

## СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ ТА ОСНОВНІ КОМПОНЕНТИ ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Забаровська Світлана Миколаївна,

аспірантка

Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,

викладачка

ДПТНЗ «Сновське вище професійне училище лісового господарства»

ORCID ID: 0000-0002-4642-1172

*У статті розкрито питання про розуміння поняття «емоційна компетентність особистості» в сучасній психології. Здійснено огляд відомих концепцій емоційної компетентності, зокрема, зарубіжних і українських дослідників К. Саарні, Д. Гоулмана, В. В. Зарицької, В. М. Борисенко, О. О. Лазуренко, О. А. Льошенко, Я. М. Раєвської, О. П. Солякової та ін. Проаналізовано відмінність поняття емоційної компетентності й близького за значенням поняття емоційного інтелекту, визначено їх взаємозв'язок. Зазначається, що емоційна компетентність базується на емоційному інтелекті, але є набутим утворенням, яке формується під впливом соціокультурного оточення. Розглянуто уявлення науковців про базові компоненти в конструкті емоційної компетентності: рефлексію, саморегуляцію, регуляцію взаємин та емпатію, що утворюють чотири функціональні блоки: поведінковий, когнітивний, інтраперсональний та інтерперсональний.*

*Надається авторське розуміння поняття «емоційна компетентність», яке ґрунтується на аналізі більш загального поняття «компетентність». Емоційну компетентність пропонується розуміти як інтегральну характеристику особистості. Теоретично обґрунтовуються ключові компоненти емоційної компетентності, як-от знання, вміння, навички, досвід, цінності та установки, що стосуються емоційної сфери особистості. Перераховані компоненти згруповано в три блоки: когнітивний (знання), діяльнісний (вміння та навички) та особистісний (досвід, установки, цінності). Зазначається, що складові компоненти емоційної компетентності можуть існувати та виявлятися двовекторно: інтрапсихологічно (спрямовані на себе) та інтерпсихологічно (спрямовані на інших).*

*Наголошено на вагомому значенні емоційної компетентності в підтриманні психічного здоров'я й психологічного благополуччя особистості.*

**Ключові слова:** особистість, емоційна сфера, емоційний інтелект, компетентність, емоційна компетентність.

### Zabarovska Svitlana. The essence of the concept and the main components of emotional competence of a personality

*The article deals with the issue of understanding the concept of "emotional competence of a personality" in modern psychology. A review of the well-known concepts of emotional competence, in particular, foreign and Ukrainian researchers K. Saarni, D. Goleman, V. V. Zarytska, V. M. Borisenko, O. O. Lazurenko, O. A. Leshenko, Y. M. Raevska, O. P. Soliakova and others, is carried out. The author analyzes the difference between the concept of emotional competence and the concept of emotional intelligence, which is close in meaning, and determines their relationship. It is noted that emotional competence is based on emotional intelligence, but is an acquired formation that is formed under the influence of the socio-cultural environment. The author considers the ideas of scientists about the basic components in the construct of emotional competence: reflection, self-regulation, regulation of relationships and empathy, which form four functional blocks – behavioral, cognitive, intrapersonal and interpersonal.*

*The author's understanding of the concept of «emotional competence» is presented, which is based on the analysis of the more general concept of «competence». Emotional competence is proposed to be understood as an integral characteristic of a personality. The key components of emotional competence are theoretically substantiated, such as knowledge, skills, experience, values and attitudes related to the emotional sphere of a personality. The listed components are grouped into three blocks: cognitive (knowledge), activity (skills and abilities) and personal (experience, attitudes, values). It is noted that the constituent components of emotional competence can exist and be manifested in two directions: intrapsychologically (directed to oneself) and interpsychologically (directed to others).*

*The author emphasizes the importance of emotional competence in maintaining mental health and psychological well-being of the individual.*

**Key words:** personality, emotional sphere, emotional intelligence, competence, emotional competence.

**Вступ.** Емоційна сфера особистості належить сьогодні до однієї з найбільш актуальних дослідницьких проблем як у теоретичному, так і в емпіричному аспектах. Активізувалися дослідження так званих складних вищих емоційних особливостей особистості, зокрема, вивчаються інтегративні явища – емоційний інтелект та емоційна компетентність. Як самостійне поняття, емоційна компетентність особистості викристалізовується на основі багаторічного вивчення категорії «емоційний інтелект».

Зокрема, до вивчення поняття емоційного інтелекту зверталася низка зарубіжних і вітчизняних науковців: Р. Бар-Он, Г. Гарднер, Д. Гоулман, Н. В. Коврига, Дж. Майер, Н. В. Назарук, Е. Л. Носенко, К. В. Петрідес, П. Саловей, Е. Фернехман, О. Я. Чебикін, М. М. Шпак та ін. Останніми роками значно зросла увага дослідників до поняття «емоційна компетентність», емпірично доводиться визначальне значення цього інтегративного утворення в підтриманні психічного здоров'я й пси-

хологічного благополуччя людини (Р. Р. Шарма [19], І. Коцу, К. Лейс, П. Фоссіон [15], Дж. Чіаррокі, Г. Скотт [14] та ін.).

Однак у психології сьогодні склалася ситуація невизначеності щодо ототожнення / розмежування цих двох понять, їх дефініції та методичних засад діагностування і формування.

**Метою статті** є характеристика наявних концепцій емоційної компетентності, уточнення цього поняття, визначення його складових компонентів.

Дослідження здійснювалося за допомогою теоретичних **методів**: аналіз наукових джерел кола досліджуваної проблеми; категоріальний та порівняльний аналіз дефініцій і теоретичних концепцій; порівняння, систематизація та узагальнення даних, отриманих у результаті аналізу наукових джерел.

**Результати.** У зарубіжних дослідженнях емоційного інтелекту поряд з поняттям «emotional intelligence» застосовуються іншомовні поняття «ability», «sarcacity» або «competence». Часто ці терміни перекладають як «здібність», однак їх семантичне значення відмінне. Так, поняття «abilities» означає потенційні можливості, здібності, «sarcacities» – розумові здібності в поєднанні з потенціалом людини, «competence» – компетентність. Тому застосування того чи того поняття вказуватиме на різні акценти в розумінні його сутності. Зокрема, у сучасній вітчизняній психології з'явилося розуміння відмінності емоційної компетентності й емоційного інтелекту, хоч іноді ці поняття продовжують ототожнювати. Серед дослідників емоційної компетентності немає однозначного розуміння сутності цього поняття, її структури, а також факторів, які визначають її розвиток.

Дослідження феномену «емоційна компетентність» дає змогу виокремити його специфічні особливості і свою структуру, хоч він і базується певним чином на сформованості емоційного інтелекту.

Зокрема, поряд з дослідженнями емоційного інтелекту в 1990 році К. Саарні [17; 18] вводить термін «емоційна компетентність», яку розглядає як єдність трьох аспектів: «Я-ідентичності», морального почуття та історії розвитку. К. Саарні розглядає її як поєднання 8 видів здібностей чи вмінь: усвідомлення власних емоцій, здатність розрізняти та розуміти емоції інших, здатність використовувати словниковий запас емоцій та експресії, здатність до емпатичної участі, здатність відрізняти суб'єктивне емоційне переживання від зовнішнього вираження емоцій, адаптивне подолання негативних емоцій і тривожних обставин, усвідомлення емоційного спілкування в стосунках, здатність до емоційної самоефективності.

Емоційна компетентність, на думку К. Саарні [18], це демонстрація самоефективності в соціальних транзакціях, що викликають емоції. Результатом розвитку емоційної компетентності буде здатність керувати своїми здібностями, висока самооцінка та життєздатність при стресах. «Важливі наслідки емоційної компетентності, – пише Саарні, – це відчуття суб'єктивного благополуччя та адаптивної стійкості перед обличчям майбутніх стресових обставин» [18, с. 12].

На думку М. Баклі, К. Саарні [17], відмінність емоційного інтелекту від емоційної компетентності полягає в тому, що вона містить уміння, необхідні для успішної адаптації й подолання в межах безпосереднього соціального оточення. При цьому акцент робиться не на мисленнєвих здібностях, а на адаптивному функціонуванні. Якщо рівень емоційного інтелекту детермінований спадковими факторами, то емоційна компетентність формується під впливом соціокультурного оточення. Тобто емоційні компетенції є соціалізованими, сформованими під впливом соціального оточення здібностями емоційного інтелекту. На практиці важко відділити вроджені компоненти здібностей емоційного інтелекту від набутих компетенцій у сфері розуміння та управління емоціями, вважається, що демаркаційна лінія проходить у континуумі «здібності – знання».

Американський дослідник Д. Гоулман [3] у 1990-х роках синонімічно до поняття «емоційний інтелект» почав використовувати термін «емоційна компетентність». Він зазначав, що «тоді як емоційний інтелект визначає потенційну здатність людини опанувати основи самовладання тощо, емоційна компетентність показує, яку частину своїх можливостей людині вдалося опанувати на такому рівні, щоб розширити вміння, необхідні для виконання своєї роботи. ...емоційні компетенції — це набуті вміння» [3, с. 18]. На його думку, емоційна компетентність має два основні складники: особиста компетентність (сюди входять розуміння себе, саморегуляція і мотивація) і соціальна компетентність (охоплює емпатію й соціальні навички). Він виокремлював такі компоненти: розуміння себе, саморегуляція, мотивація, емпатія, соціальні навички.

Емоційну компетентність українські вчені В. В. Зарицька, В. М. Борисенко [7] визначають як результат розвитку емоційного інтелекту, який є інтегральною властивістю особистості розпізнавати, розуміти, контролювати, регулювати власні емоції та емоції інших людей, використовувати ці здатності для досягнення важливих цілей як у житті загалом, так і в професійній діяльності. Емоційна компетентність ними визначається як здатність особистості до саморегуляції емоцій та розпізнавання, розуміння емоцій інших людей, до рефлексії як механізму осмислення емоцій, способів їх прояву в себе та інших, причин їх виникнення, прогнозування їх протікання та наслідків, до яких може призвести їх неадекватний прояв.

Під емоційною компетентністю О. О. Лазуренко [8] розуміє таку інтегральну властивість особистості, яка становить набір знань, умінь та навичок, що дають змогу адекватно діяти на основі обробки всієї інформації. Вона збагачує досвід особистості, сприяє швидкому аналізу емоціогенних ситуацій, є умовою успішності людини у всіх сферах життя. Рівень емоційної компетентності проявляється в емоційних властивостях особистості й одночасно детермінується ними, що може свідчити про цілісність емоційного життя.

Науковиці Я. М. Раєвська, О. П. Солякова [12] емоційну компетентність розглядають як готовність і здатність людини гнучко управляти власними емоційними

реакціями та реакціями інших людей, адекватно до ситуацій та умов, що змінюються, і використовувати ці здатності для досягнення важливих цілей як у житті загалом, так і в професійній діяльності зокрема.

Сучасні дослідники (Я. М. Раєвська, О. П. Солякова [12], В. М. Борисенко [1]) виокремлюють чотири базові компоненти в конструкті емоційної компетентності: рефлексію, саморегуляцію, регуляцію взаємин та емпатію. Ці компоненти, на думку зазначених авторів, утворюють чотири функціональні блоки – поведінковий, когнітивний, інтраперсональний та інтерперсональний. Два з них – саморегуляція і рефлексія – стосуються власного емоційного стану особистості, а два – регуляція взаємовідношень та емпатія – направлені на зовнішніх суб'єктів емоційного впливу.

О. А. Льошенко [10] вважає, що емоційний інтелект – це здатність людини сприймати та виражати емоції, посилювати мислення за допомогою емоцій, розуміти емоції та управляти ними. Емоційна компетентність – це інтегральна властивість особистості, це сукупність знань, вмінь та навичок, які дають змогу ухвалювати адекватні рішення й діяти на основі результатів інтелектуальної обробки зовнішньої та внутрішньої емоційної інформації, яку надає емоційний інтелект. Дослідниця вважає, що емоційна компетентність сприяє підвищенню адаптивних здібностей індивіда, гармонійній взаємодії з навколишнім світом, особистісному розвитку, життєвому успіху загалом. Емоційна компетентність відображає емоційну зрілість індивіда, вона поєднує емоційні, інтелектуальні й регулятивні складники психіки.

Розглядаючи професійну компетентність, Т. М. Демиденко [4] зазначає, що на відміну від емоційного інтелекту, який детермінований спадково, емоційна компетентність формується в соціальному оточенні, значно залежить від впливів сім'ї, ровесників, школи, засобів масової інформації, соціальних сценаріїв та ін. Тому якщо поняття «емоційний інтелект» визначається через поняття «здібності» (розвинені задатки), то розглядаючи зміст емоційної компетентності, на її погляд, доречно вживати поняття «здатності» (сформовані й розвинені в особистості вміння, напрацьований досвід в усвідомленні та регулюванні емоційної сфери). Емоційна компетентність є афективно-когнітивним явищем, яке становить системну властивість особистості, що передбачає навички адекватної ситуації рефлексії, саморегуляції, оптимального рівня емпатії та експресивності.

Загальне визначення емоційної компетентності Л. А. Любіна, М. П. Тимофієва, В. А. Осипенко [9] пропонують розуміти як поінформованість в емоційній сфері. Ці автори вважають, що емоційна компетентність тісно пов'язана з когнітивними здібностями та особистісними характеристиками людини, тобто містить: особистісну компетентність (розуміння себе, саморегуляція та мотивація) і соціальну компетентність (емпатія та соціальні навички). Емоційна компетентність, на їхню думку, передбачає цілісний та прогресивний розвиток емоційної сфери особистості й становить

собою набір знань, вмінь та навичок, які дають змогу адекватно діяти на основі обробки всієї емоційної інформації. Емоційна компетентність збагачує досвід особистості, сприяє швидкому аналізу емоціогенних ситуацій. Високий рівень розвитку визначених складників емоційної компетентності є найважливішим фактором збереження та підтримки психологічного здоров'я особистості, ключовими характеристиками якого є стресостійкість, баланс (гармонія) й духовність [9, с. 90].

Ми дотримуємося думки, що визначення поняття «емоційна компетентність» має базуватися на розумінні сутності родового поняття компетентності. У перекладі з латинської мови поняття «*competens*» означає поінформованість, обізнаність. Компетентність – це також володіння людиною певною компетенцією, що передбачає особистісне ставлення до неї та предмета діяльності. Компетентність – це поінформованість, авторитетність, а компетенція – це коло питань, явищ, у яких особа має авторитетність, досвід.

У законодавстві України подається таке визначення: «компетентність – здатність особи успішно соціалізуватися, навчатися, провадити професійну діяльність, яка виникає на основі динамічної комбінації знань, умінь, навичок, способів мислення, поглядів, цінностей, інших особистих якостей».

Точне визначення поняття компетентності, вважаємо, подають у своїх працях М. С. Головань [2] та О. М. Марущак [11], які розуміють її як інтегративне утворення особистості, що інтегрує в собі знання, уміння, навички, досвід, ставлення та цінності.

У науковій психології введено поняття індексу (від лат. *index* – показник) емоційної компетентності як міри розвитку здатності в емоційній сфері й набутих соціальних навичок особистості.

Спробуємо визначити основні складники емоційної компетентності особистості, з огляду на розуміння сутності понять «компетентність».

Отже, одним із компонентів є **знання**, що стосуються емоційної сфери. Згідно із Сучасною енциклопедією України [6], знання розуміються як сукупність відомостей, набутих у процесі повсякденного досвіду, навчання та спеціальних способів дослідження. Знання засвоюються, формуються на основі механізму інтеріоризації суспільно-історичного досвіду. До того ж знання не є фіксованими, вони доповнюються й змінюються протягом життя кожної людини та розвитку людства загалом.

До структури емоційної компетентності можемо зарахувати знання про: емоційні явища (емоції, почуття, переживання, стани, пристрасті тощо); сформований пасивний та активний словниковий запас емоційних процесів і станів; можливі причини виникнення в людини емоційних явищ, чинники, які зумовлюють ті чи ті емоції й почуття, стани; особливості перебігу емоційних процесів і станів; культурні норми їх вираження, зовнішньої експресії; власні індивідуальні особливості переживань емоційних явищ, особливості відчуження та вираження емоцій, почуттів, станів оточенням; спо-

соби й прийоми саморегуляції та впливу на емоційний стан іншого тощо.

Сьогодні в психолого-педагогічній науці продовжуються дискусії щодо розуміння вмінь і навичок. Будемо дотримуватися думки, що вміння – це здатність виконувати складні комплекси дій на основі засвоєних знань, досвіду, навичок. Уміння – це такий рівень володіння, який потребує незначного контролю свідомістю, це здатність належно виконувати певні дії. Уміння є там, де знання поєднуються з вправністю у виконанні дій. Формуються навички, коли виконання дії потребує менше зусиль і вольового контролю, виконання стає вільнішим, легшим. Виконання дії стає певною мірою автоматизованим, тобто навички виявляються в автоматизованому виконанні дій.

У структурі емоційної компетентності представлено цілу сукупність **умінь та навичок**, що стосуються емоційної сфери: розпізнавати власні емоційні процеси й стани у внутрішньому (вісцеральному) та зовнішньому вираженні; якомога точніше добирати назву до емоційного переживання чи стану та вербалізувати їх; декодувати експресію емоцій інших, диференціювати патерни експресії в засобах вербальної, оптико-кінетичної, паралінгвістичної, екстралінгвістичної систем комунікації; здійснювати саморегуляцію власного психоемоційного стану, емоцій і почуттів, зокрема, володіти техніками й прийомами самоконтролю і самомотивації; керувати власною експресивною поведінкою відповідно до культурних норм та соціальних очікувань; впливати на інших, викликаючи ті чи ті емоції, почуття і стани, керувати їх інтенсивністю та перебігом.

Людина впродовж свого життя набуває індивідуального емоційного **досвіду**. Досвід, як пише А. А. Фурман, це «сукупність знань, умінь, норм, цінностей і смислообразів, які здобуваються людиною впродовж життя, застосовуються нею на практиці. Він містить увесь психологічний матеріал, необхідний для самопобудови її як особистості, структурує й систематизує його в загальну картину власного, індивідуального світобачення. Досвід – це також уся “тканина” чуттєвих сприймань, що створюється нею в процесі взаємодії з природою і суб’єктивним довкіллям, оформляється у вигляді знань про матеріалістичний і духовний світи» [13, с. 80]. Змістова основа досвіду в психологічній конституції людини, як уважає А. А. Фурман, є сукупністю чуттєвих сприймань, емоційних переживань, здобутих знань, норм, умінь, навичок, цінностей і смислів. У процесі взаємодії з навколишньою дійсністю, інформаційні відомості про світ кристалізуються в сталу систему людського світогляду і засобами аналітико-синтетичного осмислення утворюють особистісний досвід.

У процесі власної життєдіяльності та соціальної взаємодії особистість набуває суто індивідуального досвіду і в емоційній сфері, саме такий досвід є складником структури емоційної компетентності. Це досвід емоційного переживання та зовнішньої експресії, апробація форм емоційного реагування в соціальних умовах і саморегуляції, досвід сприйняття і впливу на емоційні прояви інших людей, закріплення найбільш ефективних поведінкових стратегій тощо.

До структури емоційної компетентності також можна зарахувати **установки** щодо емоційних явищ, які набувають вигляду певних когнітивних інтерпретацій, життєвих концепцій чи емоційних схем. Так, розробляючи соціально-когнітивну модель емоцій, Р. Л. Ліхі [17] вказує на те, що досвід емоції слідує за інтерпретаціями. Такі інтерпретації він називає теоріями емоцій, що є основним змістом емоційних схем, тобто уявлень і переконань про свої та чужі емоції й те, як їх можна регулювати. Такі інтерпретації чи психологічні установки щодо емоцій значною мірою формуються під впливом соціально-культурного середовища, у якому зростає сам індивід, також на їх зміст впливає унікальний досвід життя.

До емоційної компетентності також належать **цінності**, що стосуються емоційної сфери. Такі цінності відображаються в емоційних схемах або особистісних переконаннях. Наприклад, переконання людини в цінності моральної стійкості, зовнішньої незворушності накладе відбиток на емоційне самопочуття, динаміку емоційного переживання, зовнішню експресію тощо.

**Висновки.** Поняття емоційної компетентності є окремим психологічним конструктом, який базується на емоційному інтелекті, але за своєю суттю є відмінним. Розроблені концепції емоційної компетентності розглядають її як сукупність умінь, результат розвитку емоційного інтелекту, емоційну грамотність, емоційну поінформованість, інтегральну психологічну властивість.

Емоційну компетентність пропонуємо розуміти як інтегральну характеристику особистості, яка поєднує в собі розвинені знання, уміння, навички, досвід, цінності та установки, що стосуються емоційної сфери.

У структурі емоційної компетентності виокремлюємо такі компоненти: когнітивний (знання), діяльнісний (уміння та навички) та особистісний (досвід, установки, цінності). Зазначені компоненти можуть існувати та виявлятися двовекторно: інтрапсихологічно (спрямовані на себе) та інтерпсихологічно (спрямовані на інших).

Перспективами подальших досліджень з визначеної проблеми вбачаємо аналіз методичних підходів до діагностування емоційної компетентності, вивчення наявних психодіагностичних методів та методик.

#### Література:

1. Борисенко В. М. Структура емоційної компетентності: аналітичний огляд наукових підходів. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія*. 2017. Т.22. Вип. 2 (44). С. 16–26.
2. Головань М. С. Компетенція і компетентність: досвід теорії, теорія досвіду. *Вища освіта України*. 2008. № 3. С.23–30.

3. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Віват, 2020. 512 с.
4. Демиденко Т. М. Розвиток емоційної компетентності майбутніх соціальних працівників у процесі професійної підготовки. *Вісник Черкаського університету. Педагогічні науки*. 2018. № 1. С.29-35.
5. Доцевич Т. І. Емоційна компетентність викладача закладів вищої освіти як складова його професійної компетентності. *InterConf*. 2021. № 57. С. 250–254.
6. Енциклопедія сучасної України. URL: [https://esu.com.ua/search\\_articles.php?id=16856](https://esu.com.ua/search_articles.php?id=16856) (дата звернення: 23.07.2023)
7. Зарицька В. В., Борисенко В. М. Емоційна компетентність як детермінантна складова професійного становлення фахівців соціономічного напрямку. *Молодий вчений*. 2017. № 4 (44). С. 241–245.
8. Лазуренко О. О. До питання щодо розвитку поняття «емоційна компетентність» у психології. URL: <https://naukajournal.org/index.php/naukajournal/article/viewFile/370/554> (дата звернення: 24.07.2023)
9. Любіна Л. А., Тимофієва М. П., Осипенко В. А. Емоційна компетентність як показник психологічного здоров'я майбутніх лікарів. *Психологічний часопис*. 2018. № 5 (15). С. 81–97.
10. Льошенко О. А. Емоційний інтелект та емоційна компетентність: проблеми співвідношення. *Вісник Київського національного університету імені Т.Шевченка*. 2010. № 2. С. 49–52.
11. Марущак О. М. Поняття компетентності у педагогічній діяльності. *Креативна педагогіка: [наук.-метод. журнал]*. 2016. Вип. 11. С. 97–108.
12. Раєвська Я., Солякова О. Розвиток емоційної компетентності особистості: теоретичний дискурс. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. 2021. Вип. 3 (52). С.127-132.
13. Фурман А.А. Концепт досвіду в індивідуальній психології Альфреда Адлера. *Психологія і суспільство*. 2012. № 3. С. 78–94.
14. Ciarrochi J., Scott G. The link between emotional competence and well-being: a longitudinal study. *British Journal of Guidance & Counselling*. 2006. Vol.34, Is.2. P. 231–243.
15. Kotsou A., Leys C., Fossion P. Acceptance alone is a better predictor of psychopathology and well-being than emotional competence, emotion regulation and mindfulness. *Journal of Affective Disorders*. 2018. Vol.226, No.15. P. 142–145.
16. Leahy R.L. Emotional Schema Therapy: Distinctive Features. London: Routledge. 2018. 176 p.
17. Saarni C., Buckley M. Children's understanding of emotion communication in families. *Marriage & Family Review*. 2002. No.34 (3–4). P. 213–242.
18. Saarni C. A Skill-Based Model of Emotional Competence: A Developmental Perspective. URL: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED430678.pdf> (дата звернення: 12.02.2024)
19. Sharma R.R. An Empirical Investigation into the Role of EQ/Emotional Intelligence Competencies in Mental Well-being. *Vision*. 2011. Vol.15, Iss. 2. P. 177–191.

#### References:

1. Borysenko V. M. (2017) Struktura emocijnoji kompetentnosti: analitychnyj oghljad naukovykh pidkhodiv [The structure of emotional competence: an analytical review of scientific approaches.]. *Visnyk ONU im. I.I. Mechnykova. Psykholohhija*. Vol. 2 (44). P. 16–26. [in Ukrainian].
2. Gholovanj M. S. (2008) Kompetencija i kompetentnistj: dosvid teoriji, teorija dosvidu [Competence and competence: theory experience, theory of experience]. *Vyshha osvita Ukrainy*. No. 3. P. 23–30. [in Ukrainian].
3. Goulman D. (2020) Emocijnyj intelekt [Emotional intelligence]. Kh.: Vivat, 2020. 512 p. [in Ukrainian].
4. Demydenko T. M. (2018) Rozvytok emocijnoji kompetentnosti majbutnikh socialnykh pracivnykiv u procesi profesijnoji pidghotovka [Development of emotional competence of future social workers in the process of professional training]. *Visnyk Cherkasjkogho universytetu. Pedagoghichni nauky*. No. 1. P. 29–35. [in Ukrainian].
5. Docevyh T. I. (2021) Emocijna kompetentnistj vykladacha zakladiv vyshhoji osvity jak skladova jogho profesijnoji kompetentnosti [Emotional competence of a teacher of higher education institutions as a component of his professional competence]. *InterConf*. No. 57. P. 250–254. [in Ukrainian].
6. Encyklopedija suchasnoji Ukrainy [Encyclopedia of modern Ukraine]. Retrieved from: [https://esu.com.ua/search\\_articles.php?id=16856](https://esu.com.ua/search_articles.php?id=16856) (accessed: 23.07.2023)
7. Zarycika V. V., Borysenko V. M. (2017) Emocijna kompetentnistj jak determinantna skladova profesijnogho stanovlennja fakhivciv socionomichnogho naprjamu [Emotional competence as a determining component of the professional formation of specialists in the socioeconomic direction]. *Molodyj vchenyj*. No.4 (44). P. 241–245. [in Ukrainian].
8. Lazurenko O. O. Do pytannja shhodo rozvytku ponjattja “emocijna kompetentnistj” u psykholohhiji [Regarding the development of the concept of “emotional competence” in psychology]. Retrieved from: <https://naukajournal.org/index.php/naukajournal/article/viewFile/370/554> (accessed: 24.07.2023)
9. Ljubina L. A., Tymofijeva M. P., Osypenko V. A. (2018) Emocijna kompetentnistj jak pokaznyk psykholohichnogho zdorov'ja majbutnikh likariv [Emotional competence as an indicator of psychological health of future doctors]. *Psykhologhichnyj chasopys*. No.5 (15). P. 81–97. [in Ukrainian].
10. Ljoshenko O. A. (2010) Emocijnyj intelekt ta emocijna kompetentnistj: problemy spivvidnoshennja [Emotional intelligence and emotional competence: relationship issues]. *Visnyk Kyjivsjkogho nacionaljnogho universytetu imeni T.Shevchenka*. No. 2. P. 49–52. [in Ukrainian].
11. Marushhak O. M. (2016) Ponjattja kompetentnosti u pedagoghichnij dijalnosti [The concept of competence in pedagogical activity]. *Kreatyvna pedagoghika: [nauk.-metod. zhurnal]*. Vol. 11. P. 97–108. [in Ukrainian].

12. Rajevsjka Ja., Soljakova O. (2021) Rozvytok emocijnoji kompetentnosti osobystosti: teoretychnyj dyskurs [Development of emotional competence of the individual: theoretical discourse]. *Naukovi praci Mizhrehionalnoji akademiji upravlinnja personalom. Psykhologhija.* Vol. 3 (52). P. 127–132. [in Ukrainian].
13. Furman A.A. (2012) Koncept dosvidu v indyvidualnij psykhologhiji Aljfreda Adlera [The concept of experience in the individual psychology of Alfred Adler]. *Psykhologhija i suspiljstvo*. No. 3. P. 78–94. [in Ukrainian].
14. Ciarrochi J., Scott G. (2006) The link between emotional competence and well-being: a longitudinal study. *British Journal of Guidance & Counselling*. Vol. 34, Iss. 2. P. 231–243.
15. Kotsou A., Leys C., Fossion P. (2018) Acceptance alone is a better predictor of psychopathology and well-being than emotional competence, emotion regulation and mindfulness. *Journal of Affective Disorders*. Vol. 226, No. 15. P. 142–145.
16. Leahy R.L. (2018) Emotional Schema Therapy: Distinctive Features. London: Routledge. 176 p.
17. Saarni C., Buckley M. (2002) Children's understanding of emotion communication in families. *Marriage & Family Review*. No. 34 (3–4). P. 213–242.
18. Saarni C.A. Skill-Based Model of Emotional Competence: A Developmental Perspective. Retrieved from: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED430678.pdf> (accessed: 12.02.2024)
19. Sharma R.R. (2011) An Empirical Investigation into the Role of EQ/Emotional Intelligence Competencies in Mental Well-being. *Vision*. Vol.15, Iss. 2. P. 177–191.