

УДК 159.9

DOI: 10.15421/103009

Ткаченко Н. В.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри загальної та соціальної психології

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

ORCID ID: 0000-0001-5232-4339

tkachenko_n.v@ukr.net

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ З РІЗНИМИ РІВНЯМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ЧИННИКИ ЇХ СОЦІАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

PSYCHOLOGICAL PECULARITIES OF THE COPING STRATEGIES OF HIGHER EDUCATION STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AS FACTORS OF THEIR SOCIAL WELL- BEING

Анотація. У статті розкрито науково-психологічні уявлення про копінг-стратегії та емоційний інтелект. Обґрунтовано результати емпіричного дослідження щодо чинників соціального благополуччя, а саме, психологічних особливостей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту. Також у статті проаналізовано актуальність означеної теми, представлено об'єкт, предмет, мету та гіпотези наукового дослідження.

Обґрунтовано теоретичні, емпіричні та математичні методи дослідження. Що стосується теоретичних методів дослідження, то вони представлені методами логіко-психологічного аналізу – класифікація, систематизація, порівняння та узагальнення; емпіричні методи роботи реалізувалися через метод опитування, який здійснювався за допомогою психодіагностичних засобів; математичні методи дослідження представлені критерієм кутового перетворення Фішера та критерієм U-Манна-Уїтні.

За допомогою таких математично-статистичних методів як U-Манна-Уїтні та ф критерію кутового перетворення Фішера встановлено чинники соціального благополуччя у здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, а саме, психологічні особливості їх копінг-стратегій.

В результаті проведеного емпіричного дослідження з'ясувалося, що здобувачі вищої освіти з високим чи середнім рівнями емоційного інтелекту демонструють продуктивні копінг стратегії, порівняно зі здобувачами вищої освіти з низьким рівнем емоційного інтелекту, які використовують непродуктивні копінг-стратегії; здобувачі вищої освіти з низьким рівнем показника «Контроль експресії» демонструють високий ступінь прояву таких копінг-стратегій, як «Втеча-уникнення», порівняно зі здобувачами вищої освіти з високим та середнім рівнями показника «Контроль експресії», які траншують таку копінг-стратегію як «Планування вирішення проблеми»; здобувачі вищої освіти з високим рівнем показника «Розуміння своїх емоцій» демонструють низький ступінь прояву копінг-стратегії «Самоконтроль», на відміну від здобувачів вищої освіти з низьким ступенем показника «Розуміння своїх емоцій», які мають високий рівень прояву такої копінг-стратегії, як «Пошук соціальної підтримки».

Представлено теоретико-методологічну основу дослідження щодо чинників соціального благополуччя здобувачів вищої освіти, а саме, психологічних особливостей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту.

Ключові слова: копінг-стратегії, емоційний інтелект, здобувачі вищої освіти, психологічні особливості, методи дослідження.

Abstract. The article reveals review of Ukrainian and foreign sources of the actuality of the problem of psychological features of coping strategies of higher education students with different levels of emotional intelligence. The expediency of using psychodiagnostic tools for the study of the psychological characteristics of coping strategies of higher education applicants with different levels of emotional intelligence is substantiated, and the results of the empirical study are mathematically and statistically processed, namely, differences between groups are determined using the ϕ^* Fisher's angular transformation criterion and the U-Mann-Whitney criterion. The empirical evidence is presented that higher education students with high or medium levels of emotional intelligence use productive coping strategies, in contrast to higher education students with very low levels of emotional intelligence who choose unproductive coping strategies; higher education students with a low level of such an indicator of emotional intelligence as «Control of Expression» have a high level of manifestation of such a coping strategy as «Escape-Avoidance», in contrast to higher education students with high or medium levels of the indicator of emotional intelligence «Control of Expression» who use the coping strategy «Problem Solving Planning»; higher education applicants with very high or high levels of the emotional

intelligence indicator «Understanding their emotions» have a low level of manifestation of the coping strategy «Self-control», in contrast to higher education applicants with a very low level of the emotional intelligence indicator «Understanding their emotions», who have a high level of manifestation of the coping strategy «Seeking social support». The article proves that it is important to take into account coping strategies and emotional intelligence in the work of psychologists in psychodiagnostics, counselling and psychological support of higher education students.

Key words: coping strategies, emotional intelligence, higher education students, psychological characteristics, research methods.

Постановка проблеми. В сучасних умовах життя відчуття стресу стає розповсюдженою проблемою серед населення, в тому числі серед молоді. Тож, питання психологічного благополуччя та здоров'я здобувачів вищої освіти є актуальним. Здобування освіти в закладах вищої освіти для здобувачів вищої освіти це період інтенсивного академічного навантаження, побудова нових соціальних контактів та взаємодії, а також – це період переходу до самостійного життя. Саме тому виникає потреба в розвитку копінг-стратегій, які допомагають здобувачам вищої освіти ефективно впоратися з купою стресових ситуацій, що виникають в освітньому процесі. Проте, на сьогодні, здобувачі вищої освіти, окрім стресу, що виникає під час навчання, зіштовхуються з більш стресогенною ситуацією, коли необхідно переривати навчання від звуку сирени, приходити на заняття після нічного ракетного обстрілу тощо. Це є та життєва ситуація, яка викликає значний стрес, а до цього ще додаються контрольні, індивідуальні та домашні завдання, заліки та екзамени. Власне, саме зараз здобувачі вищої освіти мають потребу в виборі ефективних, для кожного з них, стратегій боротьби зі стресом.

Також, варто зазначити, що рівень емоційного інтелекту особистості – це є один з вагомих чинників, що впливає на здатність особистості справлятися зі стресом. Власне, емоційний інтелект – це здатність особистості розпізнавати, розуміти та контролювати свої емоції, а також розуміти емоції інших та вміння проявляти емпатію. Поняття емоційного інтелекту виникло не так давно, тож дослідження його у зв'язку з різними індивідуально-типологічними особливостями або копінг-стратегіями є актуальним для розвитку психології як науки. Саме тому дослідження психологічних особливостей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, як чинників соціального благополуччя є важливим, бо саме таким чином можна означити

ефективні копінг-стратегії молоді. А розуміння їх дозволить розробити стратегії та тактики боротьби зі стресом щодо психологічної підтримки, супроводу або соціально-психологічних тренінгів здобувачів вищої освіти.

Мета статті полягає в теоретичному та емпіричному обґрунтуванні психологічних особливостей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, як чинників їх соціального благополуччя.

Для досягнення мети дослідження було вирішено комплекс **завдань**, а саме:

1. Здійснити теоретичний аналіз вітчизняних та закордонних літературних джерел щодо розуміння копінг-стратегій та емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти.

2. Означити теоретичну та практичну цінність дослідження.

3. Обґрунтувати психодіагностичний інструментарій роботи.

4. Здійснити аналіз та інтерпретацію результатів емпіричного дослідження.

5. Обґрунтувати подальші перспективи дослідження.

Об'єкт дослідження – копінг- стратегії здобувачів вищої освіти.

Предмет дослідження – психологічні особливості копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту.

Концептуальна гіпотеза дослідження: існують певні психологічні особливості копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, як чинники їх соціального благополуччя.

Емпіричні гіпотези:

1. Здобувачі вищої освіти з високим чи середнім рівнями емоційного інтелекту застосовують продуктивні копінг-стратегії, порівняно зі здобувачами вищої освіти з низьким рівнем емоційного інтелекту, які обирають непродуктивні копінг-стратегії.

2. Здобувачі вищої освіти з високим та середнім рівнями емоційного інтелекту застосовують «Проблемно-орієнтовану стратегію», на відміну від здобувачів вищої освіти з низьким рівнем емоційного інтелекту, які використовують «Емоційно-орієнтовану стратегію».

3. Здобувачі вищої освіти з низьким рівнем показника емоційного інтелекту «Контроль-експресії» проявляють копінг-стратегію «Втеча-уникнення», порівняно зі здобувачами вищої освіти високого та середнього рівня показника емоційного інтелекту «Контроль експресії», які використовують копінг-стратегію «Планування вирішення проблеми».

4. Здобувачі вищої освіти з високим чи середнім рівнями показника емоційного інтелекту «Самотивація» використовують копінг-стратегію «Відволікання», на відмінну від здобувачів вищої освіти з низьким рівнем

показника емоційного інтелекту «Самомотивація», які вибирають копінг-стратегію «Соціальне відволікання».

5. Здобувачі вищої освіти з середнім рівнем показника емоційного інтелекту «Емоційна обізнаність» використовують копінг-стратегію «Вирішення проблем», порівняно зі здобувачами вищої освіти з низьким рівнем показника емоційного інтелекту «Емоційна обізнаність», які обирають копінг-стратегію «Уникнення».

6. Здобувачі вищої освіти з високим рівнем міжособистісного емоційного інтелекту обирають копінг-стратегію «Позитивна переоцінка», на відміну від здобувачів вищої освіти з низьким рівнем міжособистісного емоційного інтелекту, які обирають копінг-стратегію «Конфронтація».

7. Здобувачі вищої освіти з високим рівнем показника емоційного інтелекту «Розуміння своїх емоцій» мають низький рівень копінг-стратегії «Самоконтроль», на відміну від здобувачів вищої освіти з низьким рівнем показника емоційного інтелекту «Розуміння своїх емоцій», які мають високий рівень копінг-стратегії «Пошук соціальної підтримки».

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять праці щодо копінг-стратегій (А. Маслоу, А. Реан, Л. Мерфі, Р. Лазарус, Е. Хейм, С. Фолкман, Н. Ендлер, Дж. Паркер, Д. Амірхан, В. Олефір, Н. Родіна, Н. Ярош, Л. Карамушка, Ю. Снігур); праці щодо теорій інтелекту (Дж. Мейер, П. Селовей, Д. Карузо, Д. Гоулман, Р. Бар-Он).

Наукова цінність одержаних результатів полягає у вдосконаленні наукових уявлень про психологічні особливості копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту; у доповненні змісту понять «копінг-стратегія» та «емоційний інтелект».

Практична цінність роботи полягає в тому, що одержані результати емпіричного дослідження можна використати при розробці програм щодо ознайомлення здобувачів вищої освіти з видами копінг-стратегій, які можуть бути ефективними залежно від рівня емоційного інтелекту. Спираючись на результати емпіричного дослідження, можна розробити програми соціально-психологічного тренінгу чи психологічного супроводу здобувачів вищої освіти щодо подолання стресу як чинника їх соціального благополуччя. Також за результатами емпіричного дослідження можна розробити відповідні тематики лекційних та практичних занять з дисципліни «Соціальна психологія», «Диференціальна психологія».

Виклад основного матеріалу дослідження. Для досягнення мети, завдань та підтвердження чи спростування гіпотез дослідження було використано комплекс методів, а саме:

теоретичні: методи логіко-психологічного дослідження (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення) – для розкриття психологічних особливостей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, як чинників їх соціального благополуччя.

емпіричні: опитування, яке здійснювалось за допомогою таких психодіагностичних засобів: «Індикатор копінг-стратегії» (Д. Амірхан); опитувальник «Копінг-стратегії» (Р. Лазаруса та С.Фолкман в адаптації Т. Л. Крюкової); методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (Н. Ендлер та Дж. Паркер, в адаптації Т. Л. Крюкової); методика «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (Е. Хейм); методика «Діагностика емоційного інтелекту» (Н. Холла); опитувальник «Діагностика емоційного інтелекту»: «ЕМІн» (Д. Люсіна в адаптації О. Верітової).

математико-статистичні методи – критерій U-Манна-Уїтні та ф критерій кутового перетворення Фішера – для встановлення психологічних відмінностей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, як чинників їх соціального благополуччя.

інтерпретаційні методи – аналіз, синтез, порівняння та узагальнення результатів емпіричного дослідження щодо встановлення психологічних особливостей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, як чинників їх соціального благополуччя.

Таблиця 1.

Порівняльні показники продуктивних та непродуктивних копінг-стратегій у студентів з різними рівнями емоційного інтелекту за методикою «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (Е. Хейм)

Шкали методики	Групи досліджуваних		Числові показники ф*- Критерію кутового перетворення Фішера
	Група 1 (низький EI) (N=26)	Група 2 (високий та середній EI) (N=23)	
Продуктивні копінг-стратегії	5	11	$\phi_{\text{емп.}} = 2.164^*$
Непродуктивні копінг-стратегії	12	4	$\phi_{\text{емп.}} = 2.213^*$

**Примітка: статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,05$*

Таким чином, з таблиці 1 можна спостерігати, що здобувачі вищої освіти з високим та середнім рівнями емоційного інтелекту обирають продуктивні копінг-стратегії, порівняно зі здобувачами вищої освіти, які мають низький

рівень емоційного інтелекту. Також аналіз результатів показав статистично значущі показники за результатами непродуктивних копінг-стратегій. Тож, здобувачі вищої освіти, які мають низький рівень емоційного інтелекту, обирають непродуктивні копінг-стратегії, порівняно зі здобувачами вищої освіти, які мають високий та середній рівні емоційного інтелекту. Отже, перша емпірична гіпотеза дослідження підтвердилася.

Таблиця 2.

Порівняльні показники копінг-стратегій у студентів з різними рівнями емоційного інтелекту за методикою «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (Н. Ендлер та Дж. Паркер, в адаптації Т. Л. Крюкової)

Шкали методики	Середні показники досліджуваних		Числові показники критерію U-Манна-Уїтні
	Група 1 (низький EI) (N=26)	Група 2 (високий та середній EI) (N=23)	
Копінг-стратегія «Проблемно-орієнтована»	47,5	56,96	149.5*
Копінг-стратегія «Емоційно-орієнтована»	51,65	47,26	228.5
Копінг, орієнтований на уникнення	44,08	44,65	314.0

*Примітка: статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,01$

З таблиці 2 можна спостерігати, що здобувачі вищої освіти з низьким, високим та середнім рівнями емоційного інтелекту обирають «Проблемно-орієнтовану» копінг-стратегію, оскільки вміють керувати своїми емоціями в стресових ситуаціях, завдяки чому приймають раціональні рішення, що направлені на вирішення проблемної ситуації. Отже, друга гіпотеза емпіричного дослідження підтверджена частково.

Таблиця 3.

Порівняльні показники копінг-стратегій у здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту за опитувальником «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса

Шкали методики	Середні показники досліджуваних		Числові показники критерію U-Манна-Уїтні
	Група 1 (низький рівень KE) (N=25)	Група 2 (високий та середній KE) (N=29)	
Копінг-стратегія «Конфронтація»	10,24	9,28	271.0
Копінг-стратегія «Дистанціювання»	10,72	9,83	411.0
Копінг-стратегія «Самоконтроль»	13,36	13,21	360.0
Копінг-стратегія «Пошук соціальної підтримки»	11,07	9,24	255.0*
Копінг-стратегія «Прийняття відповідальності»	8,64	8,07	412.5
Копінг-стратегія «Втеча-уникнення»	15,52	12,72	232.0*
Копінг-стратегія «Планування вирішення проблеми»	10,52	12,21	255.0*
Копінг-стратегія «Позитивна переоцінка»	10,80	11,76	334.0

**Примітка: статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,05$*

Спираючись на таблицю 3, можемо говорити про статистично вагомі результати, які було отримано за шкалами копінг-стратегій «Пошук соціальної підтримки», «Втеча-уникнення», «Планування вирішення проблеми». Перші дві копінг-стратегії обирають здобувачі вищої освіти з низьким рівнем показника емоційного інтелекту «Контроль експресії», а копінг-стратегія «Планування вирішення проблеми» обирається здобувачами вищої освіти з високим та середнім рівнями показника емоційного інтелекту «Контроль експресії». Можна вважати, що здобувачі вищої освіти, в яких розвинутий показник емоційного інтелекту «Контроль експресії» краще адаптуються до стресових ситуацій та починають планувати вирішення проблеми, порівняно зі здобувачами вищої освіти з низьким рівнем цього показника емоційного інтелекту, які шукають змоги втекти від проблеми, а також шукають соціальної підтримки. Таким чином, здобувачі вищої освіти з низьким рівнем показника емоційного інтелекту

«Контроль експресії» обирають копінг-стратегії «Втеча-уникнення», порівняно зі здобувачами вищої освіти з високим та середнім рівнями показника емоційного інтелекту «Контроль експресії», які обирають копінг-стратегію «Планування вирішення проблеми». Власне, третя емпірична гіпотеза дослідження підтверджена.

Таблиця 4.

Порівняльні показники копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями показника емоційного інтелекту «Самотивація» за методикою «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (Н. Ендлер та Дж. Паркер, в адаптації Т. Л. Крюкової)

Шкали методики	Середні показники досліджуваних		Числові показники критерію U-Манна-Уїтні
	Група 1 (низький рівень С.) (N=41)	Група 2 (високий та середній рівні С.) (N=21)	
<i>Копінг-стратегія «Відволікання»</i>	20,32	21,76	505.5
<i>Копінг-стратегія «Соціальне відволікання»</i>	13,80	15,29	558.5

Спираючись на таблицю 4, можемо говорити про відсутність статистично вагомих результатів між групами осіб з низьким, високим та середнім рівнями показника емоційного інтелекту «Самотивація» при використанні копінг-стратегій «Відволікання», «Соціальне відволікання». Таким чином, четверта емпірична гіпотеза дослідження спростована.

Таблиця 5.

Порівняльні показники копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями показника емоційного інтелекту «Емоційна обізнаність» за методикою «Індикатор копінг-стратегії» (Д. Амірхан)

Шкали методики	Середні показники досліджуваних		Числові показники критерію U-Манна-Уїтні
	Група 1 (низький рівень ЕО) (N=27)	Група 2 (середній рівень ЕО) (N=28)	
<i>Копінг-стратегія «Вирішення проблем»</i>	21,67	24,57	218.0*
<i>Копінг-стратегія «Пошук соціальної підтримки»</i>	19,44	19	370.0
<i>Копінг-стратегія «Уникнення проблем»</i>	20,41	21,71	300.0

**Примітка: статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,01$*

Спираючись на таблицю 5, можемо говорити про те, що було виявлено статистично значущі відмінності між показниками здобувачів вищої освіти з низьким та середнім рівнями показника емоційного інтелекту «Емоційна обізнаність» при використанні такої копінг-стратегії як «Вирішення проблем». Проте, відмінності не є статистично значущими у використанні таких копінг-стратегій як «Пошук соціальної підтримки» та «Уникнення проблем», тобто використання цих копінг-стратегій не залежить від рівня показника емоційного інтелекту «Емоційна обізнаність». Отже, п'ята емпірична гіпотеза дослідження частково знайшла своє підтвердження.

Таблиця 6.

Порівняльні показники копінг-стратегій за опитувальником «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса здобувачів вищої освіти з різними рівнями «Міжособистісного емоційного інтелекту»

Шкали методики	Середні показники досліджуваних		Числові показники критерію U-Манна-Уїтні
	Група 1 (низький рівень MEI) (N=16)	Група 2 (високий MEI) (N=12)	
Копінг-стратегія «Конфронтація»	10,25	10	93.5
Копінг-стратегія «Дистанціювання»	10,44	9,75	78.5
Копінг-стратегія «Самоконтроль»	13,08	12,25	62.5
Копінг-стратегія «Пошук соціальної підтримки»	9,83	11,08	120.0
Копінг-стратегія «Прийняття відповідальності»	8,08	8,08	77.0
Копінг-стратегія «Втеча-уникнення»	13,92	13,08	82.0
Копінг-стратегія «Планування вирішення проблеми»	10	12,67	119.5
Копінг-стратегія «Позитивна переоцінка»	10,58	11,25	98.5

З таблиці 6 можна спостерігати, що статистично значущих відмінностей не виявлено між використанням копінг-стратегій за опитувальником «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса у здобувачів вищої освіти з високим та низьким рівнями «Міжособистісного емоційного інтелекту». Отже, шосту гіпотезу – спростовано.

Таблиця 7.

Порівняльні показники копінг-стратегій за опитувальником «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса у здобувачів вищої освіти з різними рівнями показника емоційного інтелекту «Розуміння своїх емоцій»

Шкали методики	Середні показники досліджуваних		Числові показники критерію U-Манна-Уїтні
	Група 1 (низький рівень PCE) (N=10)	Група 2 (високий рівень PCE) (N=6)	
Копінг-стратегія «Конфронтація»	10,60	10,33	28.0
Копінг-стратегія «Дистанціювання»	11,90	9,67	18.0
Копінг-стратегія «Самоконтроль»	14,3	11,5	12.5*
Копінг-стратегія «Пошук соціальної підтримки»	13,3	8,5	11.0*
Копінг-стратегія «Прийняття відповідальності»	9,10	8,67	30.0
Копінг-стратегія «Втеча-уникнення»	16,80	15	24.0
Копінг-стратегія «Планування вирішення проблеми»	11,80	12,33	33.5
Копінг-стратегія «Позитивна переоцінка»	13,20	10,50	15.5

**Примітка: статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,05$*

З таблиці 7 можна спостерігати, що існують відмінності у використанні копінг-стратегій здобувачами вищої освіти з низьким та високим рівнями показника емоційного інтелекту «Розуміння своїх емоцій», але більшість з цих відмінностей не є статистично значущими. Проте, розбіжності у використанні копінг-стратегій «Самоконтроль» та «Пошук соціальної підтримки» значущі при

похибці $p \leq 0,05$. Тож, можна стверджувати, що дійсно низький рівень розуміння власних емоцій змушує, при стресі, обирати копінг-стратегію «Пошук соціальної підтримки», оскільки такі здобувачі вищої освіти потребують допомоги й підтримки від оточення. А ось здобувачі вищої освіти з високим рівнем показника емоційного інтелекту «Розуміння своїх емоцій», хоч і розуміють власні емоції, але менше використовують копінг-стратегію «Самоконтроль», що полягає у контролі емоцій, почуттів та дій. Підсумовуючи вище сказане, то можна вважати сьому емпіричну гіпотезу дослідження підтвердженою.

Висновки з проведеного дослідження. Підсумовуючи вище сказане, то можна стверджувати про часткове підтвердження концептуальної гіпотези щодо існування певних психологічних особливостей копінг-стратегій здобувачів вищої освіти з різними рівнями емоційного інтелекту, як чинників їх соціального благополуччя. Про це свідчать результати емпіричного дослідження, що знайшли своє повне підтвердження в першій, третій та сьомій гіпотезах. А от в другій та п'ятій емпіричних гіпотезах результати емпіричного дослідження частково знайшли своє підтвердження. Власне, четверта та шоста емпіричні гіпотези спростувалися. Отже, подальша перспектива дослідження полягає в тому, щоб визначити вплив емоційного інтелекту на обрання продуктивних копінг-стратегій та загальної стресостійкості суспільства.

Література:

1. Войцеховська О., Закалик Г. Сучасні напрями психологічних досліджень копінг-стратегій особистості. Педагогіка і психологія професійної освіти. 2016. № 2. С. 95–104.
2. Гуляс І. А. Копінг-стратегії у контексті життєвих досягнень особистості. Новий вимір науки та освіти. Педагогіка та психологія. 2015. С. 42-48.
3. Колісник Л.О. Проблема діагностики емоційного інтелекту // Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. - Вип. 26. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2014. – С. 278-295.
4. Мартинюк І. А. Психологічні особливості студентського віку. Психологія стресостійкості студентської молоді: монографія / за заг. ред. В. Шмаргуна. Київ. 2019. С. 55–64
5. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху: моногр./Е.Л. Носенко, А.Г. Четверик-Бурчак. – К.: Вид-во «Освіта України», 2016. – 182 с.
6. Шебанова В. І., Діденко Г. О. Копінг-поведінка у сучасних психологічних дослідженнях. 2018. С. 368–379.

References

1. Voitsekhovska, O., Zakalyk, H. (2016). Suchasni napriamy psykholohichnykh doslidzhen kopinh-stratehii osobystosti [Modern directions of psychological research of coping strategies of the individual] *Pedahohika i psykholohiia profesiinoi osvity – Pedagogy and psychology of professional education*, Vol. 2. 95–104 [in Ukrainian].
2. Hulas, I. A. (2015). Kopinh-stratehii u konteksti zhyttievvykh dosiahnen osobystosti. Novyi vymir nauky ta osvity [Coping strategies in the context of life achievements of the individual. A new dimension of science and education] *Pedahohika ta psykholohiia – Pedagogy and psychology*. 42-48 [in Ukrainian].
3. Kolisnyk, L.O. (2014). Problema diahnostyky emotsiinoho intelektu. Problemy suchasnoi psykholohii [The problem of diagnosing emotional intelligence. Problems of modern psychology]. *Zbirnyk naukovykh prats Kam'ianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka, Instytutu psykholohii imeni H.S.Kostiuka NAPN Ukrainy / za red. Maksymenka, S.D., Onufriievoi, L.A.* [Collection of scientific works of Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko, Institute of Psychology named after H.S. Kostyuk National Academy of

Sciences of Ukraine / edited by S.D. Maksimenko, L.A. Onufrieva]. Vol. 26. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 278-295 [in Ukrainian].

4. Martyniuk, I. A. (2019). Psykholohichni osoblyvosti studentskoho viku. Psykholohiia stresostiikosti studentskoi molodi: monohrafiia / za zah. red. Shmarhuna, V. [Psychological features of student age. Psychology of stress resistance of student youth: a monograph edited by Shmargun, V.]. Kyiv. 55–64 [in Ukrainian].

5. Nosenko, E. L. (2016). Emotsiinyi intelekt yak chynnyk dosiahnennia zhyttievoho uspihu: monohr. [Emotional intelligence as a factor in achieving life success: monograph]. Kyiv: Vyd-vo «Osvita Ukrainy» [in Ukrainian].

6. Shebanova, V. I., Didenko, H. O. (2018). Kopinh-povedinka u suchasnykh psykholohichnykh doslidzhenniakh [Coping behavior in modern psychological research]. 368–379 [in Ukrainian].