



## ЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ, РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

Морозова-Ларіна Ольга, Супрун Ірина

DOI: 10.37096/SHDISJ-24-1.1-0001

### Анотація

Актуальність. У світлі сучасних викликів, які постають перед українським суспільством, вкрай важливо досліджувати чинники, що сприяють формуванню емоційної стійкості молоді та ефективності навчального процесу в умовах стресу.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження чинників формування емоційного інтелекту та резильєнтності у студентської молоді.

Методологія. Для вирішення окреслених завдань було використано комплекс теоретичних та емпіричних методів наукового дослідження. Теоретичні методи: аналіз, синтез і узагальнення. Емпіричні: анкетування, тестування. Обробку емпіричних показників здійснено з використанням методів описової статистики, кореляційного аналізу за критерієм Пірсона, однофакторного дисперсійного аналізу ANOVA, виявлення статистично значущих відмінностей за U-критерієм Манна-Уїтні та множинного регресійного аналізу за коефіцієнтом регресії.

Результати. Дослідження виявило суттєві особливості розвитку складових емоційного інтелекту молоді. 49,4% студентів мають низький рівень емоційної обізнаності, що впливає на їх адаптацію, а 81,8% – низький рівень управління емоціями, що ускладнює справляння зі стресом. 59,7% респондентів демонструють низьку самомотивацію. Рівень резильєнтності студентів - помірний, у 11,7% респондентів він – нижче середнього, що свідчить про ризик стресових розладів. Виявлено позитивний кореляційний зв'язок між емоційним інтелектом і резильєнтністю, що підтверджує важливість емоційних компетентностей для підтримки життєстійкості студентів.

Дослідження показало, що високий рівень емоційної обізнаності та управління емоціями позитивно корелює з академічними результатами. Однак серед студентів з високою успішністю спостерігається негативна кореляція між емоційною обізнаністю та резильєнтністю, що може свідчити про зниження адаптивності через надмірну саморефлексію.

Отримані результати вказують на необхідність програм психологічної підтримки для розвитку емоційного інтелекту та резильєнтності студентської

молоді, що допоможе студентам краще адаптуватися до стресових умов навчання під час війни.

**Ключові слова:** резильєнтність, емоційний інтелект, емоційна обізнаність, управління емоціями, самомотивація, емпатія, розпізнавання емоцій, академічна успішність.

### Актуальність

Емоційний інтелект (EI) є важливим елементом особистісного зростання та професійної підготовки, що вимагає особливої уваги учасників сучасного навчального процесу та динамічного ринку праці. Він виступає ключовим чинником, що впливає на успішність у різних аспектах життя, включаючи навчання, кар'єру та особисті взаємини. Останніми роками проведено багато досліджень, які демонструють, що високий рівень емоційного інтелекту позитивно впливає на академічні результати та загальну успішність студентів (Mrisho & Mseti, 2024).

Підлітковий період та юність, що охоплюють вікову групу від 10 до 19 років, є критично важливим етапом, сповненим значних фізичних, емоційних і соціальних змін (World Health Organization, 2021). У цей час емоційний інтелект розвивається у тісному зв'язку з розвитком мозку, оскільки кіркові та лімбічні структури стають більш активними, що призводить до значних емоційних коливань (Eiland & Romeo, 2013). За даними Власової О.І., в юності сила збудження ЦНС напряму пов'язана з розвитком диференціації емоцій носія та обернено - з управлінням емоціями. Також статистично підтверджено меншу здатність до управління емоціями у представників із вираженим домінуванням лівої півкулі та невисокими показниками загальної психічної активності (Власової О.І., 2019).

У студентські роки академічні успіхи залежать не лише від знань і навичок, а й від уміння студента управляти власними емоціями, адаптуватися до стресів та ефективно взаємодіяти з однолітками і викладачами. Дослідження свідчать, що студенти з високим EI часто мають такі позитивні якості, як стійкість до стресу, розвинені комунікативні навички, мотивація і саморегуляція (Власова О.І., 2019).

Студенти з розвиненим емоційним інтелектом здатні ефективніше справлятися зі стресом, пов'язаним з навчанням, завдяки навичкам емоційної регуляції, які дозволяють їм зберігати спокій у складних ситуаціях, таких як іспити або важливі проекти (. Високий рівень EI сприяє кращому вирішенню конфліктів, розумінню позицій інших і досягненню компромісів, що є важливим у професійному середовищі, де конфлікти виникають достатньо часто. Люди з розвиненим емоційним інтелектом можуть надихати та мотивувати інших, що робить їх ефективними лідерами, здатними створювати позитивну атмосферу в команді, що сприяє продуктивності та креативності (Mrisho & Mseti, 2024).

Розвинутий емоційний інтелект також підсилює лідерські здібності, впливаючи на поведінку підлітків і юнаків та показники їхнього психічного здоров'я (El-Khodary & Samara, 2019; Lopez-Zafra et al., 2019; Sánchez-Álvarez et al., 2020). Емоційний інтелект людини пов'язаний із здатністю усвідомлювати власні емоції та використовувати це розуміння для поліпшення когнітивних процесів (Mayer,



Roberts, & Barsade, 2008). Відповідно до теорії триумфального мозку, яка розділяє мозок на неокортекс для мислення, середній мозок для емоцій та рептильний стовбур мозку для основних функцій, він об'єднує когнітивні та емоційні аспекти, дозволяючи людям "думати про почуття" і "відчувати про думки", в (Butler, 2008).

На думку дослідників (O'Connor, Ramos-Díaz та ін.) емоційний інтелект є важливим чинником, що впливає на успішність студентів у навчанні та подальшій професійній діяльності. Розвиток емоційного інтелекту має стати важливою складовою навчальних програм підготовки у вищій школі, що сприятиме формуванню компетентних, адаптивних і успішних молодих фахівців. Також важливо для нас існування емпіричних доказів того, емоційний інтелект має сильний зв'язок із резильєнтністю, що динамічно впливає на психічне благополуччя та задоволеність життям людей (O'Connor et al., 2021; Ramos-Díaz et al., 2019).

Резильєнтність визначається як здатність адаптуватися та відновлюватися після труднощів. Це поняття тісно пов'язане з емоційним інтелектом, оскільки люди з високим EI зазвичай виявляють більшу стійкість у стресових ситуаціях (Schneider et al., 2013). Резильєнтність є активним процесом, що передбачає не лише здатність "пережити" труднощі, але й активну участь у відновленні та розвитку після складних обставин. Особи з резильєнтністю мають специфічні навички, які допомагають їм долати стрес і негативні емоції, зберігаючи при цьому оптимістичний погляд на життя (П'янтківська, 2023).

У навчальному контексті резильєнтність дозволяє студентам ефективніше справлятися зі стресом, підтримуючи їхню мотивацію та успішність. У умовах швидких і непередбачуваних змін соціального життя розвиток резильєнтності стає важливою метою для індивідуальної соціалізації громадян і суспільства в цілому. Дослідження Афузової та співавторів (Афузова et al., 2023) підтвердили, що першокурсники, які переживають воєнний стан, мають знижені можливості справлятися зі складними життєвими обставинами. Глибше вивчення "слабких" аспектів резильєнтності українських студентів під час адаптації до навчання у вищих закладах освіти може сприяти розробці ефективних стратегій їх психологічної підтримки в таких складних умовах.

Зв'язок між резильєнтністю та академічною успішністю є актуальною темою в освіті і психології. Основні чинники академічної успішності включають вміння справлятися зі стресом, адаптацію до змін та навички вирішення проблем. Студенти з високою резильєнтністю можуть ефективно справлятися з різними стресовими ситуаціями в навчанні, що позитивно впливає на їхні академічні результати. Як зазначає П'янтківська Л.В. (2023), розвинена резильєнтність включає в себе різноманітні ресурси, що допомагають студентам мобілізуватися в складних умовах, таких як воєнні дії.

Резильєнтність не лише сприяє успішному подоланню освітніх викликів, а й підвищується через досягнення в навчанні. Розуміння цього зв'язку є критично важливим для розробки ефективних стратегій підтримки студентів, що допоможуть формувати резильєнтність і досягати високих академічних результатів.

Отже, метою нашого дослідження стало теоретичне обґрунтування та емпіричний аналіз чинників формування емоційного інтелекту та резильєнтності у студентської молоді. У рамках дослідження передбачалося здійснити теоретичний аналіз формування емоційного інтелекту та резильєнтності, а також емпірично дослідити їх взаємозв'язок і вплив на академічну успішність студентів вищих закладів освіти.

### **Методологія**

Для досягнення поставлених цілей було використано різноманітні теоретичні та емпіричні методи дослідження. Серед теоретичних методів застосовувалися аналіз, синтез і узагальнення, що дозволили оцінити матеріали наукової літератури щодо актуального стану проблеми вивчення.

У рамках емпіричного дослідження було проведено анкетування для збору об'єктивної інформації про учасників та тестування, зокрема використано «Тест на емоційний інтелект» (Тест EQ, Н. Холл) і шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона-10.

У дослідженні взяли участь 75 респондентів: віком від 17 до 19 років. Опитування здійснювалося в онлайн-форматі за допомогою Google Forms, а також шляхом безпосереднього контакту під час психодіагностичних процедур.

Обробка отриманих даних проводилася за допомогою методів математичної статистики, включаючи описову статистику для визначення середнього, медіани та діапазону, частотний аналіз з встановленням відсоткової частоти відносно фактичної кількості, кореляційний аналіз за критерієм Пірсона, однофакторний дисперсійний аналіз ANOVA, а також визначення статистично значущих відмінностей за U-критерієм Манна-Уїтні і множинний регресійний аналіз.

### **Результати**

Під час аналізу були виявлені різні аспекти розвитку емоційного інтелекту студентів, які узагальнено представлені в таблиці 1 (див. Табл. 1).

Середнє значення показника «Емоційна обізнаність» вказує на те, що більшість учасників мають добре розвинену здатність усвідомлювати свої емоції. Проте значне стандартне відхилення свідчить про варіативність результатів, де мінімальне значення свідчить про негативну самооцінку в деяких студентів, а максимальне – про високий рівень обізнаності у інших.

Щодо змінної «Управління емоціями», результати показали, що багато студентів стикаються з труднощами в контролі своїх емоцій. Стандартне відхилення підтверджує значну розбіжність у даних: мінімальне значення вказує на низький рівень управління емоціями в частини респондентів, в той час як максимальне значення свідчить про хороші навички контролю емоцій у інших.



Таблиця 1. Парціалні та інтегративні показники емоційного інтелекту студентів

Змінні	Сердн	Медіана	Стандартне відхилення	Мін.	Макс.
Емоційна обізнаність	7,82	8	5,47	-7	18
Управління емоціями	0,43	-1	8,33	-16	18
Самомотивація	6,25	5	6,2	-9	17
Емпатія	7,82	8	6,31	-10	18
Розпізнавання емоцій	6,81	7	6,88	-12	18
Емоційний інтелект	28,44	26,5	24,81	-39	80

Аналіз змінної «Самомотивація» показав середнє значення 6,25 та медіану 5, що вказує на помірний рівень мотивації серед студентів. Проте стандартне відхилення 6,2 свідчить про значну варіативність: мінімальне значення -9 демонструє відсутність мотивації у деяких, а максимальне значення 17 свідчить про високу мотивацію досягати цілей.

Щодо емпатії, середнє значення склало 7,82 з медіаною 8, що вказує на помірну здатність розуміти та співчувати іншим. Проте стандартне відхилення 6,31 свідчить про істотні відмінності по вибірці: одні студенти мають дуже низький рівень емпатії, в той час як інші демонструють високі здібності за цим показником.

Здатність «Розпізнавати емоції» мала середнє значення 6,81 та медіану 7, що свідчить про достатньо розвинуту здатність інтерпретувати емоції у більшості студентів. Але стандартне відхилення 6,88 показує значну варіативність: деякі студенти мають труднощі в розпізнаванні емоцій, тоді як інші демонструють високі навички.

Загальний рівень емоційного інтелекту студентів оцінюється в середньому на 28,44 з медіаною 26,5, що вказує на помірний рівень цього показника у вибірці. Проте стандартне відхилення 24,81 свідчить про великий розкид значень: мінімум -39 вказує на серйозні проблеми з емоційним інтелектом у частини студентів, тоді як максимум 80 свідчить про дуже високий рівень розвитку емоційного інтелекту у інших учасників дослідження.

Далі проаналізуємо розподіл вибірки за рівнем розвитку складових емоційного інтелекту студентів (емоційної обізнаності, управління емоціями, самомотивацією, емпатією, розпізнаванням емоцій) та його інтегрального показника.

Відповідно до отриманих результатів, 49,4% студентів демонструють низький рівень емоційної обізнаності, що свідчить про те, що майже половина учасників

має труднощі в усвідомленні своїх емоцій. Це може негативно впливати на їхню здатність адекватно реагувати на стресові ситуації або підтримувати здорові міжособистісні зв'язки. У той же час, 36,4% студентів мають середній рівень емоційної обізнаності, що вказує на помірний розвиток цієї навички, тоді як лише 14,2% демонструють високий рівень, свідчачи про значну саморефлексію та здатність розпізнавати свої емоції.

Аналіз управління емоціями виявив ще більший дисбаланс: 81,8% студентів мають низький рівень цього показника, що є тривожним, оскільки свідчить про невміння ефективно контролювати свої емоції в стресових або конфліктних ситуаціях. Низький рівень самоконтролю може негативно вплинути на їх навчання та соціальну адаптацію. Лише 10,4% мають середній рівень управління емоціями, а лише 7,8% демонструють високі навички в цій сфері.

Щодо самомотивації, також спостерігається переважно низький рівень. Близько 59,7% студентів мають низький рівень самомотивації, що може свідчити про відсутність внутрішніх стимулів для досягнення цілей, що негативно позначається на їхній академічній успішності. 28,6% мають середній рівень мотивації, що вказує на певну активність, але з можливими коливаннями. Високий рівень самомотивації спостерігається лише у 11,7% студентів, що свідчить про чіткі цілі та сильну внутрішню мотивацію.

Емпатія, як ще один важливий компонент емоційного інтелекту, також має значну варіативність. 44,2% студентів демонструють низький рівень емпатії, що може свідчити про труднощі у налагодженні соціальних зв'язків. Середній рівень емпатії виявлено у 37,7% респондентів, що свідчить про помірну здатність розуміти інших, але з можливими труднощами в складних соціальних ситуаціях. Лише 18,2% мають високий рівень емпатії, що свідчить про їхню здатність глибоко розуміти почуття інших.

Відносно здатності до розпізнавання емоцій, 57,1% студентів мають низький рівень цієї навички, що може свідчити про труднощі в інтерпретації емоційних сигналів від оточуючих. Середній рівень розпізнавання емоцій спостерігається у 29,9% учасників, що вказує на деякі можливості в цій сфері, хоча й з обмеженнями. Високий рівень цієї навички мають 13% студентів, що свідчить про їхню здатність адекватно реагувати на емоції інших.

Загальний рівень емоційного інтелекту у більшості студентів виявився низьким (67,5%), що свідчить про недостатній розвиток у них ключових навичок для ефективної взаємодії як із власними емоціями, так і з емоціями оточуючих. 28,6% студентів мають середній рівень емоційного інтелекту, що свідчить про наявність базових навичок, які можуть бути розвинені далі. Лише 3,9% демонструють високий рівень, що є показником їхньої здатності ефективно управляти емоціями, мотивувати себе та взаємодіяти з іншими на продуктивному рівні.

З метою визначення взаємозв'язку емоційного інтелекту, резильєнтності та академічної успішності студентів було проведено групування показників успішності навчання учасників дослідження у три групи за результатами першої (і єдиної на



той момент) сесії у ЗВО. Усі респонденти за результатами академічної успішності були розподілені на категорії «відмінно», «добре» та «задовільно», після чого за допомогою однофакторного дисперсійного аналізу було проведено порівняння особливостей показників емоційного інтелекту створених груп. В результаті такої статистичної процедури істотні відмінності для кожної з трьох груп було виявлено за показником емоційної обізнаності (див. таблицю 2). Обговоримо їх докладніше.

Отримані результати свідчать про те, що рівень емоційної обізнаності студентів, тобто їхня здатність розпізнавати та розуміти власні емоції, може суттєво впливати на академічні успіхи. Студенти, які отримали «відмінно», продемонстрували найвищий рівень емоційної обізнаності з середнім значенням 12,60. Це вказує на тісний зв'язок між високою здатністю усвідомлювати свої емоції та досягненням високих академічних результатів. Така емоційна компетентність допомагає їм ефективно справлятися з навчальним стресом, підтримувати високу мотивацію та зосередженість, що, в свою чергу, сприяє успішності в навчанні.

Таблиця 2. Результати порівняння емоційної обізнаності залежно від успішності (ANOVA)

Змінні	p-значущість ANOVA	Емоційна обізнаність
Задовільно	0,008	7,02*
Добре		8,70
Відмінно		12,60*

Примітка: «\*» - статистично значуща відмінність за post-hoc тестом. ( $p < 0,05$ )

Натомість студенти з оцінкою «задовільно» показали помітно нижчий рівень емоційної обізнаності – середнє значення становило лише 7,02. Це значення статистично суттєво нижче, ніж у студентів, які отримали «відмінно» ( $p = 0,014$ ). Ця різниця може вказувати на те, що недостатнє розуміння та контроль над своїми емоціями заважає досягненню високих результатів. Студенти з низьким рівнем емоційної обізнаності, ймовірно, частіше стикаються з труднощами в управлінні стресом, що негативно позначається на їхній здатності зосередитися на навчанні та виконувати завдання на високому рівні.

Студенти, які отримали оцінку «добре», продемонстрували середній рівень емоційної обізнаності на рівні 8,70. Хоча цей показник вищий, ніж у студентів з оцінкою «задовільно», він все ще нижчий за результати студентів з «відмінно». Це може свідчити про те, що певний рівень емоційної обізнаності вже дозволяє носію досягати хороших навчальних результатів, проте для досягнення найвищих оцінок потрібен ще вищий рівень цієї компетентності.

Аналіз результатів за методикою «Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10» надав важливу інформацію про рівень резильєнтності студентів, відображаючи їхню здатність адаптуватися до стресових ситуацій та подолати труднощі (див. таблицю 3).

Таблиця 3. Резильєнтність студентів, які прийняли участь в дослідженні за методикою Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10

Змінні	Середнє	Медіана	Стандартне відхилення	Мін.	Макс.
Резильєнтність	24,6	24	5,79	9	39

Середнє значення резильєнтності склало 24,6, що вказує на загалом помірний рівень стійкості серед учасників дослідження. Медіана, що дорівнює 24, свідчить про те, що половина студентів має резильєнтність на помірному рівні або трохи вище цього значення, підкреслюючи їхню стабільність у подоланні викликів. Однак стандартне відхилення, яке становить 5,79, вказує на певну варіативність результатів, що свідчить про різні рівні резильєнтності серед студентів. Мінімальне значення резильєнтності в 9 балів вказує на те, що деякі студенти мають серйозні труднощі в адаптації та стійкості до стресу, тоді як максимальне значення в 39 балів свідчить про виняткові здібності деяких студентів до резильєнтності.

Розподіл вибірки за рівнем резильєнтності виявив, що більшість студентів мають середній або вище середнього рівень життєстійкості (див. рис. 1). Зокрема, 36,4% студентів мають середній рівень резильєнтності, що означає, що вони здатні помірно ефективно справлятися з труднощами, хоча можуть потребувати підтримки в особливо складних ситуаціях. Ще 31,2% студентів демонструють рівень резильєнтності вище середнього, що вказує на їхню здатність досить добре адаптуватися до стресових умов, таких як навчання під час війни. Такі студенти, швидше за все, мають внутрішні ресурси, які дозволяють їм ефективно протистояти викликам.

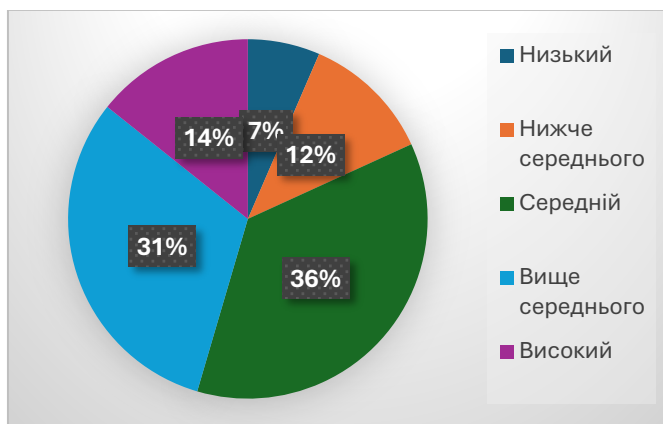


Рис. 2. Розподіл вибірки за рівнем резильєнтності



Важливим результатом є те, що 14,3% студентів мають високий рівень резильєнтності, що свідчить про їхню виняткову здатність до швидкої адаптації та стійкості перед стресовими факторами. Це може бути результатом як внутрішніх психологічних характеристик, так і зовнішньої підтримки, яку вони отримують. Однак, варто звернути увагу і на той факт, що 11,7% студентів мають рівень резильєнтності нижче середнього, що може вказувати на потенційні труднощі в подоланні стресу та потребу в додатковій психологічній підтримці або розвитку навичок стрес-менеджменту.

Ще більш критичною є ситуація для 6,5% студентів, які мають низький рівень резильєнтності, що свідчить про їх значні проблеми з адаптацією та високий ризик розвитку стресових розладів. Ця група вибірки потребує особливої уваги, оскільки їхня здатність до подолання труднощів є значно обмеженою.

Цікаві результати щодо взаємозв'язку емоційного інтелекту та резильєнтності були отримані серед студентів з найвищими академічними досягненнями (див.таблицю 4).

У цій групі було виявлено негативну кореляцію між емоційною обізнаністю та резильєнтністю ( $r=-0,666$ ). Це може свідчити про те, що для найуспішніших студентів надмірна саморефлексія та глибоке усвідомлення своїх емоцій можуть зменшувати їхню здатність до адаптації, ймовірно, через підвищену чутливість до стресових чинників.

Таблиця 4. Зв'язок емоційного інтелекту з резильєнтністю залежно від успішності студентів (для респондентів з категорії «Відмінно»)

Змінні	Резильєнтність
Емоційна обізнаність	-0,666*
Управління емоціями	0,249
Самомотивація	0,519*
Емпатія	0,136
Розпізнавання емоцій	-0,174
Емоційний інтелект	0,248

Примітка: «\*» -статистична значущість на рівні  $p<0,05$ .

Студенти, які отримали оцінку «добре», демонстрували іншу картину у взаємозв'язках між емоційним інтелектом і резильєнтністю (див. таблицю 5).

У цій групі управління емоціями ( $r=0,643$ ) та самомотивація ( $r=0,600$ ) виявилися найсильнішими факторами, що позитивно впливають на резильєнтність. Це вказує на те, що для цих студентів важливими є здатність до саморегуляції та підтримки мотивації в стресових ситуаціях. Емпатія також показала позитивний зв'язок із резильєнтністю ( $r=0,455$ ), що підкреслює значення соціальної підтримки

та розуміння у подоланні труднощів. Варто зазначити, що загальний рівень емоційного інтелекту ( $r=0,649$ ) виявився сильним показником резильєнтності у студентів цієї категорії.

Таблиця 5. Зв'язок емоційного інтелекту з резильєнтністю залежно від успішності студентів (для респондентів з категорії «Добре»)

Змінні	Резильєнтність
Емоційна обізнаність	0,293
Управління емоціями	0,643*
Самомотивація	0,600*
Емпатія	0,455*
Розпізнавання емоцій	0,292
Емоційний інтелект	0,649*

Примітка: «\*» -статистична значущість на рівні  $p<0,05$ .

Нарешті, серед студентів, які отримали оцінку «задовільно», найбільш сильним був позитивний зв'язок ( $r=0,633$ ) між управлінням емоціями та резильєнтністю (див. табл. 6). Це свідчить про те, що для тих, хто має нижчі академічні досягнення, здатність контролювати свої емоції є найважливішим чинником, який допомагає їм залишатися стійкими перед труднощами. Крім цього, самомотивація також виявилася важливим чинником ( $r=0,499$ ), що підкреслює значення внутрішнього стимулу та цілеспрямованості для підтримки резильєнтності учасників цієї групи.

Таблиця 6. Зв'язок емоційного інтелекту з резильєнтністю залежно від успішності студентів (для респондентів з категорії «Задовільно»)

Змінні	Резильєнтність
Емоційна обізнаність	0,349*
Управління емоціями	0,633*
Самомотивація	0,499*
Емпатія	0,095
Розпізнавання емоцій	0,185
Емоційний інтелект	0,455*

Примітка: «\*» -статистична значущість на рівні  $p<0,05$ .

Емоційна обізнаність ( $r=0,349$ ) та загальний рівень емоційного інтелекту ( $r=0,455$ ) також позитивно пов'язані з резильєнтністю таких студентів, акцентуючи



увагу на важливості саморефлексії та усвідомлення власних емоцій для підтримки психологічної стійкості досліджених студентів.

### Дискусія

У чинному дослідженні ми виявили значущий зв'язок між емоційним інтелектом (EI) та резильєнтністю серед студентів, що підтверджується роботами Kukreja та співавторів (2024), які досліджували емоційну стійкість у контексті отримання візи EB1A. Ці автори підкреслюють важливість емоційного інтелекту та мотивації як ключових факторів для подолання складнощів. Здійснене дослідження показало, що студенти з високими показниками емоційного інтелекту, особливо в аспектах управління емоціями та самомотивації, демонструють вищу резильєнтність.

Також зазначимо, що аналіз ментальних факторів елітних спортсменів, проведений Fletcher і Sarkar (2012), свідчить про те, що позитивний погляд і самостійна мотивація є захисними елементами в стресових умовах. У нашому дослідженні аналогічні результати спостерігались серед студентів, де управління емоціями і самомотивація виявилися основними особистісними чинниками, що впливають на їхню здатність до адаптації.

В робота McLin (2003) продемонстровано, що високі оцінки EI, надані викладачами, позитивно корелюють із самооцінками студентів. Це узгоджується з нашими статистичними здобутками, які показали, що емоційна обізнаність як розуміння соціального змісту емоційних переживань учасниками дослідження має вирішальний вплив на їх академічні досягнення. Студенти з оцінкою «відмінно» виявили найвищі показники емоційної обізнаності, що підкреслює їхню здатність адекватно розуміти емоційний контекст освітньої взаємодії та власної учбової діяльності під час навчання.

Згідно з дослідженням Malakar (2019), зв'язок між EI і академічними досягненнями виявив суттєві відмінності у студентів з високим і низьким рівнями тривоги. Ми спостерігали подібні тенденції: студенти з низьким рівнем EI частіше демонструють труднощі в управлінні стресом, що впливає на їх успішність.

Дослідження Stankovska та ін. (2018) підкреслює, що студенти з високими оцінками EI досягають кращих навчальних результатів, оскільки їхня здатність до саморегуляції та адаптації до стресових ситуацій є ключовою. Результати Rauf та співавторів (2024) підтверджують позитивний зв'язок між EI і академічною успішністю, що також відображено у статистичних результатах, отриманих на нашій вибірці.

Нарешті, дослідження Афузової та співавторів (2023) показало, що студенти в умовах воєнного стану з високою резильєнтністю здатні ефективно справлятися з навчальним стресом. Це узгоджується з основним висновком нашого дослідження

про те, що розвинений емоційний інтелект є критичним для підтримки життєстійкості студентської молоді у військовий час.

Безперечно цікавим результатом чинного дослідження є виявлений зв'язок між емоційною обізнаністю студентів з оцінками «відмінно» та їх резильєнтністю. Негативна кореляція між цими показниками ( $r=-0,666$ ) свідчить про те, що надмірна саморефлексія успішних студентів може знижувати їх адаптацію до стресу, що з необхідністю потребує розробки засобів психоедукації для розвитку емоційного самомоніторингу таких осіб та підкреслює важливість подальших досліджень для розуміння, як різні компоненти EI впливають на резильєнтність у різних контекстах.

Загалом, результати вказують на те, що розвиток емоційного інтелекту, зокрема в аспектах управління емоціями, самомотивації та емпатії, може стати важливим чинником для підвищення резильєнтності та академічних успіхів студентів. Розуміння цих зв'язків є важливим для створення програм підтримки, що сприятимуть розвитку EI та резильєнтності в навчальному процесі сучасного ЗВО.

### Висновки

Дослідження зв'язку емоційного інтелекту, резильєнтності та успішності студентів закладів вищої освіти в умовах повномасштабної війни в Україні виявило значні особливості розвитку порціяльних складових емоційного інтелекту. Середне значення емоційної обізнаності, управління емоціями, самомотивації, емпатії та розпізнавання емоцій свідчить про наявність як розвинених, так і недостатніх емоційно-інтелектуальних вмінь серед студентів. Дослідженням встановлено, що практично половина студентів (49,4%) демонструють низький рівень емоційної обізнаності, що може негативно впливати на їхнє навчання та адаптацію.

Аналіз управління емоціями показав, що 81,8% українських студентів мають низький рівень цього компонента, що є критичним для їхньої здатності справлятися зі стресом. Самомотивація також потребує уваги, оскільки 59,7% респондентів продемонстрували низький рівень мотивації до досягнення цілей. Емпатія і здатність до розпізнавання емоцій виявили значну варіативність, підкреслюючи потребу в розвитку цих навичок для поліпшення міжособистісних відносин.

Дослідженням виявлено переважно середній рівень резильєнтності студентів, але 11,7% мали резильєнтність нижче середньої, що вказує на ризик розвитку у них стресових розладів. Статистично підтверджений позитивний зв'язок між емоційним інтелектом і резильєнтністю, залежно від успішності навчання досліджених осіб, підтверджує важливість розвитку емоційних компетентностей для підтримки життєстійкості студентів.

Здійснене дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту, резильєнтності та успішності студентів в умовах повномасштабної війни в Україні продемонструвало, що ці психологічні феномени є взаємопов'язаними і суттєво впливають один на одного. Виявлено, що високий рівень емоційної обізнаності та управління



емоціями позитивно корелює з академічною успішністю студентів. Студенти, які отримують оцінки «відмінно», продемонстрували вдослідженні значно вищі показники емоційної обізнаності, що вказує на те, що здатність розпізнавати та усвідомлювати власні емоції сприяє їхньому успіху в навчанні. Водночас студенти з низькими оцінками часто мали значні труднощі в управлінні власними емоціями, що перешкоджало їхньому навчальному процесу.

Резильєнтність також виявилась важливим чинником успішності студентів. Отримані позитивні кореляції між резильєнтністю та компонентами емоційного інтелекту, такими як самомотивація та емпатія, підтверджують, що здатність адаптуватись до стресових ситуацій і зберігати мотивацію є критичними для досягнення високих результатів.

Особливо цікаво, що серед студентів з високою успішністю спостерігається негативна кореляція між емоційною обізнаністю та резильєнтністю, тоді як для студентів із середньою та низькою успішністю управління емоціями та самомотивація мали позитивний вплив на їхню резильєнтність. Виявлені відмінності можуть свідчити про те, що надмірна саморефлексія може знижувати адаптивність молоді людини у стресових ситуаціях.

Отже, результати дослідження підтверджують важливість розвитку емоційного інтелекту та резильєнтності для покращення академічної успішності студентів. Отримані дані свідчать про необхідність впровадження програм психологічної підтримки та психологічної допомоги, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту і резильєнтності молоді, що у свою чергу, позитивно вплине на академічну успішність студентів. Пріоритетом має бути підтримка студентів у формуванні емоційних вмінь і навичок, що дозволить їм краще адаптуватися до стресових умов навчання під час війни.

### Список використаних джерел

- Афузова, Г., Найдьонова, Г., & Кротенко, В. (2023). A study of Ukrainian first-year students' resilience at the stage of adaptation to training and professional activities under martial law. *Порівняльно-педагогічні студії*, 1(45), 4–12. <https://doi.org/10.31499/2306-5532.1.2023.288413>
- Власова, О. І. (2019). Методичний інструмент дослідження потенціалу емоційних здібностей людини. У кн. *Психологія розвитку соціальних здібностей особистості в онтогенезі (повний онтогенез): наукова монографія*. - Канада. Гамільтон. С 114-116.
- Гоулман Д. *Емоційний інтелект* (пер. з англ. С– Л. Гумецької). Х.: Віват, 2018. 512 с.
- Ір'янова, Т. С., Ляшенко, К. І. (2023) *Розвиток емоційного інтелекту в процесі формування особистості здобувача освіти. Наука і молодь у XXI сторіччі : збірник матеріалів IX Міжнародної молодіжної науково-практичної*

- інтернетконференції (м. Полтава, 30 листопада 2023 року). – Полтава :ПУЕТ, 2023. с 613-615.
- Мафтин Л. (2021). Емоційний інтелект і його розвиток у майбутніх педагогів: зарубіжний та вітчизняний досвід. Розвиток освітніх систем в умовах євроінтеграційних трансформацій: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, м. Чернівці, 26-27 травня 2021 року / за наук. ред. д. пед. наук С.З. Романюк. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т. с 220-222.
- П'янківська, Л. В. (2023). Особливості прояву резильєнтності у студентів в умовах воєнного часу. Перспективи та інновації науки, (10(28), 623–633. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-623-633](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-623-633)
- Eiland, L., & Romeo, R. D. (2013). Stress and the developing adolescent brain. *Neuroscience*, 249, 162–171.
- El-Khodary, B., & Samara, M. (2019). The mediating role of trait emotional intelligence, prosocial behaviour, parental support and parental psychological control on the relationship between war trauma, PTSD and depression. *Journal of Research in Personality*, 81, 246–256.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.04.007>
- Kukreja, P., Das, S., & Balsara, K. (2024). Emotional intelligence and resilience: Key determinants of success in high-stakes scenarios. *European Journal of Biomedical*, 11(3), 275-284.
- Lopez-Zafra, E., Ramos-Álvarez, M. M., El Ghoudani, K., Luque-Reca, O., Augusto-Landa, J. M., Zarhouch, B., et al. (2019). Social support and emotional intelligence as protective resources for well-being in Moroccan adolescents. *Frontiers in Psychology*, 10, 1529. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01529>
- Malakar, P. (2019). Test anxiety, academic achievement and relationship between general intelligence and emotional intelligence in adolescence. Conference paper. <https://doi.org/10.33422/6th.icrbs.2019.07.431>
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Reviews*, 10. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>
- McLin, A. Jr. (2003). Emotional management: Accessing student behavior. Arkansas State University, Mid-South Educational Research Association.
- Mrisho, D. H., & Mseti, S. (2024). Emotional intelligence: Concept, theoretical perspectives and its relevance on job performance. *East African Journal of Interdisciplinary Studies*, 7(1), 28-37. <https://doi.org/10.37284/eajis.7.1.1817>
- O'Connor, M., O'Reilly, G., Murphy, E., Connaughton, L., Hctor, E., & McHugh, L. (2021). Resilience mediates the cross-sectional relationship between mindfulness and positive mental health in early adolescence. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 21, 171–175.



- Ramos-Díaz, E., Rodríguez-Fernández, A., Axpe, I., & Ferrara, M. (2019). Perceived emotional intelligence and life satisfaction among adolescent students: The mediating role of resilience. *Journal of Happiness Studies*, 1, 20.
- Rauf, K., & Iqbal, N. (2024). Exploring the relationship between test anxiety, emotional intelligence and academic performance among university students. *Journal of Education and Educational Development*, 11(1), 119-141.
- Sánchez-Álvarez, N., Berrios Martos, M. P., & Extremera, N. (2020). A meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and academic performance in secondary education: A multi-stream comparison. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 1517. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01517>
- Schneider, T. R., Lyons, J. B., & Khazon, S. (2013). Emotional intelligence and resilience. *Personality and Individual Differences*. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.07.460>
- Stankovska, G., Dimitrovski, D., Angelkoska, S., Ibraimi, Z., & Uka, V. (2018). Emotional intelligence, test anxiety and academic stress among university students. *BCES Conference Books*, 2018, Volume 16. Sofia: Bulgarian Comparative.
- World Health Organization. (2021). Mental health of adolescents. <https://www.knowledge-action-portal.com/en/content/mental-health-adolescents>

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE, RESILIENCE AND  
ACADEMIC SUCCESS OF HIGHER EDUCATION STUDENTS DURING THE  
FULL-SCALE WAR IN UKRAINE

Morozova-Larina Olha, Suprun Iryna  
DOI: 10.37096/SHDISJ-24-1.1-0001

Abstract

Relevance. In light of the contemporary challenges confronting Ukrainian society, it is extremely important to study the factors that contribute to the development of emotional resilience and the effectiveness of the educational process under stress conditions.

The purpose of the study was the theoretical substantiation and empirical investigation of the factors influencing the formation of emotional intelligence and resilience among university students.

Methodology. To address the outlined objectives, a comprehensive set of theoretical and empirical scientific research methods was used. Theoretical methods: analysis, synthesis, and generalization. Empirical methods: surveys and testing were conducted. The processing of empirical data was performed using methods of mathematical statistics: descriptive statistics, correlation analysis using Pearson's correlation coefficient, one-way ANOVA, identification of statistically significant differences using the Mann-Whitney U-test, and multiple regression analysis based on the regression coefficient.

Results. 49.4% of students have a low level of emotional awareness, which affects

their adaptation, and 81.8% show a low level of emotion management, complicating stress coping. Furthermore, 59.7% of respondents demonstrate low self-motivation. Students' resilience levels are assessed as moderate, with 11.7% of respondents showing resilience below the average level, indicating a risk of stress disorders. A positive correlation between emotional intelligence and resilience was identified, confirming the importance of emotional competencies for success. A high level of emotional awareness and emotion management positively correlates with academic performance. However, among students with high academic achievement, a negative correlation between emotional awareness and resilience was observed, suggesting a potential decrease in adaptability due to excessive self-reflection.

Conclusion. The results emphasize the need for psychological support programs aimed at developing emotional intelligence and resilience, which would help students better adapt to stressful educational conditions during the war.

Keywords: emotional intelligence, resilience, emotional awareness, emotion management, self-motivation, empathy, emotion recognition, academic achievement.

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Морозова-Ларіна Ольга

Канд. психол. н., доц.

Доц. кафедри психодіагностики та клінічної психології

Київський Національний університет імені Тараса Шевченка

Київ, Україна

ORCID: [0000-0002-6257-1816](https://orcid.org/0000-0002-6257-1816)

E-mail: morozovalarina@knu.ua

Супрун Ірина

Студентка магістратури факультету психології

Київський Національний університет імені Тараса Шевченка

Київ, Україна

ORCID: [0000-0001-8105-1923](https://orcid.org/0000-0001-8105-1923)

E-mail: Iryna\_suprun@ukr.net

#### AUTHORS INFORMATION

Morozova-Larina Olha

PhD of Psychology, Assoc. Prof.

Psychodiagnostics and Clinical Psychology Department

Taras Shevchenko National University of Kyiv

Kyiv, Ukraine

ORCID: [0000-0002-6257-1816](https://orcid.org/0000-0002-6257-1816)

E-mail: morozovalarina@knu.ua

Suprun Iryna

Master's student



Taras Shevchenko National University of Kyiv

Kyiv, Ukraine

ORCID: [0000-0001-8105-1923](https://orcid.org/0000-0001-8105-1923)

E-mail: [Iryna\\_suprun@ukr.net](mailto:Iryna_suprun@ukr.net)

Відмова від відповідальності: автори заявляють, що їхні думки та погляди, висловлені в цьому рукописі, вільні від будь-якого впливу будь-яких організацій.

ПРО ЦЮ СТАТТЮ

Цитуйте цю статтю

Морозова-Ларіна Ольга, Супрун Ірина ЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ, РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ 2024 Socialization & Human Development journal 1. DOI: 10.37096/SHDISJ-24-1.1-0001

Submitted on 12 Aug 2024 / Revised 17 Oct 2024 / Approved 1 Nov 2024

Published: 31 Dec 2024

DOI: 10.37096/SHDISJ-24-1.1-0001

Відповідальний редактор -Ярослав РЯБЧИЧ

ПРАВА ТА ДОЗВОЛИ

Copyright: © 2024 Морозова-Ларіна Ольга, Супрун Ірина. Ця стаття відкритого доступу, яка розповсюджується відповідно до ліцензії [Creative Commons Attribution License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), (CC BY 4.0), яка дозволяє необмежене використання, розповсюдження та відтворення на будь-якому носії за умови вказівки автора та джерела.