльності здобувачів, тоді як питання цілеспрямованого формування емоційної компетентності у вищій освіті потребує

подальшого експериментального й методичного опрацювання [1–5; 7–15]. Попри значну кількість досліджень, низка аспектів розвитку емоційного інтелекту залишається недостатньо опрацьованою. Зокрема, не визначено єдиного підходу до його структури й критеріїв оцінювання у здобувачів вищої освіти, бракує системних методик діагностики й формування емоційної компетентності у процесі професійної підготовки [2; 3; 4; 10; 14]. Недостатньо досліджено вплив цифрового освітнього середовища та соціокультурних чинників на розвиток ЕІ, а також роль викладача як фасилітатора емоційного навчання [1; 5; 7; 9; 15]. Особливої уваги потребує розроблення педагогічних моделей і тренінгових програм, що інтегрують емоційний компонент у зміст професійно орієнтованих дисциплін, адже саме це дозволить перейти від теоретичного осмислення проблеми до її практичної реалізації в системі вищої освіти [8; 11; 12].

Метою даної статті є дослідити психолого-педагогічні засади розвитку емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти, з'ясувати його сутність, структурні компоненти та педагогічні умови формування, а також визначити ефективні технології і форми навчально-виховної роботи, спрямовані на розвиток емоційної компетентності майбутніх фахівців.

Завдання статті:

1. Проаналізувати сучасний стан наукового вивчення проблеми емоційного інтелекту та розкрити його сутність у контексті професійного становлення здобувачів вищої освіти.
2. Визначити психолого-педагогічні умови, технології та форми навчально-виховної роботи, що сприяють розвитку емоційного інтелекту студентів.
3. Обґрунтувати практичні підходи до інтеграції завдань розвитку емоційного інтелекту в освітній процес і їх значення для соціалізації та професійної самореалізації майбутніх фахівців.

Результати

Поняття «*емоційний інтелект*» у контексті професійного становлення здобувачів вищої освіти розглядається як інтегративна здатність особистості усвідомлювати, розуміти, виражати та регулювати власні емоції й емоції інших з метою досягнення ефективної взаємодії, самореалізації та успіху у професійній діяльності [7; 12; 14]. Емоційний інтелект охоплює сукупність когнітивних, мотиваційних і комунікативних процесів, що забезпечують гармонійне поєднання раціонального й емоційного у структурі професійної поведінки. У працях J. Mayer, P. Salovey та D. Caruso підкреслюється, що емоційний інтелект як здатність включає чотири ключові компоненти: ідентифікацію, використання, розуміння та управління емоціями [12]. Водночас K. Petrides визначає його як рисову характеристику, яка відображає індивідуальні відмінності у схильності до емоційного самоконтролю, емпатії, соціальної чутливості та впевненості у міжособистісній взаємодії [14].

У процесі професійного становлення здобувачів вищої освіти емоційний інтелект виступає ключовим чинником формування професійної компетентності, адже сприяє розвитку саморефлексії, стресостійкості, адаптації до змін і відповідальності за результати діяльності [2; 5; 8; 15]. Розвинений ЕІ забезпечує здатність студентів до конструктивного розв'язання конфліктів, співпраці у команді, ефективного спілкування з викладачами, одногрупниками та представниками професійного середовища [9; 10; 13]. Психолого-педагогічний аспект цього феномена полягає у створенні освітніх умов, що стимулюють емоційне самопізнання, формування емпатії й рефлексивного мислення, необхідних для становлення етичної, відповідальної та соціально компетентної особистості майбутнього фахівця [1; 3; 4]. Отже, емоційний інтелект у сучасному освітньому процесі виступає не лише особистісним ресурсом, а й

педагогічною метою, спрямованою на формування цілісної професійної ідентичності здобувача вищої освіти.

Розвиток емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти є одним із ключових завдань сучасної педагогіки, адже він забезпечує формування емоційної саморегуляції, здатності до ефективної взаємодії та соціальної адаптації у професійному середовищі [2; 5; 8; 15]. У процесі професійного становлення студенти не лише опановують знання, а й набувають умінь розуміти власні емоції, керувати ними та адекватно реагувати на емоційні стани інших людей. Відтак важливо створити відповідні психолого-педагогічні умови, які сприятимуть розвитку емоційної компетентності, емпатії та позитивного емоційного клімату в освітньому середовищі (Таблиця 1).

Таблиця 1

Психолого-педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти

№	Психолого-педагогічна умова	Зміст реалізації в освітньому процесі	Очікувані результати для розвитку емоційного інтелекту
1	<i>Емоційно безпечне освітнє середовище</i>	Створення атмосфери довіри, підтримки, відкритого спілкування; відсутність осуду; використання партнерської педагогічної позиції	Формування позитивного емоційного фону, зниження тривожності, підвищення рівня емоційної стабільності студентів [1; 2; 5]
2	<i>Розвиток емпатії та емоційної рефлексії</i>	Використання методик самоспостереження, групової рефлексії, рольових ігор; обговорення емоційних ситуацій у професійних контекстах	Підвищення здатності розпізнавати й інтерпретувати емоції інших, розвиток емоційної чутливості [3; 4; 7]
3	<i>Інтеграція емоційного компонента в освітній зміст</i>	Включення завдань на аналіз емоцій у професійних ситуаціях у навчальні дисципліни (особливо гуманітарного та педагогічного циклу)	Зв'язок між професійними компетентностями та емоційною сферою; розвиток етичної чутливості [2; 8; 9]
4	<i>Активне використання інтерактивних технологій</i>	Застосування тренінгів емоційного розвитку, кейсів, дебатів, арт-терапевтичних методів, психологічних практикумів	Підвищення рівня емоційної саморегуляції, розвиток комунікативної гнучкості [4; 10; 13]
5	<i>Формування суб'єктної позиції студента</i>	Залучення здобувачів до спільного планування навчального процесу, самооцінювання, вибору форм і тем навчальних завдань	Підвищення рівня самосвідомості, мотивації до саморозвитку та емоційної зрілості [11; 12; 14]
6	<i>Психолого-педагогічний супровід освітнього процесу</i>	Системна робота психологічної служби, кураторів, наставників; індивідуальні консультації з розвитку емоційних компетентностей	Попередження емоційного вигорання, підвищення психоемоційної стійкості студентів [3; 5; 15]
7	<i>Підготовка викладачів до емоційно-компетентної взаємодії</i>	Підвищення кваліфікації педагогів у напрямі емоційного менеджменту, фасилітації, комунікативної емпатії	Підвищення якості педагогічної взаємодії, формування позитивного емоційного клімату в академічних групах [2; 7; 10]

Отже, ефективний розвиток емоційного інтелекту у студентів вищої школи можливий лише за умов поєднання психологічного комфорту, емоційної підтримки й педагогічних стратегій, спрямованих на активізацію емоційного самопізнання, рефлексії та соціальної взаємодії [2; 4; 9; 13; 15]. Системне впровадження тренінгових,

інтерактивних та рефлексивних методів сприяє становленню емоційної компетентності, що виступає не лише засобом підвищення академічної успішності, а й важливою умовою формування професійної зрілості майбутнього фахівця. Таким чином, психолого-педагогічні умови розвитку емоційного інтелекту мають реалізовуватися комплексно — через зміст, технології й організацію навчально-виховного процесу, забезпечуючи гармонійне поєднання когнітивного та емоційного складників професійної освіти.

Формування емоційної компетентності у здобувачів вищої освіти вимагає цілеспрямованого використання таких педагогічних технологій і форм навчально-виховної роботи, які активізують емоційно-ціннісну сферу особистості, сприяють розвитку емпатії, саморегуляції та комунікативної культури. Найефективнішими серед них у психолого-педагогічній практиці визнано інтерактивні, тренінгові, рефлексивно-діяльнісні та арт-технології, що забезпечують безпосередню участь студентів у процесі емоційного пізнання та самовираження [3; 4; 7; 10].

Важливе місце посідають *тренінгові технології розвитку емоційного інтелекту*, спрямовані на оволодіння здобувачами навичками розпізнавання власних емоцій, їх регулювання, а також на розвиток емоційної гнучкості у професійних і міжособистісних ситуаціях. Такі тренінги базуються на принципах активного навчання, групової взаємодії та дослідницького підходу до власних переживань, що доведено у працях С. Могилястої, В. Зарицької та М. Кузнецова [1; 3; 4]. Не менш ефективними є *рефлексивно-діяльнісні технології*, які спрямовані на розвиток самосвідомості та здатності до емоційного аналізу власних дій. Вони реалізуються через щоденники емоцій, групові обговорення, психолого-педагогічні колоквиуми, у ході яких здобувачі навчаються усвідомлювати взаємозв'язок між емоційними станами, поведінкою та результатами діяльності [2; 5; 15]. Особливе значення мають *інтерактивні форми навчання* — рольові ігри, дискусії, дебати, аналіз педагогічних ситуацій, метод проєктів. Вони стимулюють емоційну включеність, навчають слухати, аргументовано відстоювати позицію, розвивають комунікативну культуру та емоційну стійкість. Як засвідчують дослідження А. Чалого, участь у таких формах діяльності позитивно впливає на рівень емоційної саморегуляції та загальний психологічний клімат у студентських колективах [5]. Серед інноваційних напрямів окремої уваги заслуговують *арт-терапевтичні технології* (музикотерапія, кольоротерапія, фототерапія, створення асоціативних колажів), які відкривають можливості для невербального вираження емоцій і розвитку емоційної чутливості [9; 10; 13]. Їх поєднання з традиційними формами виховної роботи — кураторськими годинами, тематичними тренінгами, волонтерськими акціями — сприяє формуванню стійких навичок емоційного самоконтролю, гуманістичних цінностей і позитивної мотивації до міжособистісного спілкування [7; 8; 11]. Таким чином, ефективні педагогічні технології формування емоційної компетентності повинні забезпечувати активну емоційну участь студента, створювати умови для безпечного самовираження, самопізнання та співпереживання. Їх поєднання в освітньому процесі сприяє гармонійному розвитку особистості, здатної до усвідомленої емоційної взаємодії, відповідальної поведінки й професійної самореалізації в сучасному соціокультурному просторі. Представимо педагогічні технології та форми навчально-виховної роботи, спрямовані на формування емоційної компетентності здобувачів вищої освіти (Таблиця 2).

Таким чином, використання сучасних педагогічних технологій формування емоційної компетентності передбачає поєднання індивідуально-орієнтованих, інтерактивних і творчих форм роботи, що забезпечують емоційне залучення здобувачів, розвиток саморефлексії, емпатії та комунікативних умінь [3; 4; 7; 9; 10]. Реалізація цих технологій у навчально-виховному процесі сприяє становленню особистості студента як

емоційно зрілого, психологічно стійкого та соціально відповідального фахівця, здатного до ефективної міжособистісної взаємодії й професійного саморозвитку [1–5; 7–15].

Таблиця 2

Ефективні педагогічні технології та форми навчально-виховної роботи, спрямовані на формування емоційної компетентності здобувачів вищої освіти

№	Педагогічна технологія / форма роботи	Зміст і методичні особливості реалізації	Психолого-педагогічний ефект
1	<i>Тренінгові технології розвитку емоційного інтелекту</i>	Проведення тренінгів самопізнання, емоційної саморегуляції, розвитку емпатії та міжособистісного розуміння. Використання методів групової взаємодії, рольових вправ і ситуаційного аналізу.	Формування здатності розпізнавати власні емоції та емоції інших; розвиток емоційної гнучкості та стресостійкості.
2	<i>Рефлексивно-діяльнісні технології</i>	Ведення «щоденників емоцій», самоаналіз переживань, групові обговорення емоційних ситуацій, аналіз результатів власної діяльності.	Підвищення рівня емоційної усвідомленості, розвиток здатності до рефлексії та емоційної саморегуляції.
3	<i>Інтерактивні форми навчання</i>	Рольові ігри, педагогічні ситуації, дебати, симуляційні вправи, дискусії; методи, що забезпечують емоційне залучення студентів.	Розвиток комунікативної культури, уміння висловлювати емоції конструктивно, формування навичок співпраці.
4	<i>Арт-терапевтичні технології</i>	Використання музики, кольору, образотворчих засобів, колажів, фототерапії для вираження внутрішніх станів і почуттів.	Розвиток емоційної чутливості, естетичного сприйняття, навичок невербальної комунікації, зниження емоційного напруження.
5	<i>Технології емоційного коучингу та фасилітації</i>	Індивідуальні або групові консультації, наставництво, фасилітовані обговорення життєвих і навчальних ситуацій.	Розвиток здатності до самоконтролю, самооцінки, формування позитивного мислення й мотивації до саморозвитку.
6	<i>Проектно-командні методи</i>	Створення соціальних і освітніх проєктів, що потребують емоційної залученості, взаємодії, спільного прийняття рішень.	Підвищення рівня емоційної відповідальності, розвиток навичок співробітництва й толерантності.
7	<i>Кураторські години та виховні події емоційного спрямування</i>	Проведення тематичних зустрічей, акцій, тренінгів, спрямованих на усвідомлення цінності емоцій у житті та професії.	Формування морально-емоційної зрілості, розвиток емпатійності, толерантності й альтруїстичних установок.

Розвиток емоційного інтелекту є визначальним чинником успішної соціалізації, академічної результативності та професійної самореалізації здобувачів вищої освіти. У

контексті сучасної парадигми освіти, орієнтованої на компетентнісний підхід, емоційний інтелект розглядається не лише як психологічна властивість, а як базова компетентність, що забезпечує цілісність особистісного й професійного розвитку [7; 9; 10; 14]. Він виступає внутрішнім механізмом гармонізації інтелектуальних і емоційних процесів, сприяючи усвідомленому прийняттю рішень, адекватній самооцінці та налагодженню ефективної взаємодії з соціальним оточенням [12; 13; 15]. У процесі соціалізації емоційний інтелект забезпечує здатність до емпатійного сприйняття, адаптації до різних соціальних ситуацій, розвитку толерантності та моральної відповідальності. Дослідження М. Brackett і Р. Salovey доводять, що високий рівень EI безпосередньо пов'язаний з умінням будувати гармонійні міжособистісні відносини, уникати конфліктів і ефективно долати стресові впливи соціуму [7]. Аналогічно, українські автори, зокрема І. Кірсанов та М. Кузнєцов, підкреслюють, що розвиток емоційного інтелекту формує у студентів внутрішню культуру взаємоповаги, сприяє формуванню зрілої соціальної позиції та позитивного ставлення до колективної діяльності [2; 3].

У сфері академічної результативності емоційний інтелект виступає каталізатором пізнавальної активності, саморегуляції та внутрішньої мотивації до навчання. Згідно з результатами досліджень, проведених у різних країнах, студенти з високим рівнем EI демонструють більш високі показники академічної залученості, кращу концентрацію уваги, гнучкість мислення та здатність долати навчальні труднощі [8; 9; 11; 15]. Вони ефективніше використовують зворотний зв'язок викладачів, легше адаптуються до змін навчального середовища й рідше зазнають емоційного виснаження. Такі здобувачі здатні встановлювати баланс між інтелектуальними досягненнями й емоційною стабільністю, що позитивно впливає на якість навчальних результатів [10; 13]. У професійному вимірі емоційний інтелект виступає показником психологічної зрілості майбутнього фахівця. Він визначає рівень етичної свідомості, комунікативної культури, здатності працювати в команді та приймати відповідальні рішення в умовах стресу. Як зазначають Gole і Hassan, професійна ефективність у сучасних організаціях дедалі більше залежить від уміння керувати емоціями, проявляти лідерство, підтримувати позитивну енергію в колективі [10]. Розвинений EI сприяє професійній адаптації, кар'єрній мобільності та самореалізації, оскільки допомагає фахівцеві зберігати психологічну рівновагу, конструктивно сприймати критику та трансформувати емоційні переживання у мотиваційні ресурси [1; 4; 5; 8]. Отже, емоційний інтелект у сучасній системі вищої освіти є стратегічним ресурсом особистісного та професійного розвитку. Його цілеспрямоване формування забезпечує успішну соціалізацію, високу академічну результативність і конкурентоспроможність майбутніх фахівців на ринку праці. Розвиток EI інтегрує етичні, комунікативні та когнітивні складові професійної компетентності, формуючи гармонійну особистість, здатну діяти ефективно, відповідально й гуманістично у складних соціокультурних умовах сучасного світу [1–5; 7–15].

Інтеграція завдань розвитку емоційного інтелекту в освітній процес вищої школи потребує системного підходу, який передбачає поєднання навчальної, виховної та психологічної роботи. Передусім викладачам доцільно формувати емоційно сприятливий навчальний клімат, у якому студенти відчують безпеку, прийняття й довіру [2; 3; 7; 9]. Це передбачає гуманістичний стиль педагогічної взаємодії, використання діалогічних методів, емпатійного слухання та позитивного підкріплення. Рекомендується включати у зміст занять вправи на усвідомлення й вербалізацію емоцій (аналіз емоційних станів персонажів, професійних ситуацій, дискусії про моральні дилеми тощо). Ефективними є практики короткої емоційної рефлексії наприкінці занять — наприклад, “емоційний чек-ін”, коли студенти коротко визначають свій настрій і причину емоційного стану. Викладачі також можуть використовувати елементи

проектного навчання, у яких здобувачі виконують завдання, що потребують співпраці, емпатії та емоційної гнучкості, наприклад, розроблення соціально корисних ініціатив або створення міждисциплінарних освітніх продуктів [4; 5; 10]. Такі підходи не лише збагачують навчальний зміст, а й формують культуру емоційної взаємоповаги, саморегуляції та моральної відповідальності.

Психологам освітніх закладів рекомендується забезпечити цілеспрямований психолого-педагогічний супровід розвитку емоційного інтелекту студентів і викладачів [1; 8; 11; 15]. Це може включати проведення тренінгів емоційної компетентності, розвиток навичок самопізнання, управління емоціями та профілактику емоційного вигорання. Важливою є співпраця психологів із викладачами для інтеграції елементів емоційної грамотності у навчальні дисципліни — через спеціальні вправи, мінітренінги, спостереження та рефлексивні обговорення у групах. Ефективними формами роботи стають арт-терапевтичні заняття, фасилітовані дискусії, групи психологічної підтримки, які допомагають студентам усвідомлювати власні емоції, розвивати емпатію й позитивне мислення [9; 10; 13]. Крім того, доцільно запроваджувати систему наставництва, у якій викладач або психолог виступає фасилітатором особистісного зростання здобувача. Комплексне впровадження цих рекомендацій сприятиме формуванню емоційно зрілого, психологічно стійкого й соціально адаптованого фахівця, здатного до ефективної взаємодії та гуманістичного професійного лідерства.

Висновки

У ході дослідження з'ясовано, що розвиток емоційного інтелекту є ключовим чинником успішного особистісного та професійного становлення здобувачів вищої освіти. Аналіз наукових джерел і психолого-педагогічних підходів дозволив розкрити сутність цього феномена як інтегративної здатності особистості, що поєднує когнітивні, афективні й соціальні компоненти, забезпечуючи ефективну саморегуляцію, емпатійність і комунікативну гнучкість. Визначено, що саме системне поєднання навчальних, виховних і психологічних засобів створює оптимальні умови для розвитку емоційної компетентності у студентів. Підтверджено, що високий рівень емоційного інтелекту сприяє гармонійному соціальному функціонуванню, підвищує академічну результативність і формує основу для професійної самореалізації. Розроблено комплекс психолого-педагогічних умов і технологій, які забезпечують ефективне формування емоційного інтелекту у закладах вищої освіти. До них належать створення емоційно безпечного освітнього середовища, впровадження інтерактивних і тренінгових технологій, інтеграція емоційного компонента в освітній зміст, підготовка викладачів до емоційно-компетентної взаємодії. Практичні рекомендації для викладачів і психологів спрямовані на розвиток рефлексії, самопізнання, емпатії та емоційної саморегуляції студентів. Перспективи подальших розвідок убачаються у створенні діагностичного інструментарію для оцінювання рівня емоційного інтелекту у майбутніх фахівців, експериментальній перевірці ефективності педагогічних технологій його розвитку, а також у вивченні впливу цифрового освітнього середовища на емоційний розвиток здобувачів вищої освіти.

Список використаних джерел

1. Зарицька, В. В. (2011). Розробка спеціального інструментарію розвитку емоційного інтелекту студентів у навчальному процесі. *Вісник Класичного приватного університету*, 2(40), 91-99. https://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF%2FVKhnpu_psykhol_2011_40_10.pdf&P21DBN=UJRN
2. Кірсанов, І. (2024). Психолого-педагогічні аспекти розвитку емоційного інтелекту. *Теорія і практика управління соціальними системами*, (1), 87–95. <http://tipus.khpi.edu.ua/article/view/340993/329051>

3. Кузнєцов, М. А., & Діомідова, Н. Ю. (2020). Емоційний інтелект як ресурс подолання психоемоційного стану в ситуації іспиту у студентів. *Державний заклад «Дніпровська академія неперервної освіти»*. <https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2020/03/kuznietsov diomidova.pdf>
4. Могиляста, С. М. (2021). *Психолого-педагогічні засоби розвитку емоційного інтелекту старшокласників* [Дисертація кандидата психологічних наук]. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/mogilyasta diser_1616793471.pdf
5. Чалий, А. (2025). Вплив емоційного інтелекту на успішність та психоемоційний стан студентів. *Український журнал освітніх досліджень*, 3(12), 45–58. <https://uej.undip.org.ua/index.php/journal/article/view/821/1002>
6. Чалий, А. (2025). Вплив емоційного інтелекту на успішність та психоемоційний стан студентів. *Український журнал освітніх досліджень*, 3(12), 45–58. <https://uej.undip.org.ua/index.php/journal/article/view/821/1002>
7. Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
8. Falade, J., Adebayo, E. T., Egunranti, B. A., & Fatusi, A. O. (2025). Connecting emotional intelligence with academic performance and family dynamics among fresh undergraduates in a health sciences university: Preliminary findings. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 35(1), 40–50. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v35i1.7>
9. Frontiers in Education. (2025). *Emotional intelligence and academic achievement among undergraduate students: The mediating role of academic engagement*. *Frontiers in Education*, 10(563), Article 1567418. <https://www.frontiersin.org/journals/education/articles/10.3389/feduc.2025.1567418/full>
10. Gole, D., & Hassan, L. (2025). Modelling the impact of emotional intelligence in higher education. *Innovations in Education and Teaching International*, 62(4), 512–528. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14703297.2025.2498529>
11. Kumar, A., & Rahman, F. (2025). Connecting emotional intelligence with academic success among medical undergraduates. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 11837795. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11837795/>
12. Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
13. Mendez, S., & Al Qasimi, R. (2025). An SEM analysis among Northern Emirati university students: Emotional intelligence and academic stress resilience. *Journal of Innovation in Education Sciences*, 12(3), 147–160. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2589791825000052>
14. Petrides, K. V., Mikolajczak, M., Mavroveli, S., Sánchez-Ruiz, M. J., Furnham, A., & Pérez-González, J. C. (2016). Developments in trait emotional intelligence research. *Emotion Review*, 8(4), 335–341. <https://doi.org/10.1177/1754073916650493>
15. Singh, P., & Torres, L. (2025). Emotional intelligence and its relationship with subjective wellbeing and academic achievement in higher education. *Psychology & Education Review*, 98(1), 33–49. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12027890/>