

## ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОГО СТАТУСУ ПІДЛІТКІВ

*Левченко Аліна Юрїївна*

*здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
Житомирський державний університет імені Івана Франка  
м. Житомир, Україна*

*Науковий керівник: Фальковська Людмила Миколаївна  
старший викладач кафедри  
соціальної та практичної психології  
Житомирський державний університет імені Івана Франка  
м. Житомир, Україна*

На сучасному етапі розвитку психологічної науки особливої гостроти набуває питання соціальної адаптації особистості в умовах цифрової трансформації та мінливих суспільних ієрархій. Як слушно зазначає Д. Гоулман [1; 3], традиційний рівень інтелекту (IQ) вже не є єдиним і визначальним предиктором життєвого успіху; натомість емоційна компетентність стає фундаментом для вибудовування ефективних міжособистісних зв'язків. Для підліткового віку, який у працях Е. Еріксона визначається як період інтенсивного пошуку ідентичності, проблема визнання у групі однолітків стає домінуючою потребою.

На нашу думку, розгляд соціометричного статусу як статичного показника є недостатнім без урахування внутрішніх механізмів регуляції поведінки. Дослідження П. Саловєя та Дж. Маєра [4] доводять, що здатність розпізнавати емоційні стани оточуючих дозволяє підлітку гнучкіше реагувати на групові запити, що безпосередньо впливає на його популярність чи ізоляцію. У вітчизняній психології над цією проблематикою активно працює Е. Л. Носенко, підкреслюючи, що емоційний інтелект виступає медіатором соціальної взаємодії [2].

Попри значну кількість теоретичних напрацювань, питання про те, які саме компоненти EQ (наприклад, управління власними емоціями чи розуміння чужих) найбільше впливають на статус «лідера» або «знехтуваного» в конкретному класному колективі, залишається дискусійним. Зокрема, Р. Бар-Он акцентує увагу на стресостійкості як елементі емоційного інтелекту, що може бути вирішальним для підлітка в умовах групового тиску [5].

Дослідження проводилось впродовж 2025–2026 н. р. Загальна вибірка складала 50 осіб (учні 5, 6 та 7 класів).

Підсумовуючи результати нашого дослідження соціального статусу підлітків за методикою Дж.Морено, ми можемо побачити, як сильно трансформується структура колективу від 5-го до 7-го класу. Аналізуючи дані 5-го класу, ми помітили найбільш сприятливу картину: статус «прийнятих» тут має більшість учнів 55,6%, «зірок» 5,2%, тоді як «знехтуваних» 28%, а «ізолюваних» та «аутсайдерів» по 5,6%. Ми вважаємо, що це свідчить про збереження дитячої відкритості та ще досить здоровий емоційний клімат, де більшість дітей почуваються безпечно.

Вже у 6-му класі ситуація стає напруженою, кількість «знехтуваних» підстрибує майже до половини класу 46,7%, а «прийнятих» стає значно менше лише 26,7%. При цьому кількість «зірок» зростає до 13,3%, а «ізолюваних» та «аутсайдерів» залишається на рівні 6,7%. Такий перекид ми пояснюємо початком гострої підліткової кризи, коли діти починають жорстко конкурувати за лідерство і самостверджуватися через відштовхування інших.

У 7-му класі негативні тенденції фактично закріплюються, «знехтуваних» залишається дуже багато 41,2%, «прийнятих» 29,4%, «зірок» 17,6%, а от кількість «аутсайдерів» зростає до 11,8% (при відсутності «ізолюваних» у цій вибірці). Це показує нам, що до 7-го класу в колективі формується стійка ієрархія, де конфліктність і поділ на «своїх» та «чужих» стають звичною справою. Загальна динаміка показує нам поступове руйнування групової згуртованості від 5-го до 7-го класу. Ми пояснюємо це тим, що з віком потреби підлітків у визнанні зростають, але через недостатньо розвинений емоційний інтелект вони не завжди вміють будувати стосунки екологічно. У результаті замість підтримки в класах починає домінувати стратегія ігнорування або неприйняття несхожих учнів, що призводить до розростання групи соціального ризику (знехтуваних та аутсайдерів).

Дослідження емоційного інтелекту підлітків демонструє переважання середнього інтегративного рівня в усіх вікових паралелях: від 67% у п'ятикласників до 60% у учнів шостих та 65% у сьомих класів. Найбільш розвиненими шкалами стабільно залишаються емпатія та розпізнавання емоцій інших, що підкреслює орієнтацію підлітків на спілкування. Проте виявлено критичний дефіцит навичок управління власними емоціями, особливо у шостих 53,3% низького рівня та сьомих класах 52,9%. Якщо у п'ятому класі профіль EI є більш рівномірним, то в шостому спостерігається емоційний вибух із різким зростанням конфліктності, а в сьомому поглиблення кризи самомотивації на тлі розвитку рефлексії.



**Рис. 1. Співвідношення соціального статусу в 5 класі**



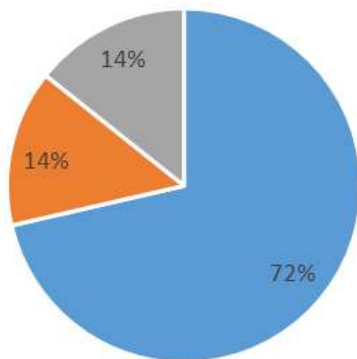
**Рис. 2. Співвідношення соціального статусу в 6 класі**



**Рис. 3. Співвідношення соціального статусу в 7 класі**

Група лідерів демонструє найвищі показники 72% мають високий загальний рівень EI. Особливо вираженою є емпатія 85,7% (низький рівень взагалі відсутній), що робить їх емоційними магнітами. Емоційна обізнаність висока у 71,4% лідерів. Проте управління емоціями є найскладнішим компонентом навіть, лише 42,8% мають високий рівень, а 28,6% низький. Кореляційний аналіз показав коефіцієнти близькі до 0, що свідчить про те, що статус зірки у даному колективі тримається на зовнішніх факторах, а не на EI.

■ Високий (%)   ■ Середній (%)   ■ Низький (%)



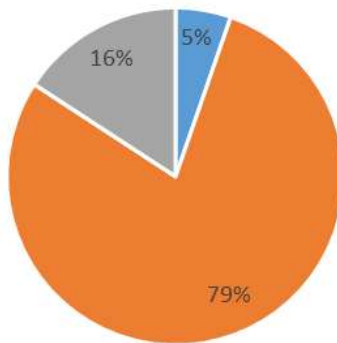
**Рис. 4. Результати дослідження загального (інтегративного) рівня емоційного інтелекту (за методикою Н. Холла) учнів «Соціометрична зірка»**

Група прийняті є найбільш однорідною. 94% мають середній рівень ЕІ (високий рівень – 0%). У них переважає середня самомотивація (88,2%) та стабільні показники емоційної обізнаності й емпатії (70,6% – середній рівень, 29,4% – високий). Соціальний успіх прийнятих базується на передбачуваності та неконфліктності. Для цієї групи виявлено помірний прямий зв'язок (0,52) між рівнем ЕІ та стабільністю статусу.

Знехтувані характеризуються вразливістю при високій чутливості. Більшість (79%) мають середній загальний ЕІ. Специфікою групи є відносно висока емпатія (21,1% – високий рівень, 68,4% – середній), що змушує їх гостро відчувати негативне ставлення до себе. Головною проблемою є саморегуляція. 52,6% мають низький рівень управління емоціями. Кореляція між статусом та ЕІ тут помірною (0,34–0,42), що вказує на можливість покращення статусу через розвиток емоційних навичок.

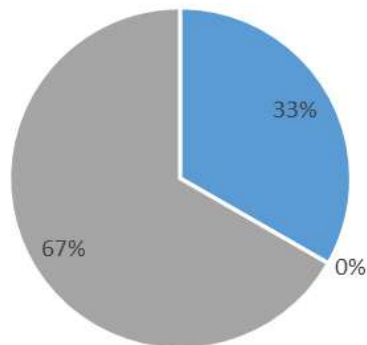
У групі «Ізольовані» спостерігається полярність та відсутність середніх значень. 67% мають низький ЕІ, 33% високий. Для більшості (66,7%) характерні низькі показники за всіма шкалами емпатією, управлінням емоціями та розпізнаванням почуттів. Кореляційний зв'язок повністю відсутній, що підтверджує рівень ЕІ ніяк не впливає на їхню самотність колективів їх просто не помічає.

■ Високий (%)   ■ Середній (%)   ■ Низький (%)



**Рис. 5. Результати дослідження загального (інтегративного) рівня емоційного інтелекту (за методикою Н. Холла) учнів групи «Знехтувані»**

■ Високий (%)   ■ Середній (%)   ■ Низький (%)



**Рис. 6. Результати дослідження загального (інтегративного) рівня емоційного інтелекту (за методикою Н. Холла) учнів групи «Ізольовані»**

Група аутсайтери характеризується тотальним дефіцитом емоційних навичок. 100% мають низький рівень інтегративного EI. Показники управління емоціями та самомотивації перебувають на нульовій позначці високого та середнього рівнів (100% – низький рівень). Виявлено сильний обернений зв'язок (-0,8) чим нижче EQ, тим більше негативних виборів отримує підліток. Коефіцієнт -0,63 за шкалою розпізнавання емоцій підтверджує, що саме емоційна сліпота є причиною їхнього відторгнення.

Отже, підсумовуючи, можна сказати, що емоційний інтелект відіграє роль невидимого регулятора, який визначає межі соціального успіху або відчуження в підлітковому середовищі. Висока емоційна компетентність не гарантує автоматичного лідерства, проте вона виступає надійним захисним механізмом, що оберігає підлітка від соціального відторгнення. Популярність у групі часто базується на зовнішніх чинниках, тоді як стабільне позитивне сприйняття однолітками тримається на здатності до емпатії та неконфліктності.

Найбільш критичним фактором дезадаптації виявляється емоційна сліпота неспроможність зчитувати стан інших, що неминуче призводить до конфліктів та статусу аутсайдера. Водночас невміння керувати власними імпульсами робить підлітків вразливими до групового тиску, незалежно від їхнього інтелектуального потенціалу. Таким чином, саме розвиток здатності розуміти почуття оточуючих та опанування навичок саморегуляції є ключовими для гармонійної інтеграції особистості в колектив. Виявлені закономірності підкреслюють, що емоційна грамотність є необхідною умовою для подолання кризи ідентичності та побудови здорової ієрархії в класному середовищі.

### Література:

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект. пер.з англ. С. Л. Гумецької. Харків : Віват, 2019. 512 с.
2. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
3. Goleman D. Emotional intelligence. New York : Bantam Books, 1995. 352 p.
4. Mayer J., Salovey P., Caruso D., Sitarenios G. Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 2001. №1. P. 232–242.
5. Reuven Bar-On. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)1 *Psicothema* 2006. Vol. 18, supl., pp. 13-25 URL: <https://www.redalyc.org/pdf/727/72709503.pdf> (дата звернення: 10.03.26).