

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАДИМА ГЕТЬМАНА**

Навчально-науковий інститут бізнес-освіти імені Анатолія Поручника

Кафедра педагогіки та психології

**ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА
ПРАКТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки
спеціальність 053 Психологія
спеціалізація Практична психологія

Форма навчання: заочна

КВАЛІФІКАЦІЙНА МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

**на тему «Взаємозв'язок емоційного інтелекту та креативності у працівників
логістичної компанії»**

здобувачки Валерії ГРИШКО

(підпис)

Наукова керівниця: к. психол. н., доцент Лариса КОРВАТ

(підпис)

**Робота допущена до захисту перед екзаменаційною комісією
з атестації здобувачів вищої освіти (ЕК)**

Завідувачка кафедри: д. пед. н., проф. Марина АРЮШИНА

(підпис)

Київ 2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ ПРО ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА КРЕАТИВНІСТЬ	6
1.1. Поняття та ознаки емоційного інтелекту.....	6
1.2. Основні підходи до розуміння креативності.....	15
1.3. Сучасні дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності особистості.....	28
Висновки до розділу 1	36
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА КРЕАТИВНОСТІ У ПРАЦІВНИКІВ ЛОГІСТИЧНОЇ КОМПАНІЇ.....	39
2.1. Організація дослідження та характеристика його методів	39
2.2. Характеристика вибірки	40
2.3. Аналіз та інтерпретація отриманих емпіричних результатів	47
2.4. Аналіз результатів кореляційного аналізу за отриманими показниками.....	50
Висновки до розділу 2	57
РОЗДІЛ 3. РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА КРЕАТИВНОСТІ.....	59
Висновки до розділу 3	75
ВИСНОВКИ.....	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	79
ДОДАТКИ.....	89
ДОДАТОК А.....	89
ДОДАТОК Б	90
ДОДАТОК В	92
ДОДАТОК Г	95

ВСТУП

Актуальність теми. Емоційний інтелект відіграє важливу роль у розвитку креативності в логістичних компаніях, оскільки він сприяє кращому розумінню та управлінню емоціями, що може покращити комунікацію та співпрацю в команді. Високий рівень емоційного інтелекту серед менеджерів може сприяти ефективному лідерству та управлінню конфліктами, що є критично важливим для підтримки стабільності в організації. Креативність, як ключовий чинник для інновацій, може допомогти логістичній компанії залишатися конкурентоспроможною на ринку, розвиваючи нові ідеї та підходи. Емоційний інтелект також сприяє формуванню позитивного психологічного клімату в організації, знижуючи рівень стресу серед співробітників та збільшуючи їх задоволеність роботою. Отже, інтеграція емоційного інтелекту та креативності в стратегії управління може стати важливим фактором успіху та сталого розвитку логістичної компанії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сфері дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності в логістичній компанії виділяються такі вчені, як Xiaobo Xu, Wenling Liu та Weiguang Pang зі Школи психології та когнітивних наук Східно-Китайського нормального університету. Вони провели мета-аналіз, який виявив статистично значущу помірну кореляцію між емоційним інтелектом та креативністю. Також, Daniel Sundquist та Todd Lubart з Лабораторії психології та ергономіки прикладних наук університету Париж Сіте та Univ Gustave Eiffel у Франції досліджували, як емоції та емоційний інтелект можуть впливати на креативність, використовуючи структурну рамку «семи С креативності». О. Кліпкова займалася аналізом поняття емоційного інтелекту в аспекті формування креативності, Х. Передало досліджувала роль емоційного інтелекту у системі основних компетенцій менеджера, І. Андрєєва та Г. Березюк розглядали емоційний інтелект через призму психології.

Мета дослідження – здійснити теоретичне та емпіричне дослідження зв'язку емоційного інтелекту і креативності у працівників логістичної компанії.

Завдання роботи:

- 1) здійснити теоретичний аналіз наукових джерел з питань вивчення емоційного інтелекту та креативності особистості;
- 2) підібрати методичний інструментарій для емпіричного вивчення особливостей емоційного інтелекту та креативності особистості;
- 3) здійснити емпіричне дослідження за окресленою тематикою;
- 4) обґрунтувати шляхи підвищення рівня емоційного інтелекту та креативності працівників логістичної компанії.

Об'єкт дослідження – емоційний інтелект та креативність.

Предметом дослідження є взаємозв'язок емоційного інтелекту та креативності в логістичній компанії.

Методи дослідження. Методологічною основою дослідження стали сучасні загальні та спеціальні методи наукового пізнання, системне застосування яких забезпечило розв'язання сформульованих задач і досягнення мети роботи. Отже, методи дослідження:

– *теоретичні*: аналіз, узагальнення, систематизація, порівняння різних наукових поглядів на проблему, що досліджується;

– *емпіричні*:

- 1) методика діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом);
- 2) опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д.В. Люсіним);
- 3) методика дослідження креативності (за Н.Ф. Вишняковою);
- 4) опитувальник «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі).

– *математико-статистичні методи* – первинні статистики (середні значення, відсоткові співвідношення); коефіцієнт кореляції Ч. Спірмена.

Теоретичне значення дослідження полягає у визначенні та обґрунтуванні особливостей емоційного інтелекту і креативності особистості.

Практичне значення дослідження полягає у проведенні діагностичного дослідження особливостей емоційного інтелекту і креативності особистості, обґрунтуванні рекомендацій розвитку емоційного інтелекту і креативності особистості на основі виявлених взаємозв'язків та можливості використовувати отримані результати у сфері психологічного практикування.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (усього 94 джерела, з яких 43 іноземними мовами) та додатків, викладених на 95 сторінках. Робота містить 6 рисунків та 9 таблиць.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ ПРО ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА КРЕАТИВНІСТЬ

1.1. Поняття та ознаки емоційного інтелекту

Характеризуючи емоційний інтелект, варто зазначити, що поняття «емоції» та «інтелект» довгий час вважалися несумісними, оскільки під першим з них прийнято розуміти біологічно обумовлену, «нижчу», «тваринну», інстинктивну детермінанту поведінки людини, а під поняттям «інтелект» характеристику «вищих» рівнів активності в психологічній організації організму в часі. Проте, дослідження встановили зв'язки між мисленням і емоціями.

Емоції активно вивчалися у мовленнєвій діяльності. Варто підкреслити, що емоції сприймаються, вербально обробляються та класифікуються індивідом. При цьому відбувається взаємне проникнення розуму та емоцій як двох аспектів інтелектуалів.

В емпіричних дослідженнях впливу кольорів на психіку людини було вивчено зміни емоційного стану людини під впливом визначення кольору, що в свою чергу впливає на її розумову діяльність.

Досить актуальними в останній час стали дослідження емоційної пам'яті, було введено поняття «емоційний слух», як здатність пізнання емоцій по мові і співу.

Американські психологи П. Саловей і Дж. Майєр упровадили поняття емоційного інтелекту як сукупності психологічних здібностей до розуміння власних емоцій і емоцій інших [84].

Уявлення про емоційний інтелект сформовано на основі концепції соціального інтелекту, яку запропонували Е. Торндайк, Дж. Гілфорд, Г. Айзенк і Х. Гарднер. Останній особливо близький до концепції емоційного інтелекту при описі внутрішньо-особистісного та міжособистісного інтелекту в його теорії множинного інтелекту.

Х. Вайсбах і У. Дакс вважають, що емоційний інтелект – це здатність «раціонально» управляти емоційним життям людини; діяльність емоційного інтелекту [6].

Дослідження емоційного інтелекту почалися на початку 1990-х років. Це явище заслужено набуло популярності та привернуло увагу багатьох дослідників.

Спочатку термін «емоційний інтелект» асоціювався з соціальним інтелектом. Він виник саме в контексті досліджень проблем соціального інтелекту такими дослідниками, як Дж. Гілфорд, Х. Гарднер і Г. Айзенк. Проте варто зазначити, що емоційний інтелект, хоч і тісно пов'язаний із соціальним інтелектом, має також свою специфіку. Тому ці два компоненти можуть виступати як зони перетину.

Відкриття емоційного інтелекту також пов'язане з дослідженнями, проведеними в 1920-х роках Р. Торндайком, який першим окремо назвав частину загального інтелекту соціальним інтелектом, тобто здатністю розуміти інших і діяти мудро у стосунках з ними.

У сучасних роботах представлено дві моделі емоційного інтелекту:

- 1) модель компетентності, яка представляє ідеї на перетині пізнання та емоцій.
- 2) змішана модель (поєднання інтелектуальних, емоційних та особистісних властивостей людини).

Емоційний інтелект передбачає, що людина є господарем своїх емоцій, усвідомлює і володіє ними, не пригнічує «небажані» емоції, а вирішує і «дозволяє» тій чи іншій емоції проявитися в ситуації. Емоційний інтелект починається з розуміння власних емоцій. Лише усвідомлюючи власні емоції, людина може розуміти емоції інших людей і причини, що стоять за ними. Розвиток емоційного інтелекту дозволяє виробити стійкі навички свідомої регуляції емоційних станів, самоконтролю в стресових ситуаціях, навички

конструктивної взаємодії з людьми (співробітниками, клієнтами, близькими) в будь-якій ситуації.

Вчені Д. Мейер і П. Саловей вважають, що емоційний інтелект тісно пов'язаний з когнітивним інтелектом, вони припускають єдність емоцій і інтелекту. Соціальний інтелект зливається з іншими видами інтелекту і разом з ними утворює здатність до виконання вищих видів пізнавальної діяльності – в широкому розумінні і проміжної.

Було висунуто гіпотезу, що емоційний інтелект складається з таких трьох категорій адаптивності: оцінка і вираз емоцій; регулювання емоцій; використання емоцій в мисленні і діяльності.

Д. Мейер і П. Саловей визначають емоційний інтелект як форму соціального інтелекту, що включає здатність відображати власні та чужі емоції та почуття, розрізнити їх і використовувати цю інформацію для регулювання людського мислення та поведінки. Емоційний інтелект розглядається як здатність відображати почуття та емоції (свої та інших), розрізнити їх і використовувати для ефективного управління своєю поведінкою та мисленням.

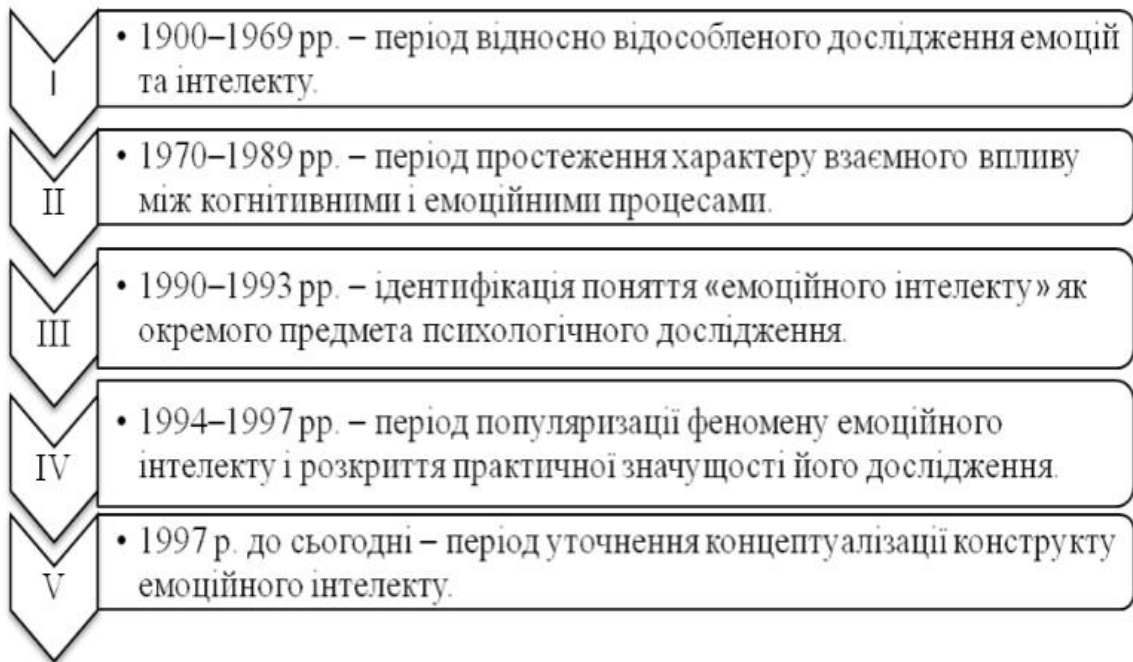


Рис. 1.1. Періодизація розвитку поглядів на феномен емоційного інтелекту у зарубіжних дослідженнях

Дослідники називають такі психологічні особливості емоційного інтелекту, як здатність розуміти власні почуття, розуміти емоції інших і керувати своїми емоціями. Автори вважають, що люди з високою емоційною компетентністю краще за інших ідентифікують власні почуття, почуття інших і вирішують проблеми, пов'язані з емоціями [84].

У 1990-х роках з'явилися інші моделі, які пропонували дещо інший погляд на емоційний інтелект. Найвідомішими є моделі, які запропонували Д. Гоулман і Р. Бар-Он. Було доведено, що людина може розвивати та вдосконалювати емоційний інтелект протягом усього життя. Конструкт емоційного інтелекту має ширші межі та включає наступні компоненти [55; 68].

1. Самосвідомість. Люди з високою самосвідомістю прислухаються до своїх внутрішніх відчуттів і усвідомлюють вплив своїх почуттів на їхній психічний стан і ефективність роботи. Вони здатні інтуїтивно обирати оптимальний варіант дій у складних ситуаціях і сприймати всю картину за допомогою органів чуття. Зазвичай вони знають свої сильні сторони і усвідомлюють обмеження своїх можливостей. Точне знання того, на що вони здатні, дозволяє людям максимально використовувати свої сильні сторони. Вони мають почуття реальності і мають почуття власної гідності.

2. Самоконтроль. Люди з цим навиком знаходять способи контролювати свої деструктивні емоції та імпульси і навіть використовувати їх на благо. Такі люди можуть залишатися спокійними та обережними навіть під час сильного стресу чи кризи. Вони чесні перед собою та оточуючими, у гармонії зі своїми цінностями, гнучкі та пристосовуються до труднощів, уміло пристосовуються до мінливих ситуацій, мають сильну волю, орієнтуються на високі особисті стандарти та завжди використовують сприятливі можливості. Особи, здатні до самоконтролю, сповнені оптимізму, здатні знайти вихід зі складних ситуацій.

3. Соціальна чуйність. Ці люди мають здатність прислухатися до досвіду інших і можуть вловлювати різноманітні емоційні сигнали. Такі люди співчутливі та здатні поставити себе на місце інших людей. Вони гостро

відчувають всю динаміку життя і часто політично проникливі, здатні визначити найважливіші соціальні взаємодії та зрозуміти складність владних ієрархій. Люди з такою здатністю прагнуть створити навколо себе такий емоційний клімат, який позитивно впливає на інших і стосунки з ними.

4. Управління відносинами. Люди з такими навичками здатні вимагати відповіді від інших, залучаючи їх привабливим описом майбутнього чи спільної місії. Ці люди надають приклади бажаної поведінки іншим і здатні чітко сформулювати загальну місію таким чином, щоб надихнути інших. Ці люди володіють здатністю вибирати потрібний тон при зверненні до конкретної аудиторії, володіють здатністю залучати на свій бік зацікавлених людей і заручатися масовою підтримкою своїх ініціатив. Вони виявляють щирий інтерес до тих, кому допомагають вдосконалюватися; вони бачать цілі, сильні та слабкі сторони інших і є хорошими вчителями та наставниками. Ці люди вміють ініціювати зміни, бачать потребу в змінах, кидають виклик усталеному порядку речей і захищають новий порядок. Водночас вони здатні вміло вирішувати розбіжності, стимулювати відвертий діалог між конфліктуючими сторонами, розуміти різні думки та знаходити точки дотику, створювати відчуття спільності. Вони дозволяють людям активно й азартно переслідувати спільні ідеали, зміцнюючи моральний дух і почуття колективної солідарності [7, с. 14].

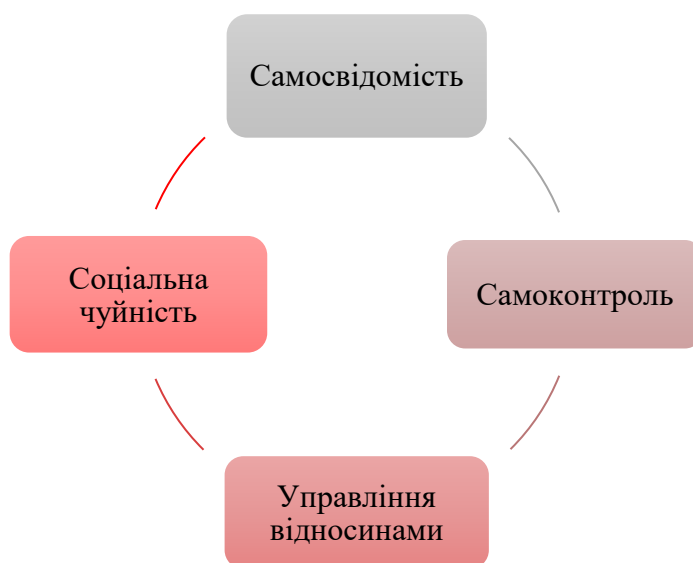


Рис. 1.2. Компоненти емоційного інтелекту

Конструкт Д. Гоулмана включає емоційну самосвідомість і соціальну чутливість, які не наголошувалися в попередніх конструктах, а також самоконтроль і управління емоціями у стосунках, які інші вчені включили в конструкт емоційного інтелекту. Емоційний інтелект визначається набором емоційних і соціальних знань і здібностей, які визначають загальну здатність до ефективної взаємодії з навколишнім середовищем. Було створено модель емоційного інтелекту, яка складається з п'яти факторів: внутрішня компетенція (здатність розуміти себе та виражати свої почуття), міжособистісна компетенція (здатність сприймати, розуміти та взаємодіяти з іншими), стійкість, управління стресом та загальний настрій [68].

Модель Р. Бар-Она дає дуже широке тлумачення терміну «емоційний інтелект». Він визначив емоційний інтелект як усі некогнітивні здібності, знання та здібності, які дозволяють людині успішно керувати різними життєвими ситуаціями. Р. Бар-Он визначає п'ять сфер компетентності, які можна ідентифікувати за допомогою п'яти компонентів емоційного інтелекту, кожен з яких складається з кількох підкомпонентів:

1) Самопізнання: пізнайте власні емоції, впевненість у собі, самооцінку, самореалізацію та незалежність.

2) Навички міжособистісного спілкування: емпатія, міжособистісні стосунки, соціальна відповідальність.

3) Адаптивність: вирішення проблем, зв'язок з реальністю, гнучкість.

4) Управління стресовими ситуаціями: протистояння стресу та контроль імпульсів.

5) Домінуючі емоції: щастя, оптимізм.



Рис. 1.3. Компоненти моделі емоційного інтелекту Р. Бар-Она.

Емоції відображають ставлення людини до різних сфер життя і до себе. Інтелект – це розум, тому емоції можуть стати основою інтелектуальних операцій, усвідомлення та розрізнення на основі емоцій, у формі словесного вираження емоцій [55].

Слід звернути увагу, що емоційний інтелект – це здатність розуміти міжособистісні стосунки, представлені емоціями, і керувати емоційним полем на основі інтелектуального аналізу та синтезу. Необхідною умовою емоційного інтелекту є розуміння суб'єктом емоцій, а кінцевим продуктом емоційного інтелекту є прийняття рішень на основі вираження та розуміння емоцій, що є диференційованою оцінкою подій особистісного значення.

Виділяють «гностичні емоції», пов'язані з потребою в «когнітивній гармонії», що, по суті, є типовою формою емоційного інтелекту.

Емоційний інтелект розглядається як невід'ємна властивість людини, невід'ємна частина її внутрішнього світу, прояв позитивного ставлення людини до себе, оточуючих і світу. Звертається увага на внутрішньо-особистісні та міжособистісні аспекти ефективності емоційного інтелекту.

Існує також горизонтальний підхід до вимірювання емоційного інтелекту. Найнижчий рівень емоційного інтелекту відповідає реалізації емоційних реакцій на основі умовно-рефлекторних механізмів, які запускаються на рівні чуттєвого сприйняття і у діяльності яких домінують зовнішні чинники. Його характеризують низький рівень усвідомлення, низький рівень самоконтролю, висока ситуативна зумовленість, вибір поведінки з досить широкого діапазону можливостей, висока залежність від контексту, низька здатність виявляти контроль (мотивація зовнішня).

Середній рівень емоційного інтелекту характеризується довільним виконанням зовнішньої діяльності, заснованої на уявленнях, через певні вольові зусилля, ці зусилля відповідно відображаються у свідомості на рівні емоційного переживання. Середній рівень емоційного інтелекту характеризується перевагою внутрішніх чинників над зовнішніми, високим рівнем виявлення самоконтролю, концентрацією на завданнях і поєднанням емоційних реакцій у стратегіях подолання, позитивним ставленням до себе, високим рівнем самосвідомості.

Доведено існування онтологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту як самостійної підсистеми соціальної компетентності та висвітлено його евристичний потенціал, що сприяє успішності соціальних взаємодій. Деякі дослідники ототожнюють емоційний інтелект із можливостями емоційного інтелекту, які включають емоційну чутливість, усвідомленість та здатність керувати емоціями, що дозволяє людям контролювати відчуття психічного здоров'я та психологічної гармонії [19, с. 94].

У структуру емоційного інтелекту включаються чотири основні компоненти, які є сукупністю афективних когнітивних і соціальних здібностей:

1. Розпізнавання власних емоцій включає здатність повністю описувати, виражати, ідентифікувати та відчувати емоції без слів. Розпізнавання емоцій сприяє більш ефективному спілкуванню, оскільки дає змогу повністю описати, обробити та висловити емоції.

2. Контроль своїх емоцій пов'язаний із проблемами самоконтролю. Це вміння контролювати свої емоції, виокремлювати їх як окремі об'єкти, оприлюднювати, повноцінно оцінювати, контролювати їх прояв (стриманість). Адекватне емоційне вираження є важливим фактором збереження фізичного та психічного здоров'я.

3. Розуміння емоцій інших передбачає: здатність подумки записувати емоційні процеси, виконання досить ізольованих емоційних процесів, здатність вербалізувати емоційні стани інших, здатність передбачати інтенсивність, тривалість і наслідки емоцій, а також інтеграція емоцій у культуру та здатність до переживання, здатність до співпереживання.

4. Самомотивація. Емоції спонукають людей до певних дій. Емоції – це спосіб взаємодії тіла та розуму, і вони постійно змінюються та рухаються. У структурі емоційного інтелекту наявність емоцій стимулює когнітивну діяльність, пов'язану з емоційною сферою, точніше пов'язану з ідентифікацією, вираженням, розумінням і засвоєнням емоцій [18, с. 178].



Рис. 1.4. Компоненти емоційного інтелекту

Таким чином, під поняттям «емоційний інтелект», як вже було зазначено, мається на увазі насамперед здатність до усвідомлення власних емоцій, генерування їх таким чином, щоб вони сприяли мисленню для забезпечення

власного емоційного та інтелектуального зростання. Феномен емоційного інтелекту визнається і вивчається у всьому світі все більшим числом вчених. Також до теперішнього часу встановлено, що елементи емоційного інтелекту є факторами, що сприяють особистісному та професійному зростанню індивіда та впливають на його успішність у житті. На відміну від конкретного та абстрактного видів інтелекту, які відображають закономірності зовнішнього світу, емоційний інтелект відбиває внутрішній світ людини, її зв'язок з поведінкою особистості. Кінцевим продуктом емоційного інтелекту є прийняття рішень на основі відображення та осмислення емоцій. Отже, емоційний інтелект лежить в основі ефективної та цілеспрямованої емоційної саморегуляції.

1.2. Основні підходи до розуміння креативності

Поняття креативність увійшло в обіг вітчизняної психології, коли для неї доступними стали оригінальні напрацювання зарубіжних науковців (90-і роки ХХ сторіччя – нульові роки ХХІ). До того переважно вивчався феномен творчості. Уведення нового терміну дозволило розширити наукові пошуки та диференціювати феномени творчості (творчого) та креативності (креативного).

Під креативністю розуміють творчі здібності індивіда, що характеризуються готовністю до створення принципово нових ідей, що відхиляються від традиційних або прийнятих схем мислення та входять до структури обдарованості як незалежний фактор, а також здатність вирішувати проблеми, що виникають усередині статичних систем [55, с. 166].

Важливим для психології креативності став вихід роботи Ф. Баррона і Д. Харрінгтона [54], в якій вони представили узагальнення досліджень у галузі креативності з 1970 по 1980 роки, наголосивши зокрема на такому:

1) креативність – це здатність адаптивно реагувати на потребу нових підходів і продуктів, що дозволяє усвідомлювати нове в бутті, хоча сам процес

може мати як свідомий, так і несвідомий характер; здатність породжувати незвичайні ідеї, відхилятися від традиційних схем мислення, швидко вирішувати проблемні ситуації;

2) створення нового творчого продукту багато в чому залежить від особистості творця і сили його внутрішньої мотивації;

3) особливостями творчого процесу, продукту та особистості є їхня оригінальність, валідність, адекватність завдання і придатність – естетична, екологічна, оптимальність форми, правильність та оригінальність на даний момент;

4) креативні продукти можуть значно різнитися за своїм призначенням: нове вирішення проблеми в математиці, відкриття хімічного процесу, створення музики, картини чи поеми, нової філософської чи релігійної системи, нововведення у правознавстві, свіже вирішення виробничих чи бізнесових проблем тощо [49].

Термін креативність набув поширення у зарубіжній психології у 60-ті роки ХХ століття після публікацій робіт Дж. Гілфорда [69], завдяки яким фактично зародилася сучасна психологія креативності. Дж. Гілфорд досліджував інтелектуальні здібності людини, структуру її інтелекту та виділив два базові типи мислення: дивергентний і конвергентний. Конвергентне мислення спрямоване на аналіз усіх можливих способів розв'язання задачі, з тим, щоб вибрати з них єдиний правильний. Воно логічне, послідовне односпрямоване та виявляється у процесі розв'язання завдань, які мають єдину правильну відповідь. Дивергентне мислення – це мислення, спрямоване одночасно у багатьох напрямках, щоб досягнути множини різних варіантів розв'язання задачі. Це альтернативне, алогічне мислення, що актуалізується у процесі розв'язання завдань, які можуть мати множини правильних відповідей. Дивергентний тип мислення Дж. Гілфорд пов'язав із продукуванням багатьох варіантів рішень проблемної ситуації на основі однозначних вихідних даних, вважаючи, що саме цей тип є ядром творчої обдарованості, креативності.

Дж. Гілфорд виділив чотири основні ознаки креативної обдарованості: 1) оригінальність – спроможність продукувати віддалені асоціації, незвичні відповіді; 2) семантичну гнучкість – здатність виділяти функцію об'єкта і пропонувати його нове застосування; 3) семантичну спонтанну гнучкість – спроможність продукувати різноманітні ідеї в нерегламентованій ситуації; 4) образну адаптивну гнучкість – спроможність змінювати форму відображуваного стимулу так, щоб відкривати в ньому нові ознаки й можливості для використання.

Згодом Дж. Гілфорд підсумував, що креативність характеризується шістьма основними параметрами: 1) здатністю до виявлення й формулювання проблем; 2) здатністю до генерування великої кількості ідей; 3) гнучкістю, як здатністю до продукування найрізноманітніших думок; 4) оригінальністю, що проявляється в здатності відповідати на подразники нестандартним способом; 5) здатністю вдосконалювати об'єкт сприймання, додаючи нові деталі; 6) здатністю розв'язувати проблеми шляхом реалізації відповідних аналітико-синтетичних операцій [69].

Напрацювання Дж. Гілфорда стали поштовхом до розвитку нових розробок у сфері вивчення креативності.

Однієї з наступних концепцій креативності стала так звана «теорія інвестування», запропонована Р. Стернбергом [89]. «Купувати за низькою ціною» – означає займатися невизнаними або малопопулярними ідеями. Завдання полягає в тому, щоб правильно оцінити потенціал їхнього розвитку і можливу затребуваність. Креативна людина всупереч опору оточення, нерозумінню і неприйняттю, наполягає на визначених ідеях і «продає їх за високою ціною». Після досягнення ринкового успіху вона переходить до іншої непопулярної або нової ідеї.

За Р. Стернбергом креативність детермінується шістьма основними чинниками: 1) інтелектом як здібністю; 2) знаннями; 3) стилем мислення; 4) індивідуальними рисами; 5) мотивацією; 6) зовнішнім середовищем.

Креативність, на думку Р. Стернберга, – це здатність йти на розумний ризик, готовність переборювати перешкоди, внутрішню мотивацію, толерантність до невизначеності, готовність протистояти думці оточення [89].

С. Медник виступив як автор асоціативної теорії креативності, суть якої у спроможності долати стереотипи на кінцевому етапі розумового синтезу і в широті поля асоціацій. Чим з більш віддалених зон смислового простору взято за елементи проблеми, тим більш креативним є процес вирішення. Творчий процес – це переформулювання асоціативних елементів у нові комбінації, що відповідають поставленій задачі. Критерієм креативності рішень є величина відхилення від стереотипу [85].

На думку С. Медника, існує три способи досягнення креативних рішень:

1) випадковість (serendipity) – необхідні асоціативні елементи можуть бути породжені появою у навколишньому середовищі стимулів, які викликають асоціативні елементи і тут важливою є інтуїтивна проникливість, що це саме те, що треба; 2) подібність (similarity) – елементи можуть бути викликані за суміжністю внаслідок схожості асоціативних елементів; 3) посередництво (mediation) – елементи можуть бути викликані суміжністю через посередництво спільних елементів.

Людина без цих способів не зможе поєднувати елементи. Організація асоціацій індивіда впливає на ймовірність творчого рішення. Чим більшою є кількість асоціацій, тим більша ймовірність досягнення творчого рішення. Когнітивні або особистісні стилі також впливають на ймовірність креативного рішення.

С. Медник є автором RAT-тесту – тесту віддалених асоціацій, суть якого полягає в тому, що досліджуваним надаються дві взаємно віддалені реальності, як стимули. Учасник тесту має «витягнути спалах (осяяння)» з їхнього зіставлення. Посередницька ланка має бути суто асоціативною між двома словами, а відповідь має бути оригінальною.

С. Медник наголошував, що знання необхідні для творчого мислення, потрібні елементи, щоб комбінувати їх, а результат творчого мислення має бути оригінальним і корисним [85; 88].

Д. Перкінс запропонував модель параметрів і характеристик креативності, яку назвав моделлю креативності «Сніжинка» (Six-trait Snowflake Model of Creativity), яка дозволяє відрізнити творчих людей від інших за допомогою шести рис [87]. Використовуючи структуру сніжинки, як візуальну метафору, модель шести рис креативності Д. Перкінса точно описує, що відрізняє висококреативних людей від інших. Модель включає такі елементи:

1. *Сильна відданість особистій естетиці.* Креативні особистості мають високу толерантність до складності, неорганізованості й асиметрії. Їм подобається рухатися крізь хаос і боротися за вирішення та синтез.

2. *Здатність досягти успіху в пошуку проблем.* Вміння ставити правильні запитання важливі, тому що вони ведуть до відкриттів і творчих рішень, до хороших відповідей.

3. *Розумова мобільність* дозволяє творчим людям знаходити нові погляди та підходи до проблем. Творчі люди мають сильну схильність мислити протилежно або навпаки. Вони часто думають метафорами та аналогіями та кидають виклик гіпотезам як само собою зрозуміле.

4. *Готовність йти на ризик і вміння приймати невдачу як частину творчого пошуку.* Це здатність вчитися на своїх невдачах. Працюючи на межі своєї компетенції, де таїться ймовірність невдачі, люди, що схильні до ризику, з великою ймовірністю досягнуть творчих результатів.

5. *Об'єктивність.* Творчі люди не тільки ретельно вивчають і оцінюють свої ідеї чи проекти, вони також шукають критики. Об'єктивність передбачає щось більше, ніж удача чи талант; це означає відкинути своє его, звернутися за порадою до надійних колег, перевірити та повторно перевірити свої ідеї. Особисту об'єктивність і саморефлексивну поведінку, особливо щодо роботи чи творчості, дуже важко добре дотримуватися, і вони вимагають від людей

дистанціюватися, а потім дивитися на себе та свої творіння на відстані. Об'єктивності досягти дуже важко.

6. Остання риса – це *внутрішня мотивація*. Творці беруть участь у бізнесі заради нього самого, а не заради шкільних оцінок чи зарплати. Їх каталізаторами є насолода, задоволення та виклик, властиві самій роботі [87].

Звертаючись до феномену креативної особистості, М. Чиксентміхалі метафорично порівнює таку особистість з білим кольором, який складається з усіх кольорів спектру. Так і творча людина містить у собі всі варіанти людських якостей одночасно. Комплекс якостей, що характеризують креативну людину, на думку М. Чиксентміхалі, включає: фізичну енергію і спокій, проникливість і наївність, бажання грати і дисциплінованість, уяву і усвідомлення реальності, екстраверсію-інтроверсію, незалежність і підпорядкованість [62].

Згідно моделі М. Чиксентміхалі, креативність – це взаємодія між галуззю, полем та особистістю. Галузь – це сфера для експертизи. Творчий потенціал є тоді, коли галузь зазнає змін. Поле – це «воротарі» – вчителі, критики, письменники тощо. Це арена діяльності. Поле взаємодіє з галуззю та задає їй форму. Третій компонент – це особистість, яка створює ідею, теорію чи витвір мистецтва. Успіх продукту залежить від взаємозв'язку поля та особистості [62].

Цікавим для психології творчості є погляди Е. Гатчинсона [75], який провів понад 250 інтерв'ю з видатними особами Англії й Америки, наукові досягнення яких визнано творчими. На основі їхнього аналізу він виділив систематичне мислення і творчий інсайт.

Для першого характерна об'єктивність; проблема і метод чітко визначені; процес продуманий, методичний, повільний; емоції і фрустрація майже не відчуються. Усвідомлення логічних відносин застосування законів асоціативного мислення доходить до максимуму, а спроби й помилки мінімальні. Перша стадія праці схожа на останню – конструктивністю, розвитком, а також за критичністю, стриманістю, обережністю. Оригінальність є наслідком прямого і свідомого використання минулого досвіду. У той час як систематичне мислення

виникає в ситуації, коли треба обдумати й усвідомити плани, а варіантів і гіпотез, що перевіряються небагато, інсайт має місце під час розв'язання складних і заплутаних проблем. Він супроводжується актами непередбаченості, без спеціальних зусиль інтеграції, відчуття адекватності, завершеності та виконанням. Інсайт і систематичне мислення є крайніми полюсами шкали різних факторів, що виявляють ступінь психічної фрустрації.

Автор виділяє чотири стадії творчого інсайту:

а) стадія підготовки або орієнтації (тривале зосередження на проблемі з оживленням минулого досвіду);

б) стадія фрустрації (характеризується емоційною напруженістю, неспокоєм, почуттям незадоволення собою в пошуках вирішення проблеми);

в) момент інсайту – творчого осяяння (характеризується непередбачуваністю появи, швидким потоком ідей, альтернативними навіюваннями рішення, швидкою появою цілісного образу, вирішення проблеми);

г) перевірка, розробка, оцінка знайденого рішення на основі технічних та експліцитних характеристик.

Звідси випливають основні фази творчого процесу: перша фаза (свідома робота) – підготовчий етап – перебування особистості в особливому стані, котрий спрямований на інтуїтивний пошук і знаходження нової ідеї, продумування можливих варіантів і шляхів її ствердження; друга фаза (несвідома робота) – витіснення ідеї в підсвідомість, її визрівання, підсвідоме зіставлення з іншими аналогічними проблемами і їх рішеннями; третя фаза (перехід неусвідомлюваного в свідоме) – евристичний спалах – знаходження ідеї, але лише в головних засадах і характеристиках, як основи, фундаменту майбутньої цілісної системи реалізації з притаманними їй засобами, методами й прийомами втілення; четверта фаза (свідома робота) – розвиток ідеї, знаходження відповідного апарату її втілення, її структуризація й матеріалізація, апробація результатів ідеї як цілісної продуктивної системи [75].

А. Кестлер [81] для пояснення природи креативності запропонував теорію бісоціації. Під бісоціацією розуміється спільний механізм різних видів творчості. Основою творчих процесів є відкриття прихованих схожостей. Незвичайне, неочікуване, несподіване поєднання самостійно існуючих, звичайно непорівняних подій, явищ названо бісоціацією. Бісоціативний акт може здійснюватися як для відносно однорівневих явищ, так і до явищ різної природи. Саме бісоціація допомагає нам встановити різницю між способом мислення і творчим актом.

Бісоціацією стає момент раптової зустрічі ідей, образів, які належать до зовсім різних асоціативних площин, контекстів. Раптова бісоціація двох звичайно непорівнюваних матриць завершується стрибком думки від одного асоціативного контексту до іншого. Відбувається переструктурування досвіду.

А. Кестлер вказує на 2 шляхи запобігання автоматизованій, стереотипній поведінці або мисленню: 1) переважання стану уяви або мрійний стан, у якому раціональне мислення призупинено; 2) втеча від нудьги інтелектуальних утруднень, за допомогою спонтанних способів інсайту, який показує добре знайому ситуацію в новому світлі.

Бісоціативний акт пов'язує раніше не зв'язані матриці досвіду – 1-й шлях є регресія (втеча від високого) та 2-й шлях – піднесення до нових більш розвинених рівнів відображення [81].

Отже, сучасна психологія творчості та креативності представлена розмаїттям думок, теорій і концепцій. В. Роменець у своєму дослідженні психології творчості проводить аналіз різних психологічних учень, що дає змогу виокремити декілька основних підходів до вивчення творчості у вітчизняній і зарубіжній психології, зокрема [42]:

1) психодинамічний підхід – творчість описується у термінах взаємовідносин «Воно», «Я», «Над-Я»;

2) біхевіористичний підхід – творчість розглядається у термінах поведінки за схемою «стимул-реакція»;

3) прагматичний підхід – творчий продукт повинен мати практичну значущість;

4) психопатологічний підхід – творчість розглядається як побічний продукт психічних розладів;

5) продуктивний підхід – орієнтований на оцінку творчості за новизною кінцевого продукту;

6) процесуальний підхід – що розглядає творчість як процес;

7) гуманістичний підхід – що акцентує власне самовираження творця.

Узагальнення неоднозначності та множинності підходів до визначення креативності різними авторами представлено у таблиці 1.1 [9; 16; 22; 26], яка доповнена в результаті вивчення інших джерел.

Таблиця 1.1 – Узагальнення визначень поняття креативність різними авторами

№	Автор	Визначення креативності
1	Д. Гілфорд	здатність до творчості багатовимірна і включає здатність ризикувати, дивергентне мислення, гнучкість і швидкість мислення, багата уява, сприйняття неоднозначних речей, високі естетичні цінності, розвинуту інтуїцію
2	Е. Торренс	здатність до загостреного сприйняття недоліків, прогалин у знаннях, відсутні елементи, дисгармонії тощо
3	Дж. Рензуллі	особливість поведінки особистості, що виражається в оригінальних способах отримання продукту, нових підходах до вирішення проблеми з різних точок зору
4	С. Медник	процес переконструювання елементів у нові комбінації, що відповідають вимогам корисності та деяким спеціальним вимогам
5	М. Воллах	здатність породжувати оригінальні ідеї в умовах рішення чи постановки нових проблем
6	Е. де Боно	створення продукту, що раніше не існував у справжньому стані, що володіє певною цінністю
7	К. Роджерс	здатність виявляти нові способи вирішення проблем та нові способи їх виражати
8	М. Чиксентміхалі	культурний еквівалент процесу генетичних змін, завдяки якому відбувається біологічна еволюція

9	М. Боден	здатність особистості генерувати ідеї з існуючих понять, які призводять до цікавих результатів
10	Ч. Девіс	Креативність – це втілення того, чого ще ніхто не робив і включає «задум + винахід + застосування»

В українській психології проблема творчості та креативності також є досить популярною. Хоча на момент 2022 року більшість дослідників враховували досягнення російських науковців, все ж можна назвати кілька вчених, які мали власні погляди на природу творчості.

Насамперед – це В. Роменець, який започаткував психологію творчості в українській психології [20; 42]. Свої погляди на творчість В. Роменець розкриває через призму загальної, генетичної та прикладної психології.

У загальній частині вчений виступає проти інтелектуалізації творчості, її ототожнення із мисленням. Автор акцентує увагу на тому, що з одного боку, спостерігається недостатнє розрізнення творчого мислення з фантазією та інтуїцією, а з іншого боку, поняття творчості слід розширити до космічних явищ, до способу розвитку Всесвіту. Володимир Андрійович ставить питання про психологічний механізм творчості, яким вважає трансдукцію – перехід від суб'єктивно-психічної системи (від задуму) до матеріально-предметного (втілення задуму у певному предметі). Цей перехід автор розглядає, як вчинок особистості. Вчинок – це підґрунтя, на якому потрібно досліджувати природу творчості людини. В. Роменець вирізняє чотири структурні фази творчого процесу – вчинку. Вчинок – це розгортання ситуативного, мотиваційного, дійового та післядійового компонентів. Ситуативний компонент зумовлює, але не викликає активність. Мотиваційний компонент – це рушійна сила психічного розвитку, починаючи від інстинктів до чітко структурованих інстинктів саморозвитку. Дійовий компонент розгортається, коли здійснюється вчинок. Це перехід суб'єкта творчості від наміру до безпосередньої дії. Післядійовий компонент маніфестує себе через принцип зворотного зв'язку (рефлексію), тобто

коли логічне завершення здійснення циклу вчинку стає початком нового вчинкового циклу.

Свою теорію В. Роменець називає трансдуктивною і визначає головним завданням психології творчості розкриття умов, за яких здійснюється подолання протилежностей теоретичної та практичної діяльності на засадах оригінальності та комунікації.

У генетичній психології творчості В. Роменець розробляє модель розгортання творчих можливостей людини від раннього дитинства до її переходу у стан зрілої особистості.

Прикладна психологія творчості покликана вирішувати проблеми конкретної людини, надавати допомогу щодо того, як слід діяти, щоб реалізувати свій творчий потенціал найповніше, як розвинути свої творчі здібності [42].

Український психолог-дослідник В. Моляко визначає креативність як здібність, що відображає глибинну можливість людей створювати оригінальні цінності, приймати нестандартні рішення. Він виділяє сім ознак креативності: оригінальність, евристичність, фантазію, активність, сконцентрованість, чіткість, чуттєвість [35, с. 25].

В. Моляко пропонує парадигму *творчої організації діяльності людини у різних сферах*, яку коротко називає парадигмою творчості, під якою має на увазі домінування пошуків оригінальних, нових розв'язань проблем, задач, які є традиційними або вперше виникають. У діапазоні цієї парадигми важливо виділяються принципи: 1) принцип адекватного оцінювання або принцип розуміння; 2) принцип проектування – формування гіпотези чи гіпотез; 3) принцип конструювання конкретних структур та функцій; 4) принцип апробації нових продуктів розв'язань; 5) принцип реалізації та тиражування продуктів творчої діяльності.

Творча особистість є такою, що володіє стратегіями розв'язання нових задач, реалізує ці стратегії, здатна вносити відповідні зміни у свою діяльність залежності від конкретних умов та власних можливостей. За цими

характеристиками фактично можна побачити три основні складові особистості як цілісної системи, а саме її інтелектуальні, вольові та емоційні якості, що об'єднані творчими здібностями. Тут мова йде про варіант ідеальної моделі, а в звичайному житті ми маємо справу з незліченними варіантами особливостей [35; 36].

Теорія творчості В. Клименка розкриває механізми творчості в єднанні основних функцій психіки, які у їхній єдності детермінують появу відкриттів, винаходів, художніх образів. В. Клименко досліджував структуру й механізми творчості та їхній онтогенетичний розвиток. Головними компонентами механізму творчості у працях В. Клименка виступають такі психічні утворення:

- почуття, які виконують функцію порівняння та оцінювання предметів;
- уява, необхідна для створення образу того, чого не було в досвіді;
- мислення, призначене для відображення неіснуючого (відсутнього у ситуації);
- енергопотенціал, який дає можливість дій (мотиви, воля);
- психомоторика – необхідна для матеріалізації образів [28].

Механізм творчості описується формулою: Я (свідомість) і не-Я (таємниця, невідоме). Залежно від стану механізму творчості умовно можна виділити три типи людей: творці, споживачі і виконавці. Творці (мудреці, генії і таланти) здатні вирішувати найскладніші задачі і проблеми в найпростіший спосіб. Вони створюють нове – те, чого ще в природі й соціумі не існувало. Щоб механізм творчості людини почав працювати ... в оптимальному стані мають перебувати і душа (мислення, почуття, уява), і тіло (енергопотенціал і психомоторика) людини. Причому ніяких компенсацій у цій неповторній цілісності не буває [28, с.54].

Важливим для теми креативності є розведення понять «креативність» і «творчість» [9; 22; 41].

С. Дімітрова-Бурлаєнко шляхом аналізу значної кількості наукових робіт узагальнює і розводить ці поняття, аргументуючи так: «Творчість є процесом,

спрямованим на створення якісно нового продукту, на пошук нестандартного рішення задачі, проте, цей термін не передбачає обов'язкову наявність результату діяльності. Креативність, навпаки, це процес, спрямований на результат. У цьому випадку результат діяльності є необхідною і суттєво важливою складовою творчого процесу. Тобто креативність є роботою на результат з метою створення кінцевого продукту. Таким чином, креативність можна розуміти, як здатність створювати, здатність до творчих результативних дій, що зумовлюють нове незвичне бачення проблеми чи ситуації [22, с. 86-87]».

Новизна є вирішальною ознакою продукту творчої, креативної діяльності. Вона може з'явитися, як у процесі творчості, так і як кінцевий продукт. При аналізі понять творчість і креативність можна бачити, що креативний процес відрізняється тим, що передбачає обов'язкове включення в прагматичного аспекту. Діяльність креативної людини ґрунтується не тільки на натхненні та спонтанності. Її робота завжди цілеспрямована та практична. Продукт творчості створюється нею не заради самого продукту як такого, а для вирішення задачі чи отримання зиску. Від цього залежить, які засоби та форми роботи використовуються. Так креативний дизайнер одягу, коли працює над створенням нової колекції, заздалегідь знає на кого вона орієнтована, хто буде її споживачем. Тобто дизайнер одночасно прагне створити новий продукт і водночас отримати від цього практичну вигоду. Отже, якщо творчий процес ґрунтується на натхненні автора, його здібностях, яким слідує автор, то головним складником креативного процесу є прагматичний елемент, тобто креативність характеризується цілепокладанням та практичною, прикладною значущістю.

А. Беженар та Г. Янківська [9] пояснюють відмінність між змістом понять творчість і креативність та акцентують, що креативність є здатністю продукувати оригінальні, захопливі та незвичайні ідеї, швидко вирішувати проблемні ситуації, відхилятися від традиційних схем мислення. Натомість творчість визначається як «психологічний процес створення нових цінностей, ніби продовження і заміна дитячої гри. Діяльність, результатом якої є створення

нових матеріальних і духовних цінностей» [48, с. 520]. Тобто творчість водночас є процесом і результатом, тоді як креативність – її активною основою [9].

Отже, відмінність між креативністю і творчістю на думку дослідників полягають у кількох аспектах, зокрема, 1) креативність завжди спрямована на кінцевий результат; 2) креативність має прагматичний характер, практичну значущість продукту; 3) креативність є основою творчості.

Підсумовуючи розгляд психологічного феномену креативності можна констатувати, за період розгляду вчень про психологію творчості, науковцями визначено велике коло питань, які мають піддатися вивченню (творчість як процес, ознаки творчої особистості, проблема творчих здібностей тощо), розроблено важливі концепції, що пояснюють складні психологічні явища, пов'язані з креативністю. Безумовно не важко розуміти, що психологія креативності стикається з тією самою проблемою, що й інші галузі психології. Чим більшим є обсяг наукових досліджень, чим ширшою стає їхня тематика, тим більш заплутаними постають думки учених на феномен креативності. Новітня психологія креативності акумулювала величезну кількість теоретичних концепцій та емпіричних фактів, тож є великі перспективи та багатий матеріал для подальших наукових досліджень.

1.3. Сучасні дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності особистості

Дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності особистості є актуальним для нашого наукового пошуку і значущість ми обґрунтовували тим, виявлення такого зв'язку може послужити підґрунтям для створення методик розвитку, як креативності, так і емоційного інтелекту з урахуванням того, як взаємопов'язані між собою ці два феномени, який напрямок цих зв'язків тощо.

Вивчення сучасних теоретичних і емпіричних робіт показало, що вже було проведено ряд робіт, які присвячено саме цьому питанню, зокрема, це дослідження вітчизняних науковців, таких як Н. Калайтан, А. Макаренко, Т. Старовойт, О. Шпортун, Ж. Сидоренко.

О. Кліпкова [27] досліджує взаємозв'язок понять «емоційний інтелект» та «креативність» через призму економіки й актуальність цього зв'язку обґрунтовує його важливістю для вирішення основних завдань вітчизняних комерційних підприємств – забезпечення конкурентоспроможності, подолання причин економічної кризи в бізнесі через технологічне старіння та відсутність креативних ідей розвитку бізнесу та формування такого товарного портфеля, який би сприймався ринком. Саме емоційний інтелект кожного суб'єкта, який є важливим для прийняття рішень через самоідентифікацію та вміння розпізнавати емоції, бажання та мотиви інших індивідів забезпечать вищий рівень формування та практичної реалізації креативного мислення та подолання міжособистісних та внутрішньо особистісних конфліктів на платформі виникнення та реалізації економічних відносин [27].

Г. Захарчин та Н. Любомудрова [24] підхоплюють думки О. Кліпкової розкривають значущість емоційного інтелекту та креативності для менеджменту.

О. Шпортун та Ж. Сидоренко [50] за результатами кореляційного аналізу виявили, що між більшістю показників креативності й емоційного інтелекту наявний позитивний кореляційний зв'язок, зокрема виявлено, що зростання рівня емпатії позитивно корелює з показниками оригінальності, а зростання емоційної стабільності – з інтуїцією. Значну роль у структурі взаємозв'язку між креативністю та емоційним інтелектом відіграє уява.

В. Фурман [45] досліджує взаємозв'язки емоційного інтелекту та креативності студентів у навчальному процесі, однак у своїй роботі наводить лише відсоткові співвідношення отриманих емпіричних результатів та не наводить результати кореляційного аналізу, що не пояснює, які є зв'язки між досліджуваними особливостями емоційного інтелекту та креативності студентів.

Н. Калайтан, А. Макаренко та Т. Старовойт [25] провели емпіричне дослідження особливостей структурної організації емоційного інтелекту та креативності у представників гуманітарних та технічних спеціальностей. За результатами такого дослідження було виявлено, що у вибірці представників технічних спеціальностей у структурі емоційного інтелекту найбільш вагомими є такі показники як внутрішньоособистісний емоційний інтелект, розуміння власних емоцій та керування чужими емоціями. У вибірці представників гуманітарних спеціальностей у структурі емоційного інтелекту найбільш сформованими є міжособистісний емоційний інтелект, керування емоціями та розуміння чужих емоцій. Виявлені розбіжності вказують на які сфери емоційного інтелекту необхідно звертати увагу при реалізації програм розвитку емоційного інтелекту, а також те, що представники різних професійних сфер можуть мати провідні особливості емоційного інтелекту.

Факторна структура емоційного інтелекту та креативності у вибірці представників технічних спеціальностей представлена такими компонентами як «керування емоціями», «творчі здібності» та «невербальна креативність». Дослідники припускають, що розвинений емоційний інтелект сприяє реалізації творчого потенціалу у вибірці представників технічних спеціальностей, насамперед, у процесі створення винаходів та оригінальних рішень в сфері науки та техніки.

Факторна структура емоційного інтелекту та креативності у вибірці представників гуманітарних спеціальностей представлена компонентами «розуміння емоцій», «професійний ідеал» та «винахідливість». Таким чином можна припустити, що роль емоційного інтелекту в творчій самореалізації у вибірці представників гуманітарних спеціальностей проявляється передусім через реалізацію інтуїтивного механізму творчого пошуку.

Оскільки дослідження проводилося серед представників групи ранньої дорослості, то можна припустити, що виявлені особливості взаємозв'язку

емоційного інтелекту та креативності з часом посилюватися залежно від включення у сферу професійної діяльності [25].

Тема дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності особистості є досить популярною в зарубіжній психології, особливо в аспекті розвитку персоналу для врахування такого зв'язку при підвищенні креативності та ЕІ співробітників.

Колектив авторів Х. Ху, W. Liu та W. Pang здійснили мета-аналіз досліджень, присвячених темі взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності, яким було охоплено 150 сучасних робіт за окресленою темою [93]. Автори акцентують увагу, що даний мета-аналіз виявив помірно позитивну кореляцію між ЕІ та креативністю. Крім того, показники ЕІ та креативності, а також урахування статі, статусу зайнятості учасників і культури також модерували цю кореляцію. Дослідники відмічають, що зв'язок був сильнішим, коли ЕІ та креативність вимірювався суб'єктивними звітами, ніж об'єктивними тестами, зокрема, серед чоловіків, співробітників та у східно-азіатських вибірках. Автори наголошують, що ці висновки мають практичне значення для зацікавлених сторін, таких як роботодавці та освітяни. Наприклад, при розробці програм втручання (розвитку), які спрямовані на підвищення креативності співробітників, необхідно враховувати ЕІ, хоча це може створювати додаткові труднощі для розробників, постачальників послуг. Однак, це значною мірою стимулювало б творчий потенціал людей і сприяло сталому розвитку організацій і суспільства [93].

М. Parke та M.-G. Seo [86] досліджували, як два аспекти емоційного інтелекту – регуляція емоцій і сприйняття емоціям – формують креативність співробітників. Зокрема, було отримано підтвердження, що здатність до регулювання емоцій дозволяє співробітникам підтримувати вищий позитивний вплив, коли вони стикаються з унікальними вимогами до обробки знань, тоді як здатність сприймати емоціям дозволяє співробітникам використовувати свої уміння

регулювати емоції для підвищення творчих здібностей. Дослідження проводилося серед менеджерів на початку їхньої кар'єри [86].

С. Tu, J. Guo, R. Hatcher та J. Kaufman [91] вивчали зв'язок емоційного інтелекту (з використанням шкали емоційного інтелекту) з загальною перспективою креативності – дивергентним мисленням (Скорочений тест Торранса для дорослих) та з предметно спрямованим показником (шкали креативності Кауфмана) на вибірці з 281 китайських студентів. Емоційний інтелект не мав жодного зв'язку з дивергентним мисленням, однак він мав позитивний зв'язок з усіма п'яти сферами креативності (від 0,52 до 0,77) [91].

У дослідженні S. Guastello, D. Guastello та C. Hanson [70] було висунуто гіпотезу, що емоційний інтелект може бути проміжною змінною між клінічною нормою та креативністю. Вибірка з 412 студентів пройшла широкий спектр тестування дивергентного мислення та креативності, а також за шкалою емоційного інтелекту. 11% вибірки повідомили, що вони завершили лікування розладу настрою, а 5% повідомили, що проходять лікування. Застосування регресійного та дисперсійного аналізу показало, що зв'язок між розладами настрою та креативністю зберігався після того, як емоційний інтелект було статистично видалено. Те ж саме стосувалося плавності ідей і гнучкості когнітивного стилю. Зв'язок між емоційним інтелектом і креативністю зберігався після усунення ефекту клінічних розладів. Серед людей, які пройшли курс лікування, плавність ідей та емоційний інтелект були вищими, ніж у тих, хто проходив лікування. Орієнтовна інтерпретація полягає в тому, що емоційний інтелект служить протиположною до розладів настрою для підвищення креативності [59].

У дослідженні A. Furnham [66] емоційний інтелект не мав значущих кореляцій з креативністю, яка вимірювалася за допомогою тесту дивергентного мислення. Автор висунув припущення, що це могло бути пов'язано з ненадійністю обох психодіагностичних інструментів.

F. Lassk і C. Shepherd [82] досліджували зв'язок між емоційним інтелектом і креативністю у продавців з метою покращити творчу продуктивність для довгострокового успіху у сфері продажів, де особистий та організаційний успіх залежить від надання інноваційних та корисних рішень для клієнтів. На вибірці з 460 учасників, це дослідження мало розширити уявлення про те, як емоційний інтелект торгового представника впливає на його креативність і ключові результати роботи. Було виявлено позитивний зв'язок між емоційним інтелектом та креативністю, а також емоційним інтелектом та результатами роботи. Креативність також позитивно пов'язана із задоволеністю роботою та продуктивністю. З огляду на постійно мінливий ринок, це дослідження зв'язку ЕІ та креативності було спрямоване на вивчення здібностей до продажів, які сприяють краще задовольняти потреби клієнтів та адаптуватися до мінливого ринку і потреб клієнтів у майбутньому [82].

A. Carmeli, A. McKay, J. Kaufman вивчали емоційний інтелект і креативність та посередницьку роль благодійності та енергійності [59]. Метою дослідження був пошук відповіді на питання, чи може емоційний інтелект сприяти підвищенню креативності на робочому місці і чому. Використовуючи набір даних із затримкою в часі, зібраних від працівників трьох фірм, було створено модель посередництва, де емоційний інтелект опосередковано пов'язаний із креативністю послідовно, через благодійності і енергійність. Результати моделювання структурних рівнянь вказують на послідовну модель посередництва, де працівники з високим емоційним інтелектом демонструють високий рівень енергійності; ці акти енергійності дають відчуття бадьорості, що, у свою чергу, сприяє творчій поведінці [59].

Chen-Tsang Tsai та Yi-Ju Lee досліджували емоційний інтелект і креативність співробітників туристичних агентств. Науковці виявили значущий зв'язок між емоційним інтелектом та креативністю співробітників тайванських туристичних агентств. Було зроблено висновок, що людина з високою здатністю керувати емоціями може швидко організувати свої власні емоції та звернути

увагу на вирішення проблем, стратегічно регулюючи свої емоційні стани. Емоції можуть посилювати або пригнічувати креативність, тож управління емоціями пов'язано з креативністю. Ці результати можуть бути корисними, оскільки креативність працівників може бути як рейтинг ефективності роботи в деяких компаніях [60].

Метою дослідження D. Silva та A. Coelho стало вивчення впливу емоційного інтелекту на креативність, посередницька роль ставлення до праці та вплив індивідуального успіху [90]. Дослідження базується на даних 519 анкет, зібраних серед вибірки португальських робітників. Результати показали позитивний вплив емоційного інтелекту на креативність та інші поведінкові змінні, а індивідуальний успіх пом'якшує більшість представлених зв'язків. Це дослідження визначає кілька пов'язаних з роботою результатів емоційного інтелекту, підкреслює його важливість, а також висуває нові ідеї для навчальних програм у сфері soft skills [90].

S. Khalid та A. Zubair презентували своє дослідження зв'язку емоційного інтелекту, самоефективності та креативності у співробітників рекламних агентств. Дослідження проводилося з використанням шкали емоційного інтелекту за самооцінкою (Khan, 2008), узагальненої шкали самоефективності (Jerusalem and Schwarzer, 1995) і вимірювання креативності за самооцінкою (Zhou and George, 2003) [80]. Результати показали, що емоційний інтелект, самоефективність і креативність були позитивно пов'язані один з одним у працівників рекламних агентств. Крім того, емоційний інтелект і самоефективність виявилися важливими предикторами креативності. Аналіз посередництва показав часткову посередницьку роль самоефективності в поясненні зв'язку між емоційним інтелектом і креативністю. Значні групові відмінності щодо призначення роботи та досвіду роботи були виявлені в цій вибірці. Висновки показали, що креативні та арт-директори продемонстрували значно вищу креативність, аніж інші посадові особи. Також працівники з великим досвідом роботи мали більш високі показники емоційного інтелекту, вищу

самоефективність і більш високий рівень креативності порівняно з їхніми колегами [80].

R. Gupta та V. Вајај вивчали зв'язок між емоційним інтелектом, позитивним афектом і креативністю, а також посередницьку роль позитивного афекту у зв'язку між емоційним інтелектом і креативністю [71]. Двісті учасників, які працювали в різних організаціях в Індії, пройшли вимірювання емоційного інтелекту, креативності та позитивного афекту. Результати кореляційного аналізу показали, що емоційний інтелект позитивно пов'язаний з креативністю та позитивним афектом, а позитивний афект також позитивно пов'язаний з креативністю. Усі чотири субшкали емоційного інтелекту також були пов'язані з позитивним афектом і креативністю. Результати моделювання структурних рівнянь показали, що позитивний вплив діяв як частковий посередник у взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності. Це дослідження забезпечує емпіричну основу, показуючи, як емоційний інтелект передбачає креативність через позитивний вплив [71].

F. Yildirim, I. Trout та S.Hartzell у своїй роботі презентують результати вивчення питання, як емоційний інтелект і креативність впливають на підприємницькі наміри [94]. Було виявлено, що на підприємницькі наміри безпосередньо і позитивно впливають навички вирішення проблем, емоційна самосвідомість і контроль імпульсів. Крім того, було виявлено, що навички вирішення проблем безпосередньо й позитивно впливають на креативність, тоді як креативність не має прямого впливу на підприємницькі наміри [94].

У своїй роботі D. Goleman [68] описує спеціальні завдання для оцінки емоційної креативності. В одному із завдань респондентам пропонувалось зробити стисле описання ситуації, в якій вони могли б відчувати такі емоції, як, скажімо, радість, полегшення, дистрес. Як передбачалось, успішність описань певною мірою прогнозує успішність реальної поведінки в ситуаціях, коли людина відчуває такі емоційні переживання. Таким чином автор намагався розробити такі

завдання, які б одночасно актуалізували два психологічні феномени ЕІ та креативність.

Отже, аналіз робіт, присвячених дослідженню взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності особистості, показує, що такий зв'язок має місце. Він є різноманітним і його виявлення залежить від валідності та стандартизованості тих інструментів, якими вимірювалися ЕІ та креативність, а також статистичних методів обробки емпіричних матеріалів. Актуальність досліджень взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності аргументується потребами для підвищення професійно-психологічної компетентності фахівців окремих напрямків професійної діяльності, зокрема, менеджменту, туризму, реклами, продажів тощо. Значущість досліджень полягає у розкритті природи взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності та можливості на цій основі розробляти програми розвитку ЕІ та креативності.

Висновки до розділу 1

Емоційний інтелект – це інтегральна здатність людини усвідомлювати свої емоції та емоції інших людей, керувати ними і діяти відповідно до рівня усвідомленості та контрольованості ними для досягнення певної мети.

На сьогодні поняття емоційного інтелекту є достатньо розробленим, однак ще залишається багато питань, що викликають дискусії. Зокрема, це питання визначення емоційного інтелекту, його структури, функцій, співвідношення з іншими психологічними явищами, особливостей розвитку.

Сучасні уявлення про структуру емоційного інтелекту є досить різноманітними, а серед авторів немає єдиної концепції щодо його чинників. Основними структурними компонентами емоційного інтелекту, які в різних моделях можуть мати змінені назви, є 1) сприйняття емоцій; 2) фасилітація за допомогою емоцій розумових процесів; 3) розуміння емоцій; 4) управління емоціями. Ці структурні елементи наповнені більш детальними змістами, які від моделі до моделі емоційного інтелекту можуть мати відмінності та розгортатися

на трьох рівнях прояву: когнітивному, емоційному та поведінковому. Основними функціями емоційного інтелекту в життєдіяльності людини є: інтерпретативна, регулятивна, адаптивна (стресозахисна), активізуюча.

Креативність – це готовність і здатність індивіда до сприйняття і продукування принципово нових ідей, що відхиляються від традиційних схем мислення, а також здатність вирішувати проблеми, що виникають всередині статичних систем. Креативність характеризується такими основними параметрами: 1) здатністю до виявлення й формулювання проблем; 2) здатністю до генерування великої кількості ідей; 3) гнучкістю, як здатністю до продукування різнобічних думок; 4) оригінальністю, що проявляється в здатності діяти і мислити нестандартним способом; 5) здатністю вдосконалювати об'єкт сприймання, додаючи нові деталі; 6) здатністю розв'язувати проблеми шляхом реалізації відповідних аналітико-синтетичних операцій. Креативність детермінується такими чинниками: 1) інтелектом; 2) знаннями; 3) стилем мислення; 4) індивідуальними рисами; 5) мотивацією; б) зовнішнім середовищем.

Креативність як процес розгортається за такими етапами: 1) підготовчий етап – свідомою роботою, спрямованістю особистості на пошук нової ідеї, продумування можливих варіантів і шляхів її ствердження; 2) несвідомою роботою – витіснення ідеї в підсвідомість, її визрівання, підсвідоме зіставлення з іншими аналогічними проблемами і їх рішеннями; 3) перехід неусвідомлюваного в свідоме (інсайт) – знаходження ідеї в її головних засадах і характеристиках, як основи, фундаменту; 4) свідомою роботою – розвиток ідеї, знаходження відповідних засобів її втілення, її структуризація й матеріалізація, апробація результатів ідеї як цілісної продуктивної системи.

Поняття креативність та творчість не є синонімами, спільне між ними – це критерій новизни, а основна відмінність між ними полягає в цілепокладанні та прагматичності результатів креативного процесу.

Дослідження креативності здійснюється на сьогодні через призму психодинамічного, психометричного, когнітивного, соціально-особистісного та інтегративного підходів, що з одного боку, сприяє різнобічному вивченню цього феномена, але з другого – створює розмаїття думок, які потребують аналізу та узагальнення.

Сучасний стан наукових досліджень з вивчення взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності особистості, показує, що такий зв'язок існує, він є різноманітним і його виявлення залежить від валідності та стандартизованості тих інструментів, якими вимірюється емоційний інтелект та креативність, а також статистичних методів обробки емпіричних матеріалів. Актуальність досліджень взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності аргументується потребами розвитку психологічної компетентності фахівців окремих напрямків професійної діяльності, зокрема, менеджменту, туризму, реклами, продажів тощо. Значущість досліджень полягає у розкритті природи взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності та можливості на цій основі розробляти відповідні програми розвитку емоційного інтелекту та креативності.

Особливості розвитку емоційного інтелекту та креативності особистості вивчаються через призму професійної діяльності та важливості вказаних властивостей для неї, а також через призму розвитку та формування емоційного інтелекту та креативності для розробки рекомендацій та різних тренінгових програм та їхньої реалізації.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА КРЕАТИВНОСТІ У ПРАЦІВНИКІВ ЛОГІСТИЧНОЇ КОМПАНІЇ

2.1. Організація дослідження та характеристика його методів

Будь-яке дослідження починається з розроблення його плану й програми, оскільки чітке слідування організаційним аспектам неодмінно приведе до поставленої цілі.

Дослідження було розпочато відразу після визначення його теми «Взаємозв'язок емоційного інтелекту та креативності у працівників логістичної компанії». Збір емпіричної інформації здійснювався упродовж січня-лютого 2024 року під час практики, а далі проводилася робота з обробки отриманих даних, пошуку й опрацювання інформаційних джерел. Відповідно до мети і поставлених завдань пошукової роботи можна виділити такі змістові етапи:

1) інформаційний – підбір та розгляд спеціальних наукових джерел за темою дослідження, тобто робіт з питань емоційного інтелекту та креативності особистості, вивчення історії становлення та сучасного стану проблеми;

2) організаційний – розробка дизайну дослідження, опрацювання питань методології, визначення методик для науково-пошукової роботи; складання робочого плану;

3) дослідницький – розроблення гугл-форми, проведення емпіричного дослідження, опрацювання отриманих результатів, статистична обробка отриманих результатів;

4) аналітичний – аналіз отриманих результатів, їх узагальнення, опис і пояснення фактів, обґрунтування тенденцій, підкреслення значущих кореляційних зв'язків емоційного інтелекту та креативності особистості;

5) практичний – розроблення практичних рекомендацій і тренінгу розвитку емоційного інтелекту та креативності особистості з урахуванням

виявлених у дослідженні зв'язків між емоційним інтелектом та креативністю особистості.

За своєю структурою дослідження у психології є сукупністю прийомів та операцій, спрямованих на вивчення реальних проявів тих чи інших психологічних явищ і залежить від конкретних умов, цілей і завдань дослідження. У процесі емпіричного дослідження важливо спиратися на головні принципи побудови психологічних досліджень, а саме: об'єктивність пізнання психічних явищ; вивчення психічних явищ у їх динаміці; аналітико-синтетичний підхід до дослідження психічних явищ.

Найпоширенішими з емпіричних методів є спостереження; експеримент; опитування; тести; аналіз документів; вивчення продуктів діяльності; експертна оцінка. У нашому дослідженні ми будемо опиратися на метод опитування за допомогою використання стандартизованих методик-опитувальників.

Оскільки в умовах воєнних дій в Україні та умовах завантаженості потенційних досліджуваних в межах їхньої професійної діяльності, дослідження проводилося онлайн з використанням гугл-форми.

2.2. Характеристика вибірки

Всього дослідженням було охоплено 30 осіб, з яких 20 осіб – це жінки та 10 чоловіки – віком від 20 до 59 років. Вибірку склали лише працівники однієї логістичної компанії ТОВ «ЛОГІСТИКА ЮА». У вивченні особливостей зв'язку креативності та емоційного інтелекту взяли участь ті особи, які дали згоду на його проходження. При організації дослідження ми мали певні труднощі із залученням людей для участі у ньому, хоча посилання на гугл-форму було доступно і розсилалося усім працівникам компанії.

Особливості вибірки за статевим розподілом представлено на рисунку 2.1.

Як бачимо, вибірка має нерівномірний розподіл учасників дослідження за ознакою статі. Жінок взяло участь у дослідженні удвічі більше, ніж чоловіків.

Вкажіть Вашу стать

31 відповідь

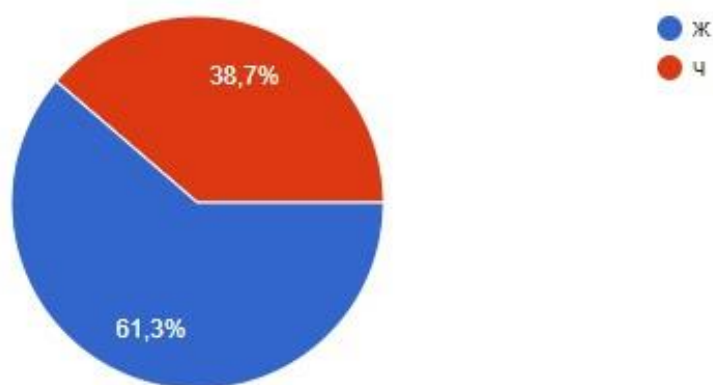


Рис. 2.1 Розподіл вибірки за ознакою статі

Оскільки вибірка має нерівномірний статевий розподіл учасників дослідження, то цей фактор не буде враховуватися при аналізі отриманих результатів.

Особливості вибірки досліджуваних за віковим розподілом представлено на рисунку 2.2.

Ваш вік

30 відповідей

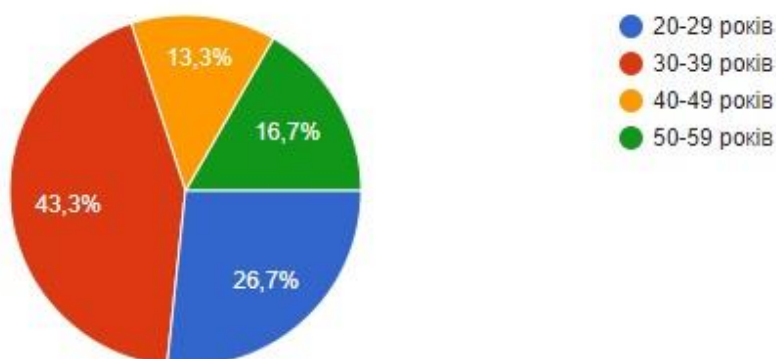


Рис. 2.2. Віковий розподіл вибірки

Як можна бачити, що найбільш представленою є група осіб віком 30-39 років (45,2%), а також 20-29 років (25,8%). Менше представлено досліджуваних

віком 40-49 років (12,9%) та 50-59 років (16,2%). Оскільки вибірка має нерівномірний віковий розподіл учасників дослідження, то цей фактор не буде враховуватися при аналізі отриманих результатів.

Вбачаємо перспективи цього дослідження у залученні до нього більшої кількості представників чоловічої статі та представників вікової категорії від 40 та більше років, щоб можна було аналізувати отримані емпіричні результати через призму вікових та статевих особливостей.

2.3. Обґрунтування методичного забезпечення дослідження

Підбір і обґрунтування методичного забезпечення емпіричного дослідження є важливим завданням, адже факт стандартизованості методик забезпечує якість самого дослідження та висновків, які буде зроблено на основі отриманого матеріалу.

Відповідно до мети дослідження нашу увагу привернули такі методики:

- 1) методика діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом);
- 2) опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д.В. Люсіним);
- 3) методика дослідження креативності (за Н.Ф. Вишняковою);
- 4) опитувальник «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі).

Ці методики попарно 1) «Методика діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом)» та опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д. В. Люсіним) і 2) «Методика дослідження креативності» (за Н.Ф. Вишняковою) та опитувальник дослідження креативності «Наскільки ви творчі?» (за М. Чиксентміхалі) доповнюють одна одну. В кожній методиці з визначених пар є такі індикатори, які є важливими для дослідження, хоча окремі індикатори повторюються. Крім того методики дослідження креативності є різноплановими. «Методика дослідження креативності» (за Н.Ф. Вишняковою) спрямована на вивчення особливостей креативності, в той час як опитувальник дослідження

креативності «Наскільки ви творчі?» (за М. Чиксентміхалі) спрямований на дослідження креативності як процесу.

Діагностика емоційного інтелекту (за Н. Холлом)

Методика, яка була розроблена Н. Холлом [72; 73], спрямована на діагностику здатності розуміти взаємовідносини особистості, які репрезентуються через емоції й показує, як людина використовує емоції у своєму житті, як враховує різні аспекти емоційного інтелекту: ставлення до себе та до людей з оточення, здатність до спілкування, ставлення до життя та пошук гармонії.

Опитувальник Н. Холла містить 30 запитань, відповіді на які оцінюються в межах від 1 до 5 та дозволяє діагностувати рівні прояву 5 показників емоційного інтелекту, а саме:

1) емоційна обізнаність – інтерпретується як розуміння своїх емоцій та їх наслідків. Чи розуміє людина, чому відчуває ті чи інші почуття та емоції, чи усвідомлює свої сильні та слабкі сторони, чи схильна до роздумів та навчатися на своєму досвіді;

2) управління своїми емоціями (емоційна відхідливість, емоційна гнучкість) – мова йде про самоконтроль та вміння керувати руйнівними переживаннями. Висока виразність якості характеризується ясним мисленням та збереженням самовладання у стресових ситуаціях особи;

3) самомотивація (довільне керування своїми емоціями) – виражається в орієнтації на результат пошуку найефективніших способів досягнення мети. Людина з високою мотивацією вміє працювати у групі, прагне виконати її місії, не боїться невдач та може вдаватися до обґрунтованого ризику;

4) емпатія – розуміння почуттів інших людей та зацікавленість ними. Люди, які мають цю якість, вміють слухати, уважні до міміки та жестів, здатні вгадувати емоції та настрої, виявляють повагу до інших, незалежно від їхнього походження чи освіти. Толерантні та терпимі до недоліків оточуючих;

5) розпізнавання емоцій інших людей (вміння впливати на емоційний стан інших) – виявляється в умінні завойовувати прихильність, йти на компроміс, переконливо подавати інформацію та вести переговори, дипломатично спілкуватися із «важкими» людьми, надихати та вести за собою.

Ця методика є стандартизованою та адаптованою для проведення досліджень українською мовою [8; 31; 61].

Опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д. В. Люсіним)

Для визначення рівня емоційного інтелекту було обрано опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (автор Д. Люсін). При створенні опитувальника розробник опирався на власну модель емоційного інтелекту, який визначає як здатність до ідентифікації своїх та чужих емоцій, а також управління ними. Автор також розрізняє внутрішньоособистісний і міжособистісний емоційний інтелект (інтерперсональний та інтраперсональний), які тісно пов'язані один з одним. Автор підкреслює, що його модель емоційного інтелекту суттєво відрізняється від інших моделей, оскільки вона повністю незалежна від особистісних характеристик респондентів.

Опитувальник містить 46 питань та дає можливість дослідити 10 показників емоційного інтелекту, а саме:

- 1) розуміння чужих емоцій;
- 2) управління чужими емоціями;
- 3) розуміння своїх емоцій;
- 4) управління своїми емоціями;
- 5) контроль експресії;
- 6) міжособистісний емоційний інтелект;
- 7) внутрішньоособистісний емоційний інтелект;
- 8) розуміння емоцій;
- 9) управління емоціями;
- 10) загальний рівень емоційного інтелекту.

У дослідженні О. Амплєєвої [2] щодо використання методики Д. Люсіна для вивчення особливостей емоційного інтелекту констатується, що ця методика дійсно вимірює заявлені показники. Також ця методика є стандартизованою та адаптованою для проведення досліджень українською мовою [1; 2; 15].

Методика дослідження креативності (за Н.Ф. Вишняковою) [29].

Методика дослідження креативності містить 80 запитань, які вимагають відповідей так або ні та дозволяє діагностувати 8 показників креативності, а саме:

1) творче мислення – це рівень мислення, якому притаманна оригінальність та незвичність пропонуванних ідей, це прагнення до інтелектуальної новизни у вирішенні завдання (проблеми), здатність бачити предмет і можливості його використання під новим кутом зору й продукувати нові ідеї у невизначеній ситуації;

2) допитливість – це мотиваційна спрямованість або емоційна сторона пізнавальних потреб людини, які проявляються у бажанні отримувати нові знання чи нову інформацію;

3) оригінальність – це атрибут або якість продукту або творіння, або способу дій, які не було скопійовано чи імітовано, а пов'язані з чимось новим і таким, що можна використовувати для створення подібних варіантів;

4) уява – це відображення предметів та явищ у свідомості людини, що не були раніше у сприйнятті, але виникли на основі елементів минулого досвіду. Уява лежить в основі: а) побудови образів, засобів і кінцевого результату предметної діяльності суб'єкта; б) створення програми поведінки в проблемній ситуації; в) створення образів, які відповідають описам об'єкта;

5) інтуїція – здатність людини несвідомо, відчуттям уловлювати істину, передбачати, вгадувати щось, спираючись на попередній досвід, знання;

б) емоційність, емпатія – розуміння стосунків, почуттів, психічних станів власних та іншої людини у формі переживання та співпереживання;

7) почуття гумору – це інтелектуальна здібність особи оперувати водночас кількома поглядами на реальність, виявляти протиріччя та оцінювати їх з комічної точки зору;

8) творче ставлення до професії – це схильність до пошуку можливостей для творчості у рутинній професійній діяльності.

Ця методика доступна для дослідницької та психодіагностичної роботи українською мовою, однак інформації про її адаптацію і стандартизацію знайти не вдалося [29; 51].

Опитувальник «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі) [62].

Опитувальник містить 16 запитань, на які є 5 можливих варіантів відповідей (ніколи, рідко, іноді, часто, завжди). Цей опитувальник дозволяє оцінити загальний показник креативності та 5 показників творчого процесу, які відображають включення у повсякденний творчий процес, а саме:

1) включення у процес підготовки – занурення в проблеми та питання, які є привабливими, викликають цікавість та є актуальними;

2) інкубація – процес роботи над ідеями, коли вони не обдумуються усвідомлено;

3) інсайт – переживання моменту, коли проблема отримує сенс і з'являється розуміння фундаментальності питання;

4) оцінка – момент переконання, що розуміння має достатню цінність, щоб переважити різні витрати, пов'язані з упровадженням.

5) розробка – створення плану впровадження рішення та його подальшої реалізації.

Ця методика перекладена українською мовою, однак вона ще не була адаптована і стандартизована для україномовного середовища.

Отже, для реалізації емпіричної частини дослідження нами було проаналізовано наявний на сьогоднішній день методичний інструментарій та обрано відповідні до мети і завдань пошукової роботи психодіагностичні методики.

2.3. Аналіз та інтерпретація отриманих емпіричних результатів

Усі отримані за допомогою гугл-форми відповіді були опрацьовані згідно з ключами до методик та внесено у таблиці для того, щоб провести відповідну обробку результатів.

Насамперед, нами було розраховано відсоткові співвідношення показників емпіричного дослідження, які представлено відповідно у таблицях (табл. 2.1-2.4).

У таблиці 3.1 представлено відсоткові співвідношення емпіричних результатів, отриманих за допомогою методики діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом).

Таблиця 2.1 – Відсоткові співвідношення результатів отриманих за допомогою методики діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом)

назва шкали	низький рівень		середній рівень		високий рівень	
	п	%%	п	%%	п	%%
емоційна обізнаність	4	13,3	14	46,7	12	40,0
управління своїми емоціями	19	63,3	8	26,7	3	10,0
самотивація	9	30,0	14	46,7	7	23,3
емпатія	7	23,3	17	56,7	6	20,0
розпізнавання емоцій інших людей	10	33,3	18	60,0	2	6,7
інтегральний показник	9	30,0	18	60,0	3	10,0

Як бачимо, що найчастіше можна спостерігати середні показники прояву окремих особливостей емоційного інтелекту, зокрема, таких як емоційна обізнаність, самотивація, емпатія, розпізнавання емоцій інших людей та інтегральний показник. Домінування низького рівня прояву виявлено за показником управління власними емоціями. Для більшості учасників

дослідження управління власними емоціями, яка потребує цілеспрямованого розвитку. Лише 10,0% досліджуваних оцінюють особистісну здатність управляти своїми емоціями як високу.

У таблиці 2.2 представлено відсоткові співвідношення емпіричних результатів, отриманих за допомогою опитувальника емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д.В. Люсіним).

Насамперед, виділяється низький показник високого рівня прояву за шкалою управління емоціями (6,6%). Провідним тут є низький рівень (76,7%). Аналогічний результат було виявлено і за методикою діагностики емоційного інтелекту за Н. Холлом. Тобто більшість досліджуваних мають недостатній рівень розвитку здатності до управління власними емоціями, станами, почуттями.

Таблиця 2.2 – Відсоткові співвідношення результатів отриманих за допомогою опитувальника емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д. В. Люсіним)

назва шкали	низький рівень		середній рівень		високий рівень	
	п	%%	п	%%	п	%%
міжособистісний емоційний інтелект	8	26,7	12	40,0	10	33,3
внутрішньо особистісний емоційний інтелект	6	20,0	14	46,7	10	33,3
розуміння емоцій	8	26,7	11	36,7	11	36,7
управління емоціями	23	76,7	5	16,7	2	6,6
загальний рівень емоційного інтелекту	11	36,7	10	33,3	9	33,3

Всі інші показники мають більш-менш схожий розподіл між низькими, середніми та високими показниками. Провідним є середній рівень розвитку основних показників емоційного інтелекту.

У таблиці 3.3 представлено відсоткові співвідношення емпіричних результатів, отриманих за допомогою методики дослідження креативності (за Н.Ф. Вишняковою).

Таблиця 3.3 – Відсоткові співвідношення результатів отриманих за допомогою методики дослідження креативності (за Н.Ф. Вишняковою)

назва шкали	низький рівень		середній рівень		високий рівень	
	п	%%	п	%%	п	%%
Творче мислення	4	13,3	15	50,0	11	36,7
Допитливість	5	16,7	19	63,3	6	20,0
Оригінальність	6	20,0	15	50,0	9	30,0
Уява	8	26,6	15	50,0	7	23,3
Інтуїція	4	13,3	15	50,0	11	36,7
Емоційність, емпатія	8	26,7	16	53,3	6	20,0
Почуття гумору	6	20,0	11	36,7	13	43,3
Творче ставлення до професії	12	40,0	13	43,7	5	16,7
Загальний показник	5	16,7	18	60,0	7	23,3

У переважній більшості виявлено перевагу середніх значень різних шкал креативності, зокрема таких як творче мислення, допитливість, оригінальність, уява, інтуїція, емоційність (емпатія). Привертає увагу факт, що серед інших провідним є високий рівень почуття гумору як індикатор креативності. Низький та середній показники творчого ставлення до професії (роботи) знаходяться майже на одному рівні. Середній рівень загального показника креативності майже в три рази перевищує високий та в чотири рази низький загальні рівні креативності.

Відсоткові співвідношення результатів отриманих за допомогою опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі) представлено у таблиці 2.4. Тут також провідними є середні показники креативності, які знаходяться в межах $50,0_{\text{мін}} - 56,7_{\text{макс}}$ %% . Низькі та високі показники знаходяться майже однаковому рівні.

Таблиця 2.4 – Відсоткові співвідношення результатів отриманих за допомогою опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі)

назва шкали	низький рівень		середній рівень		високий рівень	
	n	%%	n	%%	n	%%
Пошук проблем (підготовка)	7	23,3	16	53,3	7	23,3
Збір і обмірковування інформації (інкубація)	6	20,0	16	53,3	8	26,7
Дослідження проблеми (інсайт)	6	20,0	17	56,7	7	23,3
Генерування та оцінка ідей (оцінка)	5	16,7	17	56,7	8	26,7
Реалізація (розробка)	7	23,3	15	50,0	8	26,7
Загальний результат	8	26,7	15	50,0	7	23,3

Отже, аналіз відсоткових співвідношень основних результатів дослідження дозволяє констатувати, що для досліджуваної вибірки притаманним є домінування середніх показників прояву досліджуваних особливостей емоційного інтелекту та креативності. Однак, особливістю вибірки є переважання низького рівня управління власними емоціями як індикатора емоційного інтелекту та високо розвинене почуття гумору як індикатора креативності.

2.4. Аналіз результатів кореляційного аналізу за отриманими показниками

Відповідно до мети кваліфікаційної роботи, а саме, дослідження зв'язку емоційного інтелекту і креативності особистості у працівників логістичної

компанії, було проведено обчислення коефіцієнтів кореляції за Ч. Спірменом (r-Спірмена). Розрахунки проводилися за допомогою програмного продукту Excel.

Відразу зауважимо, що для вибірки обсягом $n=30$ значущими є r-Спірмена більше 0,36 на рівні значущості $p=0,05$ та r більше 0,47 на рівні значущості $p=0,01$.

Коефіцієнти кореляції за Ч. Спірменом між показниками методик діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом) та дослідження креативності (за Н.Ф. Вишняковою) представлено у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5 – Коефіцієнти кореляції за Ч. Спірменом між показниками методик діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом) та дослідження креативності (за Н.Ф. Вишняковою)

	Творче мислення	Допитливість	Оригінальність	Уява	Інтуїція	Емоційність, емпатія	Почуття гумору	Творче ставлення до професії	Загальний показник
Емоційна обізнаність	-0.259	0.019	0.114	-0.003	0.296	-0.315	0.063	-0.382*	-0.126
Управління своїми емоціями	-0.220	0.120	-0.136	-0.065	0.243	-0.147	-0.115	-0.225	-0.127
Самомотивація	-0.235	-0.030	-0.028	-0.181	0.308	-0.387*	-0.015	-0.171	-0.167
Емпатія	-0.235	-0.082	-0.075	-0.153	0.308	-0.338	0.055	-0.226	-0.168
Розпізнавання емоцій інших людей	-0.273	-0.072	-0.075	-0.065	0.296	-0.267	0.027	-0.113	-0.127
Інтегральний показник	-0.261	-0.073	-0.028	-0.153	0.242	-0.315	-0.015	-0.276	-0.225

* рівень значущості $p=0,05$

** рівень значущості $p=0,01$

Як бачимо було отримано два значущих коефіцієнтів кореляції між індикаторами емоційного інтелекту та креативності. Отже, надамо інтерпретацію значущим коефіцієнтам кореляції.

Виявлено негативний значущий коефіцієнт кореляції між показником емоційного інтелекту «емоційна обізнаність» та показником креативності «творче ставлення до професії» -0.382 ($p=0,05$). Це вказує на те, що високий рівень знань та розуміння емоційних проявів пов'язані з низькими показниками творчого ставлення до професії.

Другий значущий негативний коефіцієнт кореляції виявлено між показником емоційного інтелекту «самотивація» та показником креативності «емоційність, емпатія» -0.387 ($p=0,05$), що вказує на те, що високий рівень самотивації пов'язаний з низьким рівнем емоційності і навпаки.

Розрахунки коефіцієнтів кореляції за Ч. Спірменом між показниками методик діагностики емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д. В. Люсіним) та дослідження креативності (за Н. Ф. Вишняковою) представлено у таблиці 2.6.

Таблиця 2.6 – Коефіцієнти кореляції за Ч. Спірменом між показниками методик діагностики емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д. В. Люсіним) та дослідження креативності (за Н. Ф. Вишняковою)

	РЧЕ ¹	УЧЕ ²	РСЕ ³	УСЕ ⁴	КЕ ⁵	МЕІ ⁶	ВЕІ ⁷	РЕ ⁸	УЕ ⁹	EQ ¹⁰
творче мислення	-0.176	-0.040	-0.141	0.384*	0.301	-0.287	-0.362*	-0.204	-0.113	-0.227
допитливість	-0.067	0.124	-0.081	0.006	0.032	0.116	-0.220	-0.256	-0.02	-0.027
оригінальність	0.119	-0.109	0.009	-0.113	0.002	-0.164	-0.147	-0.014	0.115	0.098
уява	-0.046	0.101	-0.263	0.016	-0.091	-0.100	-0.381*	0.006	-0.084	-0.193
інтуїція	0.001	-0.055	-0.185	-0.286	-0.015	0.051	-0.040	0.005	-0.228	-0.203
емоційність, емпатія	0.438*	-0.055	-0.263	-0.113	0.002	-0.164	-0.148	0.391*	-0.084	-0.261
почуття гумору	0.074	-0.164	-0.297	0.016	-0.091	-0.100	0.010	-0.064	0.102	0.005
творче ставлення до професії	-0.136	-0.164	-0.207	-0.286	-0.091	-0.164	-0.220	-0.255	-0.229	-0.237
загальний показник	-0.156	-0.016	-0.297	-0.249	-0.015	-0.101	-0.148	-0.256	-0.114	-0.203

* рівень значущості $p=0,05$

** рівень значущості $p=0,01$

¹РЧЕ – розуміння чужих емоцій

²УЧЕ – управління чужими емоціями

³РСЕ – розуміння своїх емоцій

⁴УСЕ – управління своїми емоціями

⁵КЕ – контроль експресії

⁶МЕІ – міжособистісний емоційний інтелект

⁷ВЕІ – внутрішньо особистісний емоційний інтелект

⁸РЕ – розуміння емоцій

⁹УЕ – управління емоціями

¹⁰EQ – загальний рівень емоційного інтелекту

Насамперед, бачимо значущий коефіцієнт кореляції між показником креативності «творче мислення» та показником ЕІ «управління своїми

емоціями» 0.384 ($p=0,05$). Здатність до управління емоціями означає, що людина може контролювати силу емоцій, передусім гальмувати понад міру сильні емоції; може контролювати зовнішній прояв емоцій; при необхідності може довільно викликати ту чи іншу емоцію. Виявлений зв'язок вказує, що високий рівень творчого мислення пов'язаний з високим рівнем здатності до управління емоціями і навпаки. Тобто при сприянні розвитку творчого мислення можна сприяти розвитку здатності до управління емоціями.

Значущий негативний коефіцієнт кореляції -0.362 ($p=0,05$) відображає обернений зв'язок між показником креативності «творче мислення» та показником EI «внутрішньо особистісний емоційний інтелект». Тобто більш високим показникам творчого мислення відповідають більш низькі показники внутрішньо особистісного емоційного інтелекту і навпаки.

Виявлено значущий негативний коефіцієнт кореляції -0.381 ($p=0,05$) між показником креативності «уява» та показником EI «внутрішньо особистісний емоційний інтелект», що вказує, що у працівників логістичної компанії високим показникам уяви відповідають більш низькі показники внутрішньо особистісного емоційного інтелекту і навпаки

Виявлено значущі коефіцієнти кореляції між показником креативності «емоційність, емпатія» та показниками EI «розуміння чужих емоцій» 0.438 ($p=0,05$) та «розуміння емоцій» 0.391 ($p=0,05$). Результати ніби закономірні, що емоційна чутливість, емпатійність у творчих процесах має тісний зв'язок з розумінням чужих емоцій та емоцій загалом, але дивує відсутність значущих зв'язків з іншими проявами емоційного інтелекту.

Розрахунки коефіцієнтів кореляції за Ч. Спірменом між показниками методики діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом) та опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі) представлено у таблиці 2.7.

Зауважимо лише, що за допомогою опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі) досліджується не креативність як здатність

особистості до творчої діяльності, а креативність як процес, який має певні етапи свого розгортання у часі і просторі, реалізації.

Виявлено 3 значущі коефіцієнти кореляції між показниками емоційного інтелекту (за Н. Холлом) та показниками креативності (за М. Чиксентміхалі).

Значущий коефіцієнт кореляції 0.473 ($p=0,01$) між показником креативності «збір і обмірковування інформації (інкубація)» та ЕІ «емоційна обізнаність» вказує на прямий зв'язок між обома індикаторами, що означає, що високим показникам індикатора «інкубація» будуть відповідати високі показники за шкалою «емоційна обізнаність» і навпаки.

Таблиця 2.7 – Коефіцієнти кореляції за Ч. Спірменом між показниками методики діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом) та опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі)

	емоційна обізнаність	управління своїми емоціями	само мотивація	емпатія	розпізнавання емоцій інших людей	інтегральний показник
Пошук проблем (підготовка)	-0.078	0.199	0.068	-0.239	0.144	0.070
Збір і обмірковування інформації (інкубація)	0.473**	0.171	-0.302	0.083	0.122	0.365*
Дослідження проблеми (інсайт)	0.355*	-0.298	0.009	0.025	0.213	-0.254
Генерування та оцінка ідей (оцінка)	-0.159	-0.055	-0.046	-0.239	0.144	-0.254
Реалізація (розробка)	0.155	-0.011	0.009	0.026	0.144	0.085
Загальний результат	0.179	-0.011	-0.046	0.025	0.122	0.070

* рівень значущості $p=0,05$

** рівень значущості $p=0,01$

Виявлено значущий коефіцієнт кореляції між показником креативності «дослідження проблеми (інсайт)» та ЕІ «інтегральний показник» 0.365 ($p=0,05$). Аналогічно попередньому коефіцієнту – це вказує, що високі показники мають одночасний прояв і навпаки.

Виявлено значущий коефіцієнт кореляції між показником креативності «збір і обмірковування інформації (інкубація)» та ЕІ «емоційна обізнаність» 0.355 ($p=0,05$). Аналогічно високим показникам «збір і обмірковування інформації (інкубація)» відповідають високі показники «емоційна обізнаність» і навпаки.

Виявлені значущі коефіцієнти кореляції вказують на наявність зв'язку між особливостями креативних процесів та проявами емоційного інтелекту.

Результати обчислень коефіцієнтів кореляції за Ч. Спірменом між показниками методики діагностики емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д. В. Люсіним) та опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі) представлено у таблиці 2.8.

Таблиця 2.8 – Коефіцієнти кореляції за Ч. Спірменом між показниками методики діагностики емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д.В. Люсіним) та опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі)

	Пошук проблем (підготовка)	Збір і обмірковування інформації (інкубація)	Дослідження проблеми (інсайт)	Генерування та оцінка ідей (оцінка)	Реалізація (розробка)	Загальний результат
Розуміння чужих емоцій	-0.023	0.158	0.284	-0.149	-0.078	-0.048
Управління чужими емоціями	-0.126	0.127	0.279	-0.263	-0.034	-0.093
Розуміння власних емоцій	0.024	0.012	-0.205	-0.230	-0.144	0.006
Управління власними емоціями	0.153	-0.171	0.157	-0.262	-0.012	-0.005
Контроль експресії	0.121	0.074	0.013	-0.207	-0.113	-0.032
Міжособистісний емоційний інтелект	-0.078	-0.110	0.225	-0.163	-0.072	-0.048
Внутрішньо особистісний емоційний інтелект	0.167	0.066	0.232	-0.249	-0.144	0.006
Загальний показник розуміння емоцій	0.001	0.111	0.187	-0.207	0.176	-0.326
Загальний показник	-0.021	0.049	0.232	0.248	-0.366*	0.191

управління емоціями						
Загальний показник емоційного інтелекту	0.017	0.111	0.077	-0.369*	0.086	0.022

* рівень значущості $p=0,05$

** рівень значущості $p=0,01$

Виявлено два значущих коефіцієнта кореляції між показниками методики діагностики емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д.В. Люсіним) та опитувальника «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі).

Негативний коефіцієнт кореляції між загальним показником емоційного інтелекту «управління емоціями» та показником креативності «реалізація (розробка)» -0.366 ($p=0,05$). Цей результат вказує, що чим вищим є здатність до управління емоціями, тим з меншою ймовірністю особистість буде займатися реалізацією ідей своїх творчих роздумів, вигадок тощо. Виходячи з цього результату, можна припустити, що підвищена здатність до управління емоціями може мати певний обмежуючий вплив на креативні процеси, зокрема на здатність реалізовувати та розробляти ідеї.

Негативний коефіцієнт кореляції між загальним показником емоційного інтелекту та показником креативності «генерування та оцінка ідей (оцінка)» -0.369 ($p=0,05$). Цей результат наводить на думку, що чим вищим є емоційний інтелект особи, тим менше особистість буде включена у процес генерування ідей, фантазування тощо. Тобто в цьому випадку високий емоційний інтелект є ніби вартовим до того, щоб особа не марнувала час на вигадкування, на генерування нових ідей.

Отже, за результатами статистичної обробки отриманих емпіричних даних виявлено 12 значущих коефіцієнтів кореляції між різними показниками емоційного інтелекту та креативності, з яких по 6 мають прямий або обернений характер. Отримані коефіцієнти свідчать про наявність певного роду взаємозв'язків, що є важливо для подальшого пізнання окреслених психологічних феноменів та можливості використання отриманих результатів у

психологічному практикуванні, наприклад при розробці тренінгів чи розвивальних заходів для підвищення рівня емоційного інтелекту та креативності.

Висновки до розділу 2

Емпіричне дослідження будь-якої теми – це найважливіша частина науково-пошукової діяльності, яка дає емпірично здобутий матеріал для подальших теоретичних узагальнень чи підтвердження або спростування теоретичних припущень. Виконання кваліфікаційної роботи реалізовувалося через такі змістові етапи: 1) інформаційний; 2) організаційний; 3) дослідницький; 4) аналітичний і 5) практичний. На кожному з цих етапів було виконано поставлені завдання.

Вибірку емпіричного дослідження можна охарактеризувати як доступну, оскільки вона не є репрезентативною за ознакою віку та статі. Загалом дослідженням було охоплено 30 осіб віком від 20 до 59 років, з яких 60,0% – жінки і 40,0% – чоловіки. Всі учасники добровільно взяли участь у дослідженні і повністю виконали усі пропоновані завдання.

Методичне забезпечення психодіагностичного дослідження вимагає ретельного підбору відповідних методик. На сьогоднішній день, з одного боку, є широкий арсенал різноманітних методик, але з іншого боку, валідних, стандартизованих україномовних методик виявляється недостатньо. Відповідно до мети дослідження обрано такі психодіагностичні методики: 1) методика діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом); 2) опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д.В. Люсіним); 3) методика дослідження креативності (за Н. Ф. Вишняковою); 4) опитувальник «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі).

У переважній більшості ці методики є валідними, мають позитивні відгуки щодо їх використання у емпіричних психологічних дослідженнях.

Обчислення первинних статистик емпіричного дослідження дозволило виявити деякі особливості щодо прояву досліджуваних психологічних феноменів. Зокрема, звертають на себе увагу статистичні результати, що досліджувані нашої вибірки переважно мають низький рівень такого показника емоційного інтелекту як управління емоціями (низький рівень 76,6 % за методикою «ЕмІн» за Д. В. Люсіним та 63,3 % за методикою діагностики емоційного інтелекту за Н. Холлом). Первинні статистики за результатами дослідження креативності відповідають нормальному розподілу.

Розрахунки коефіцієнтів кореляції за Спірменом дозволили виявити 12 значущих показників, які вказують на достовірні зв'язки між окремими показниками емоційного інтелекту та креативності. Сім коефіцієнтів кореляції – це зв'язки емоційного інтелекту та властивостей креативності та п'ять коефіцієнтів – зв'язки ЕІ та окремих процесів креативності. Отже, можна говорити про те, що емоційний інтелект різнобічно пов'язаний з процесами та властивостями креативності.

РОЗДІЛ 3.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА КРЕАТИВНОСТІ

Результати емпіричних досліджень вказують на можливість розвитку ЕІ та креативності шляхом спеціально організованого навчання і виховання. Обов'язковою умовою ефективності реалізації програми розвитку ЕІ та креативності має бути орієнтація на загальні принципи здійснення психологічного втручання, на яких наголошує О.М. Кокун [30]:

- науковості – орієнтація на загальнонаукову методологію, сучасні наукові досягнення, використання науково обґрунтованих методів;
- системності – єдність поставлених цілей, завдань і результату;
- цілеспрямованості – підпорядкованість меті, її усвідомленню і сприйнятті суб'єктами психологічного впливу;
- адекватності – застосування заходів адекватних індивідуальним особливостям, поставленим завданням тощо;
- індивідуалізації – урахування індивідуальних особливостей кожної людини при виборі та застосуванні заходів, спрямованих на розвиток ЕІ та креативності;
- спрямованості на максимально можливі досягнення – сприяння здобуттю індивідом максимально можливих для нього здобутків.

Опанування емоційним інтелектом передбачає послідовне формування трьох компонентів – знань, умінь та навичок, які в комплексі дають такі рівні володіння softskill:

- високий (дозволяє активно використовувати навички у повсякденній та професійній діяльності);
- середній (навичка освоєна достатньою мірою, але індивід не завжди застосовує її впевнено та/або ефективно, є потреба у розвитку навички);

– низький (навичка освоєна недостатньо, поведінка людини потребує коригування) [11, с. 37].

До ефективних методів формування емоційного інтелекту відносяться:

I. Розвиток усвідомленості (через практики самопізнання та аутотренінги). Усвідомленість – це здатність перебувати в теперішньому моменті, і безоціночно проживати його на 100%. Це вміння не занурюватися у думки про події минулого або майбутнього, але сприймати поточні переживання безпосередньо [39, с. 118]. Розвиваючи усвідомленість, людина стає менш напруженою, краще справляється з робочими завданнями, менше відчуває негативних станів і вчиться керувати своїми емоціями. Це також може позитивно вплинути на взаємодію з іншими людьми і загальну якість життя.

Є різні методи тренування усвідомленості, які можуть розвинути цю здатність, зокрема:

1) медитація. Це один з найпопулярніших методів, який включає фокусування уваги на диханні або інших відчуттях, щоб допомогти зосередитися на теперішньому моменті;

2) йога. Йога не лише покращує фізичне здоров'я, але й сприяє усвідомленості через зосередження на позах і диханні;

3) щоденник вдячності. Ведення щоденника, де ви записуєте речі, за які ви вдячні, може допомогти вам бути більш усвідомленими і позитивно налаштованими;

4) майндфулнес-ходьба. Це практика, під час якої особа усвідомлює кожен крок і відчуття, пов'язані з ходьбою;

5) короткі майндфулнес-практики. Наприклад, «Трихвилинна медитація-перепочинок» або «Медитація усвідомленості тіла і дихання» можуть бути використані для коротких періодів релаксації протягом дня.

II. Аналіз емоційних реакцій (рефлексія). Аналіз емоційних реакцій через рефлексію – це процес, який дозволяє глибше зрозуміти свої почуття та емоції, а також причини їх виникнення. Це може включати в себе:

1) внутрішній діалог. Провести час на самоті, роздумуючи над своїми емоційними реакціями, щоб краще зрозуміти, що викликає певні почуття;

2) обговорення з іншими: Поділитися своїми думками та почуттями з довіреною особою, яка може допомогти їх проаналізувати;

3) медитація та майндфулнес. Практика медитації, щоб краще зосередитися на своїх емоціях і навчитися їх сприймати без оцінки;

4) професійна допомога.

Рефлексія може бути корисною не тільки для розуміння емоцій, але й для розвитку емоційної стійкості та здатності краще керувати своїми реакціями в майбутньому. Вона допомагає формувати більш здорові способи вираження емоцій та покращує загальне самопочуття.

III. Розвиток здатності розуміти емоційний стан інших (емпатії). Розвиток емпатії, здатності розуміти емоційний стан інших, є ключовим аспектом емоційного інтелекту. Методи, які можуть допомогти покращити цю здатність, такі:

1) посилення сприйняття. Намагатися уявити себе на місці інших та спостерігати за їхньою мовою тіла, щоб краще розуміти їх емоційний стан;

2) активне слухання. Повне включення у спілкування та увага до почуттів співрозмовника можуть значно підвищити рівень емпатії;

3) практика уважності. Уважність допомагає стати більш чутливим до контекстів та перспектив, а також вести до повноти життя в його зовнішніх і внутрішніх проявах;

4) саморефлексія. З'ясувати причину своїх емоційних станів та шукати джерела внутрішніх ресурсів може допомогти краще розуміти почуття інших.

Розвиток емпатії вимагає практики та часу, але це є важливим для побудови міцних відносин та ефективного спілкування.

IV. Підвищення самооцінки. Підвищення самооцінки – це важливий процес, який може позитивно вплинути на багато аспектів вашого життя, включаючи особистісний розвиток, професійне зростання та соціальні взаємодії:

1) зосередження на своїх сильних сторонах. Визначення та цінування своїх позитивних якостей та досягнень;

2) встановлення реалістичних цілей. Робота над досягненням малих, але значущих цілей, що можуть підвищити впевненість;

3) практика позитивного самовисловлювання. Заміна негативних думок про себе на позитивні афірмації;

4) розвиток нових навичок. Навчання чогось нового може підвищити самооцінку та відкрити нові можливості;

5) турбота про своє фізичне здоров'я. Регулярні фізичні вправи та здорове харчування можуть покращити самопочуття;

6) практика самоприйняття. Приймати себе таким, яким є, з усіма недоліками та перевагами;

7) уникання порівнянь з іншими. Кожна людина унікальна, тому порівняння може лише знижувати самооцінку;

8) підтримка від близьких. Спілкування з людьми, які цінують та підтримують, може підвищити самооцінку.

V. Усвідомлення впливу емоцій на поведінку людини.

VI. Розвиток мотивації. Розвиток мотивації – це процес, який допомагає людям знаходити внутрішні та зовнішні стимули для досягнення своїх цілей. Способами, які можуть допомогти розвинути мотивацію, є:

1) визначення цілей. Чітке уявлення про те, чого хоче досягти людина, може надихати на дії;

2) пошук внутрішнього стимулу. Знайти особистісне значення у своїх завданнях;

3) самоосвіта. Читання книг, перегляд відео, або відвідування семінарів може підвищити мотивацію;

4) встановлення проміжних цілей. Маленькі кроки та досягнення можуть підтримувати мотивацію на високому рівні;

5) самовдосконалення. Робота над розвитком навичок та здібностей;

б) отримання зворотного зв'язку. Конструктивна критика може допомогти визначити напрямки для подальшого розвитку;

7) відзначення успіхів. Святкування досягнень може служити додатковим стимулом для руху вперед.

Мотивація може бути різною: внутрішньою, зовнішньою, соціальною, професійною, емоційною, і кожен тип має свої особливості та методи розвитку. Важливо знайти те, що працює саме для людини, і використовувати це для підтримки мотивації.

VII. Тренування емоційної пам'яті.

VIII. Тренування самоконтролю (вербалізація, медитація, арт-терапія, психогімнастика та інше).

Арт-терапія – це сучасний метод психотерапії, де художня творчість є фактором лікування. Автори різних напрямів пропонують розглядати творчість як засіб самореалізації особистості та як прикладний інструмент для спостереження за психічним.

У витоках арт-терапевтичного методу відображені уявлення психоаналітиків З. Фрейда, К. Юнга та послідовників про втілення несвідомих психічних процесів у продуктах творчості.

Терапія творчістю – метод безпечний та універсальний, має мінімальну кількість бар'єрів та протипоказань, не вимагає від пацієнта особливих навичок та умінь. Метод застосовується при лікуванні психологічних травм, переживання горя та втрати, вирішенні внутрішньоособистісних конфліктів та роботи з дітьми. Лікувальна дія може мати просте спостереження за предметами мистецтва, які викличуть у людини емоційний відгук [46, с. 161].

Арт-терапія використовує творчий процес створення мистецтва для поліпшення фізичного, психічного та емоційного благополуччя людини. Цей метод дозволяє людям виражати свої почуття та думки через мистецтво, коли слова можуть бути недостатніми або важкими для висловлення. Арт-терапія включає в себе різноманітні техніки, такі як малювання, ліплення, колаж,

фотографія та інші форми візуального мистецтва. Однією з ключових переваг арт-терапії є її здатність обходити мовні бар'єри та дозволяти людям виражати складні емоції без необхідності артикулювати їх словесно.

Арт-терапія може бути корисною як засіб самопізнання та особистісного розвитку. Через творчий процес люди можуть досліджувати свої внутрішні світи, відкривати нові аспекти своєї особистості та вчитися краще розуміти себе. У арт-терапії важливим є не кінцевий продукт, а сам процес творчості. Це означає, що немає необхідності бути «художником» або мати особливі таланти для участі в арт-терапії. Головне – це відкритість до експериментування та бажання досліджувати.

Арт-терапевтичні сесії можуть проводитися індивідуально або в групах. Групові сесії можуть бути особливо корисними, оскільки вони дозволяють учасникам ділитися своїми досвідами та підтримувати один одного. Також групова арт-терапія може сприяти розвитку соціальних навичок та емпатії. Арт-терапія може бути застосована в різних контекстах, включаючи школи, лікарні, реабілітаційні центри та приватну практику. Вона може бути корисною для людей з різними діагнозами, включаючи депресію, тривожні розлади, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та багато інших.

Арт-терапія також може бути використана як доповнення до інших форм роботи. Це може допомогти клієнтам глибше працювати над своїми проблемами та знаходити творчі підходи до бачення проблем. Через мистецтво люди можуть знайти способи адаптації та вираження своїх переживань. Арт-терапія може допомогти людям відновити відчуття контролю над своїм життям, особливо коли вони відчувають безсилля або залежність. Через творчість вони можуть відчути себе більш здатними впливати на своє оточення і життя [5; 40].

Арт-терапія може бути також корисною для розвитку креативності та інноваційного мислення. Через експерименти з різними матеріалами та техніками люди можуть відкривати нові способи вирішення проблем та генерації ідей.

Арт-терапія є потужним інструментом, який може допомогти людям різного віку та з різними потребами. Через мистецтво та творчість, цей метод дозволяє досягати емоційного розвантаження, психологічного зцілення та особистісного росту. Арт-терапія відкриває безмежні можливості для самопізнання та самореалізації, роблячи її цінним доповненням до традиційних методів психотерапії.

В арт-терапевтичних техніках поєднано прийоми різних напрямів психотерапії, знання історії мистецтва, культурології та педагогіки.

Застосування арт-терапевтичних вправ дозволяє отримати такі позитивні результати: забезпечує ефективне емоційне відреагування; полегшує процес комунікації для замкнених, сором'язливих людей; надає додатковий вплив на усвідомлення людиною своїх почуттів, переживань, емоційних станів; суттєво підвищує особистісну цінність, сприяє підвищенню впевненості у собі.

Ця форма корекційного впливу нагадує народне мистецтво, цінністю якого є навіть не результат, а сам процес творіння, акт самовираження, вкладення почуттів та душевних сил. До видів його прояву можна віднести такі:

1. Образотерапія – образотворче мистецтво (робота з кольором, малюнком, пластилін, ліплення з глини, аплікація, малювання піском). Вправляючись у малюванні, ліпленні, складанні аплікацій, людина розуміє саму суть: будь-яку проблему можна висловити на папері, у пластиліні, глині, а головне – відокремити її при цьому від себе. І якщо страх відокремлений від самої людини, то вона запросто може його позбутися і жити далі лише позитивно.

Методами образотерапії є малювання на папері; малювання пальцями з використанням фарб, гуаші; складання аплікацій; малювання на піску; ліплення із пластиліну, глини. Іноді, щоб простежити, звідки взявся той або інший страх, слід створити серію малюнків, образів, виліпити цілу низку фігурок.

2. Терапія музикою та хореографією. Прослуховування музики, спів, гра на музичних інструментах, вистукування, танець – усі ці способи несуть людині нову гаму почуттів та переживань, яка поступово заміщає собою страх. Як

відомо, музичне мистецтво розширює свідомість, відповідно, розум бачить нові можливості і робить людину мудрішою і сильнішою внутрішньо. Відбувається зміцнення емоційної сфери.

3. Бібліотерапія (читання віршів, прози, казкотерапія) та імаготерапія (театр, створення образів, ляльок). Ці види корекції завжди йдуть поряд.

Особі можна запропонувати додумати будь-який літературний твір, у тому числі і казку, а потім взяти участь в інсценуванні. Імаготерапія – це театралізація та перетворення. Традиційно казка займає у лікуванні страхів перше місце завдяки можливості розсунути рамки свідомості і більш гостро виразити внутрішні переживання.

Психокорекційні вправи, в яких використовуються способи арт-терапії, бібліотерапії, лікування музикою мають свої переваги: не втомлюють протягом тривалого часу; у клієнтів зберігається висока працездатність, особиста зацікавленість; методи не вимагають великих фінансових витрат. Страх, тривожність, нестача комунікативної активності легко усуваються творчим процесом та підсумковим результатом.

4. Пісочна терапія, відома також як терапія грою з піском або сендплей, є формою впливу, яка використовує пісочницю, фігурки, а іноді й воду, для створення мініатюрних світів, що відображають внутрішні думки, боротьбу та проблеми людини. Цей метод був розроблений у кінці 1950-х рр. психологом Дорою Калфф, яка поєднала кілька технік та філософій для створення власного терапевтичного підходу.

Мета пісочної терапії полягає у наданні клієнтам можливості виразити свої почуття та переживання через символічну гру та творчість. Це особливо корисно для осіб, які важко висловлюють свої думки та емоції словами. Терапія може, як допомогти клієнтам працювати над болючими свідомими та несвідомими спогадами, так і сприяти креативному розвитку [40, с. 115].

Сьогодні технології арт-терапії, не зважаючи на синтез з лікувальною практикою, у багатьох випадках можуть використовуватися з розвивальною

метою. Зокрема, такі психокорекційні механізми арт-терапії, як: символічного реконструювання, емоційної децентрації, катарсису та присвоєння здатні позитивно впливати на емоційний розвиток.

Розвиваючись з урахуванням теоретичних ідей З. Фрейда та К. Юнга, арт-терапія з часом включила в себе гуманістичну модель розвитку особистості К. Роджерса та А. Маслоу, ставлячи перед собою основну мету – розвиток збалансованої особистості, яка вміє знаходити і утримувати рівновагу між амбівалентними почуттями: любов – ненависть, залежність – незалежність та ін. Ряд авторів розуміють арт-терапію як метод, що засобами художньої діяльності допомагає висловлювати свої переживання та знаходити шляхи вирішення емоційних проблем, що сприяє розвитку емоційного інтелекту, зокрема його таких властивостей як регулювання емоцій.

Сучасні дослідники як особливість застосування арт-терапії з метою корекції емоційних станів вказують на необхідність адаптації існуючих арт-терапевтичних методик таким чином, щоб здійснювати гармонізацію емоційного стану людини, її взаємодії з оточенням, надаючи необмежені можливості для самовираження та самореалізації у продуктах творчості. Метод арт-терапії не вимагає спеціальних художніх навичок та попереднього досвіду в малюванні, а також не має жодних протипоказань до участі тих чи інших людей в арт-терапевтичному процесі.

Використання методів арт-терапії передбачає дві форми роботи: групову та індивідуальну. Незважаючи на деякі відмінності, ці дві форми поєднує фокус корекційного та розвивального впливу, спрямований на кожну людину, а не на групу загалом.

Образотерапія, або рисункова терапія, широко застосовується в Україні, є найбільш поширеним методом роботи. Вона дозволяє здійснювати вплив з урахуванням індивідуально-особистісних особливостей людини. Образотерапія за допомогою правильно підібраних матеріалів не тільки розвиває позитивні почуття, але й керує активністю та увагою, зменшує агресивність та недовіру до

оточуючих, дозволяє здобути впевненість у собі. Добре себе зарекомендували у роботі такі форми образотерапії, як акватипія, що дозволяє виявляти пригнічені почуття та емоції, усвідомлювати внутрішні ресурси для вирішення актуальних проблем, виявляти неефективні та ефективні схеми поведінки, гармонізувати внутрішній світ особи і вибудовувати комунікацію з іншими людьми, а також мандалотерапія – доступний спосіб саморелаксації, під час якої, розфарбовуючи або створюючи мандалу з підручних матеріалів, клієнт знімає стрес і знаходить функціональний спосіб справлятися з емоціями.

Процес роботи з мандалою вчить концентрації уваги, акуратності та посидючості. Спокійні та одноманітні рухи руки заспокоюють і сприяють зняттю внутрішньої напруги; таким чином, замість демонстративної поведінки та прояву агресії на перше місце виходить творчість і креативність, запускаються трансформаційні процеси у несвідомому.

Робота з пластичними матеріалами – це унікальний вид арт-терапії, який використовує пластичні матеріали – пластилін, тісто, глина – як матеріали для творчості та самовираження. Цей метод дозволяє людям розкривати свої емоції, думки та почуття через маніпуляцію та формування пластичного матеріалу. Робота з пластичними матеріалами може бути корисною для дорослих, оскільки вона стимулює моторику рук, розвиває творчі здібності та допомагає вирішувати психологічні проблеми. Використання пластичних матеріалів як терапевтичного інструменту має багато переваг. По-перше, це доступний та безпечний матеріал, який можна використовувати в різних умовах. По-друге, пластичні матеріали дозволяють створювати об'ємні фігури, що може бути особливо корисним для візуалізації та конкретизації абстрактних понять. По-третє, процес ліплення може бути медитативним та заспокійливим, що сприяє зниженню стресу та тривожності. Робота з пластичними матеріалами заснована на сенсомоторному досвіді людини, тобто такому досвіді, який присутній у людини з домовного розвитку і має особливий потенціал для розвитку емоційного інтелекту, формування нових почуттів, усвідомлення емоційних станів.

Клієнти працюють із безпечним пластичним матеріалом, який дозволяє вносити будь-які зміни у виробі, метафорично змінюючи емоційний стан автора. Ці методи багатогранні, їх можна використовувати як в індивідуальному порядку, так і в груповій роботі, комбінувати з будь-якими додатковими матеріалами, переносити ознаки та властивості одного предмета на інший, таким чином, екологічно та безпечно піднімати на поверхню глибинний несвідомий матеріал.

Терапевти, які використовують роботу з пластичними матеріалами, часто заохочують клієнтів створювати образи, які символізують їхні внутрішні конфлікти, мрії або цілі. Це може допомогти людям краще зрозуміти свої внутрішні процеси та знайти шляхи їх розв'язання. Робота з пластичними матеріалами також може бути використана як частина групової терапії, де учасники можуть ділитися своїми творами та отримувати підтримку від інших.

Важливою частиною роботи з пластичними матеріалами є процес рефлексії після творчої діяльності. Клієнти обговорюють свої роботи з терапевтом, аналізуючи значення кольорів, форм та сцен, які вони створили. Це допомагає їм краще зрозуміти свої емоції та думки, а також знаходити нові способи вираження себе. Робота з пластичними матеріалами може бути також корисною для розвитку дрібної моторики та координації. Ліплення вимагає точності та уваги до деталей, що може покращити моторні навички та концентрацію.

Загалом, робота з пластичними матеріалами є потужним інструментом арт-терапії, який може допомогти з різними потребами. Через творчість та самовираження, цей метод дозволяє досягати емоційного розвантаження, психологічного зцілення та особистісного росту. Робота з пластичними матеріалами відкриває безмежні можливості для самопізнання та самореалізації, роблячи її цінним доповненням до традиційних методів психотерапії.

Арт-терапевтичні техніки сприяють розвитку уявлень про емоції, способи їх вираження, механізми змін негативних емоційних станів.

В арт-терапевтичній роботі рекомендовано використовувати модульний підхід, що забезпечує охоплення вирішення таких завдань:

– заняття, спрямовані на усвідомлення та розкриття потенціалу кожного учасника, що дозволяють подолати невпевненість у собі, розкрити свій внутрішній світ, одержати підтримку самооцінки;

– заняття, які сприяють розумінню емоційного світу через знайомство з мовою емоцій (що саме турбує і тішить, як користуватися цією мовою для прояву своїх почуттів та розуміння почуттів іншого), що дозволяє людині, яка відчуває емоційний дискомфорт, подолати негативні переживання, а спеціалісту – встановити довірчий контакт, який полегшує процес психокорекції.

Арт-терапія допомагає справлятися з негативними емоціями, такими як гнів або смуток, та знаходити позитивні способи їх вираження. Вона також може сприяти підвищенню самооцінки. Арт-терапія надає можливість для самовираження, що є ключовим для розвитку особистості.

В основному програми розвитку емоційного інтелекту представлені у розрізі тренінгів, які спрямовані на розвиток емоційної компетенції, та спрямовані в основному на когнітивну та поведінкову складові, тобто – на зміну поведінки, формування нових навичок, пов'язаних із реальним періодом життя.

Також робота спрямована на усвідомлення власних емоцій, причин їх появи, знайомство з емоціями, способами управління ними, і, як наслідок, – зміну поведінки. Проте високий рівень емоційного інтелекту не завжди допомагає впоратися з афектом, сильними емоціями, як зазначають учасники тренінгів, керівники. Це пов'язано з тим, що в цих програмах не приділяється увага минулому емоційному досвіду, який активізується у різних життєвих ситуаціях, у яких поведінка людини є стереотипною.

У зв'язку з цим виникає необхідність у створенні таких програм, які матимуть комплексний підхід до розвитку емоційного інтелекту. В даному випадку мається на увазі урахування минулого досвіду (розбір різних ситуацій минулого та переживання «застиглих» емоцій), а також розширення знань умінь

та навичок у використанні інформації, яка міститься в емоціях, для вирішення завдань сьогодення. Інакше кажучи, у роботі, спрямованій на розвиток емоційного інтелекту, не можна уникнути «ретроспективної складової» як аналізу досвіду і стереотипних реакцій минулого (що передбачає, зокрема, залучення психотерапевтичної практики).

Розвиток креативності у працівників логістичної компанії може бути досягнутий за допомогою кількох стратегій:

1. Генерування ідей. Необхідно заохочувати працівників генерувати велику кількість ідей, навіть якщо деякі з них можуть здатися непрактичними на перший погляд. Створення відкритої культури, де кожна ідея вітається, може значно сприяти креативності. Заохочення співробітників до вільного висловлення думок та ідей без страху критики або негативних наслідків є ключовим. Важливо надавати час та простір для мозкових штурмів та неформальних обговорень, де можуть народжуватися нові ідеї.

Простий та зручний процес подання ідей також сприяє їх генерації. Це може бути спеціальна онлайн-платформа або регулярні засідання, де кожен може поділитися своїми думками. Підтримка з боку керівництва є важливою, а їх активна участь у процесі може слугувати прикладом для інших. Обмін ідеями та конструктивний зворотний зв'язок між колегами може підвищити якість та кількість ідей. Встановлення системи винагород за інноваційні пропозиції або успішно реалізовані проекти може додатково мотивувати співробітників.

Важливо також забезпечити доступ до необхідних ресурсів та інструментів, які допоможуть реалізувати ідеї в життя. Навчання та професійний розвиток також можуть сприяти розширенню горизонтів та пошуку нових шляхів вирішення проблем. Святкування успіхів та визнання зусиль кожного працівника створює позитивну атмосферу та спонукає до подальшої креативної діяльності. Таке середовище може стати основою для постійного розвитку та інновацій у компанії.

2. Простір для помилок. Необхідно створити безпечне середовище, де працівники можуть експериментувати та робити помилки без страху перед наслідками. Створення простору для помилок у логістичній компанії передбачає культуру, де помилки розглядаються як невід’ємна частина навчального процесу та інновацій. Це означає, що працівники мають відчувати психологічну безпеку, знаючи, що помилки не призведуть до негативних наслідків, а будуть використані як можливість для розвитку та вдосконалення. Важливо підтримувати відкритий діалог та чесність у комунікації, де кожен може вільно ділитися своїми ідеями та досвідом, навіть якщо вони не завжди ведуть до успіху. Керівництво повинно демонструвати приклад, визнаючи власні помилки та підтримуючи працівників у їхніх ініціативах. Забезпечення доступу до ресурсів для навчання та розвитку навичок допомагає працівникам вчитися на помилках та покращувати свої здібності. Коли працівники відчують, що їхні зусилля визнаються, навіть якщо результат не ідеальний, це стимулює їх до подальших спроб та експериментів.

Встановлення системи винагород за ініціативність та креативність, навіть коли вони не призводять до очікуваного результату, може підвищити мотивацію та готовність до ризику. Створення такого середовища сприяє розвитку інноваційного мислення та постійного вдосконалення процесів у компанії.

3. Незапланований час. Необхідно виділити час у робочому календарі, коли працівники можуть займатися творчим мисленням без конкретного завдання. Незапланований час у робочому середовищі логістичної компанії може бути дуже корисним для розвитку креативності. Це час, коли працівники не обтяжені конкретними завданнями і можуть дозволити собі відпочити від рутини, що сприяє відновленню енергії та здатності до творчого мислення. Такий час може бути використаний для спонтанного мозкового штурму, неформальних обговорень з колегами або просто для тиші та роздумів, які можуть призвести до нових ідей та підходів у роботі.

Компанії можуть заохочувати використання незапланованого часу, встановлюючи гнучкий графік роботи, де працівники можуть самостійно вирішувати, коли їм потрібен перепочинок. Також корисно створити у офісі спеціальні зони для відпочинку та релаксації, де можна відволіктися від робочих завдань. Перерви на каву або прогулянки на свіжому повітрі також можуть бути чудовим способом для відновлення та стимулювання креативного мислення. Важливо, щоб керівництво компанії підтримувало ідею незапланованого часу та визнавало його значення для розвитку інновацій та креативності серед працівників. Це демонструє довіру до команди та визнання того, що не завжди кращі ідеї народжуються в рамках структурованих зустрічей чи під час виконання конкретних завдань. Забезпечення працівникам можливості для незапланованого часу може стати одним з ключових факторів успіху та інноваційності компанії.

4. Зосередження на пошуку проблем. Варто навчити працівників ідентифікувати та формулювати проблеми, які потребують творчих рішень. Зосередження на пошуку проблем у логістичній компанії – це процес, який допомагає виявляти та вирішувати потенційні виклики, перш ніж вони стануть серйозними перешкодами. Це включає в себе ретельне спостереження за робочими процесами, аналіз даних та взаємодію з командою для ідентифікації слабких місць та можливих поліпшень. Коли працівники відчувають, що їхні спостереження та ідеї щодо вирішення проблем цінуються, вони більш схильні до активної участі в цьому процесі. Важливо, щоб керівництво компанії створювало середовище, де працівники не бояться говорити про проблеми, які вони помічають. Відкритість до обговорення та вирішення проблем на ранніх стадіях може запобігти багатьом майбутнім труднощам. Це також сприяє культурі неперервного вдосконалення, де кожен працівник відчуває відповідальність за якість та ефективність робочих процесів.

Розробка рішень для вирішення проблем часто вимагає креативного підходу та може включати зміни в процедурах, впровадження нових технологій

або навчання персоналу. Інвестування в ці процеси не лише допомагає вирішити існуючі проблеми, але й створює основу для інновацій та покращення в майбутньому. Такий підхід дозволяє компанії бути гнучкою та адаптивною у відповіді на зміни в галузі та потреби клієнтів.

5. Відкладення рішень. Треба дозволяти ідеям «відлежатися» перед тим, як приймати остаточне рішення, щоб дати час на їх розвиток. Відкладення рішень в управлінні компанією може бути корисним інструментом, якщо воно використовується правильно. Це дає можливість зібрати більше інформації, оцінити різні варіанти та зробити більш обґрунтоване рішення.

Однак, важливо не зловживати цією стратегією, оскільки занадто довге відкладення може призвести до пропущених можливостей та збільшення невизначеності. Встановлення чітких крайніх термінів допомагає уникнути затягування та забезпечує, що рішення буде прийняте своєчасно. Консультації з експертами та обговорення з командою можуть надати нові перспективи та ідеї, які можуть бути корисними при прийнятті рішення.

Рефлексія та самоаналіз також важливі, оскільки вони допомагають усвідомити власні упередження та підходи, що може вплинути на процес прийняття рішень. Пілотні проекти та експерименти можуть дати практичне розуміння потенційних рішень і допомогти визначити найкращий шлях дій. Використання відкладення рішень як частини стратегічного підходу до управління може підвищити шанси на успіх та сприяти кращим стратегічним виборам.

Також важливо забезпечити працівникам сучасні інструменти та ресурси, які допоможуть їм бути успішними та залученими. Це може включати доступ до новітніх технологій, навчальних матеріалів та можливостей для професійного розвитку.

Важливим також є особистісний розвиток. Необхідно заохочувати працівників до самоосвіти, відвідування тренінгів та конференцій, що може сприяти розвитку їх креативності та інноваційного мислення.

Висновки до розділу 3

Рекомендації щодо розвитку та підвищення ефективності емоційного інтелекту та креативності можуть ґрунтуватися на виявлених взаємозв'язках цих двох психологічних феноменів, оскільки підвищення рівня одного з феноменів буде сприяти зміні іншого.

Ефективними засобами розвитку та підвищення емоційного інтелекту можуть бути цілеспрямовані тренінги та психологічні практики, спрямовані на розвиток усвідомленості; аналіз емоційних реакцій (рефлексія); розвиток здатності розуміти емоційний стан інших (емпатія); підвищення самооцінки; усвідомлення впливу емоцій на поведінку людини; розвиток мотивації; тренування емоційної пам'яті; тренування самоконтролю.

Для розвитку креативності ефективними засобами можуть бути техніки і прийоми арт-терапії, в якій накопичено великий арсенал різноманітних інструментів, які є багатоцільовими за своєю суттю. З одного боку, їхня мета – це оздоровлюючий вплив на особистість, з іншого – в них є великий потенціал для розвитку креативності особистості.

Узагальнення наукових джерел дозволяє зробити висновки, що в техніках і практиках розвитку емоційного інтелекту та креативності є значна частка спільних змістових, структурних, цільових елементів, тому важливою задачею є конструювання нових технік та практик, які могли б вирішувати завдання одночасного розвитку, як емоційного інтелекту, так і креативності особистості.

ВИСНОВКИ

1. Емоційний інтелект – це здатність людини розуміти, усвідомлювати та управляти емоціями – власними та інших людей, контролювати їх і діяти згідно з рівнем усвідомленості та контрольованості емоцій для досягнення певної мети.

Конструкт емоційний інтелект є достатньо розробленим, однак є чимало дискусійних питань, зокрема, питання дефініції емоційного інтелекту, його структури, функцій, співвідношення з іншими явищами, особливостей розвитку.

Основними структурними компонентами ЕІ, які є загальними для різних моделей, але можуть по-різному називатися, є: 1) сприймання емоцій; 2) емоційна фасилітація розумових процесів; 3) розуміння емоцій; 4) управління емоціями. Ці структури ЕІ розгортаються на трьох рівнях: когнітивному, емоційному та поведінковому. Основними функціями ЕІ є: інтерпретативна, регулятивна, адаптивна, активізуюча.

2. Креативність – це здатність індивіда до сприймання і продукування принципово нових ідей, що відмінні від сталих схем мислення, а також здатність вирішувати проблеми, що виникають всередині статичних систем. Основні параметри креативності: 1) здатність до виявлення й визначення проблем; 2) здатність до генерування великої кількості ідей; 3) гнучкість, як здатністю до продукування різносторонніх думок; 4) оригінальність, що проявляється в здатності діяти і мислити нестандартним способом; 5) здатність вдосконалювати об'єкт сприймання, додаючи нові деталі; 6) здатність розв'язувати проблеми шляхом реалізації підходящих аналітико-синтетичних операцій. Креативність детермінується такими чинниками: 1) інтелектом; 2) знаннями; 3) стилем мислення; 4) індивідуальними рисами; 5) мотивацією; 6) зовнішнім середовищем.

Креативність як процес розгортається через такі етапи: 1) підготовчий – свідомою роботою, спрямованістю особи на пошук нової ідеї, продумування можливих варіантів і шляхів її ствердження; 2) несвідомою роботою – витіснення

ідеї в підсвідомість, її визрівання, підсвідоме зіставлення з іншими проблемами і їх рішеннями; 3) перехід неусвідомлюваного в свідоме (інсайт) – знаходження ідеї в її головних засадах і характеристиках; 4) свідомою роботою – розвиток ідеї, знаходження засобів її втілення, її структуризація й матеріалізація, апробація результатів ідеї як цілісної продуктивної системи.

Поняття креативність та творчість не є синонімами, спільне між ними – критерій новизни, а основна відмінність полягає у цілепокладанні та прагматичності результатів креативного процесу.

Дослідження креативності здійснюється через призму різних підходів, що з одного боку, сприяє різнобічному вивченню феномена, але з іншого – створює множину думок, які потребують аналізу й узагальнення.

3. Актуальність досліджень взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності пов'язана з потребами розвитку психологічної компетентності фахівців окремих галузей професійної діяльності, зокрема, фахівців у сфері логістики, а також менеджменту, туризму, реклами, продажів тощо та для обґрунтування програм розвитку емоційного інтелекту й креативності.

Особливості розвитку емоційного інтелекту та креативності у сфері логістики вивчаються через призму важливості названих феноменів для професійної діяльності, а також як ефект від реалізації різних тренінгових програм.

Для емпіричного дослідження емоційного інтелекту та креативності є велика кількість психодіагностичних інструментів, однак майже всі вони потребують стандартизації та валідації. Відповідно до мети дослідження зв'язків ЕІ та креативності обрано такі інструменти: 1) методику діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом); 2) опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (за Д. Люсіним); 3) методику дослідження креативності (за Н. Вишняковою); 4) опитувальник «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі).

Вибірку емпіричного дослідження склала 30 осіб віком від 20 до 59 років, з яких 60,0% – жінки і 40,0% – чоловіки.

Емпіричні результати дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності дозволяють констатувати, що рівень розвитку ЕІ досліджуваних характеризується домінуванням середніх значень більшості індикаторів, що відповідає нормальному розподілу, а саме: емоційною обізнаністю, самомотивацією, емпатією, розпізнавання емоцій інших людей, інтегральним показником (за методикою Н. Холла) та міжособистісного та внутрішньо особистісного емоційного інтелекту, розуміння емоцій та загального рівня емоційного інтелекту (за методикою Д. Люсіна). Однак, за обома методиками індикатор «управління своїми емоціями» знаходиться на низькому рівні – у 63,3% досліджуваних за методикою Н. Холла та 76% досліджуваних за методикою Д. Люсіна, що вказує на необхідність розвитку цього індикатора ЕІ.

Провідним рівнем серед показників креативності за методикою Н. Вишнякової є середній – від 43% до 60% досліджуваних. І лише за індикатором «почуття гумору» провідним є високий показник, який виявлено у 43,3% досліджуваних. За методикою М. Чиксентміхалі також провідними є середні показники за усіма індикаторами в межах 50-56,6%.

Шляхом розрахунків коефіцієнтів кореляції між індикаторами емоційного інтелекту та креативності було виявлено 12 значущих коефіцієнтів, 7 з яких відображають негативний, обернений зв'язок і решта 5 – позитивний, прямий зв'язок.

4. Наявність значущих взаємозв'язків між показниками емоційного інтелекту та креативності дозволяють припустити, що можна розробляти комплексні програми розвитку емоційного інтелекту та креативності з урахуванням змістової інтерпретації виявлених зв'язків, та з урахуванням спільних змістових, структурних, цільових елементів технік, прийомів, практик розвитку та підвищення ефективності досліджуваних феноменів – емоційного інтелекту та креативності особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Августюк М. М. Методичні поради до підвищення рівня емоційного інтелекту в здобувачів вищої освіти. Острог. Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2022. 94 с.
2. Амплєєва О. М. Дослідження основних складників емоційного інтелекту в професійній діяльності практичного психолога. Теорія і практика сучасної психології, 2019. № 1. Т. 1. С. 1-10. http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2019/part_1/3.pdf
3. Андрєєва І. Н. Емоційний інтелект: дослідження феномену. *Питання психології*. 2016. № 3. С. 78–86.
4. Антонова О. Є. Сутність поняття креативності: проблеми та пошуки. Теоретичні і прикладні аспекти розвитку креативної освіти у вищій школі. Житомир, 2012. С. 14–41.
5. Артюхіна Н.В., Сімовоник А.І. Вплив навчального курсу з арт-терапії на підвищення креативності та самоусвідомлення власних психологічних особливостей у студентів-психологів. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія, Том 32 (71), № 3. 2021. С. 10-16. Режим доступу: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/3_2021/4.pdf
6. Бабяк О. Проблема емоційного інтелекту в психологічній науці. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2020. Т. 1. № 16. С. 34–39.
7. Бакаленко О. А. Взаємовплив емоційних та розумових процесів: теоретико психологічні підходи. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Серія: Психологія*. 2016. № 5. С. 13–21.
8. Барко В. І., Остапович В. П., Олешко П. С. Українськомовна адаптація опитувальника рівня і структури емоційного інтелекту з метою психологічного добору поліцейських. *Psychological Journal*. 2019. №3 (23). 9-25. DOI (Issue): <https://doi.org/10.31108/1.2019.3.23>

9. Беженар А. А., Янківська Г. А. Розвиток креативності як спосіб формування компетентної особистості в загальній середній та професійній освіті. Народна освіта (електронне видання), випуск №1(31). 2017. https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=4415
10. Березюк Г. Емоційний інтелект як детермінанта внутрішньої свободи особистості. *Психологічні студії Львівського ун-ту*. 2018. № 3. С. 20–23.
11. Біда С. О. Базові емоції: поняття та види. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 16. С. 35–46.
12. Бреус Ю. В. Емоційний інтелект як чинник професійного становлення майбутніх фахівців соціономічних професій у вищих навчальних закладах: автореф. к. психол. н.: 19.00.07. К.: Київський університет імені Б. Грінченка, 2015. 20 с.
13. Бреус Ю. Роль емоційного інтелекту в професійній діяльності керівника закладу середньої освіти. К., 2016. 36 с.
14. Буркова Л. В. Соціономічні професії: інноваційна підготовка спеціалістів у вищих навчальних закладах: монографія. К. 2016. 278 с.
15. Верітова О. С. Розвиток емоційного інтелекту майбутніх педагогів вищої школи в процесі магістерської підготовки. Дис. ... канд. пед. н. Запоріжжя. Класичний приватний у-т, 2019. 235 с.
16. Виноградська М. П. Тренінг розвитку креативності як метод роботи практичного психолога. Зб. наук. пр. Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». 2012. № 6. 35-38. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Znpkhist_2012_6_10
17. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку. К. 2014. 308 с.
18. Власова О. І., Березюк М. А. Теоретико-методичні засади дослідження емоційного інтелекту як інтраіндивідуальної властивості особистості. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2013. № 6. С. 175–181.

19. Волкова Н. П. Емоційний інтелект як інтегральна властивість, що забезпечує компетентність майбутнього вчителя в здійсненні професійно-педагогічної комунікації. Запоріжжя, 2017. 388 с.
20. Данилюк І. В. (2001). Проблеми творчої особистості в працях В.А. Роменця. «Ars vetus – ars nova»: В.А. Роменець. Київ. Гнозис. 128-132.
21. Дерев'янка С. П. Актуалізація емоційного інтелекту в емоціогенних умовах. *Соціальна психологія*. 2016. № 1. С. 96–104.
22. Дімітрова-Бурлаєнко С. Д. Дефініції понять «творчість» і «креативність» у сучасному науковому дискурсі. Наукові записки НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія: Педагогічні науки, вип. 135. 2017. 82–89. <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/24191/DIMITROVA-BURLAYENKO%20S.%20D.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
23. Зарицька В. В. Теоретико-методологічні основи розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки: монографія. Запоріжжя, 2016. 304 с.
24. Захарчин Г. М., Любомудрова Н. П. Емоційний інтелект та креативність як сучасний інструментарій менеджменту. Науковий вісник Ужгородського національного університету. 2020. випуск 34. 76-80. DOI: <https://doi.org/10.32782/2413-9971/2020-34-13>
25. Калайтан Н.Л., Макаренко А.О., Старовойт Т.П. Структурна організація емоційного інтелекту та креативності в здобувачів вищої освіти гуманітарних та технічних спеціальностей. «Молодий вчений». 2020. № 12 (88). 272-276. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-12-88-54>
26. Калюжна О. В. Креативний менеджмент. Миколаїв. 2018. 63. <https://dspace.mnau.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/5010/1/Kreatyvnyy%20menedzhment.pdf>
27. Кліпкова О. І. Взаємозв'язок понять «емоційний інтелект» та «креативність»: аспект формування. Економіка і суспільство. 2018. Випуск, 14. 377-380. https://economyandsociety.in.ua/journals/14_ukr/52.pdf

28. Клименко В. В. Психологія творчості. К.: Центр навчальної літератури. 2006. 480 с.
29. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів. Метод. посіб. К. НДЦ ГП ЗСУ. 2011. 281 с. <https://core.ac.uk/download/pdf/32309843.pdf>
30. Кокун О. М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: Монографія. К., ДП «Інформ.-аналіт. агентство». 2012. 200 с.
31. Колісник Л. О. Проблема діагностики емоційного інтелекту. Проблеми сучасної психології. Зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Ред. С.Д. Максименко, Л.А. Онуфрієва. Вип. 26. Кам'янець-Подільський. Аксіома. 2014. 278-295. <http://surl.li/jaxyz>
32. Костюк А. В. Емоційний інтелект та шляхи його розвитку. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2014. № 2. С. 85–89.
33. Льошенко О. Емоційний інтелект та емоційна компетентність: проблеми співвідношення. *Вісник КНУ ім. Т. Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота*. 2016. № 2. С. 49–52.
34. Мельничук О. Б. Роль емоцій в професійній діяльності фахівців соціальної сфери. *Вплив досягнень психологічних та педагогічних наук на розвиток сучасного суспільства: матеріали міжнародної науково-практичної конференції*. Харків, 2014. С. 58–62.
35. Моляко В. О. Психологія творчості – нова парадигма дослідження конструктивної діяльності людини. *Практична психологія та соціальна робота*, №8, 2004. 1-4. https://library.udpu.edu.ua/library_files/psuh_pedagog_probl_silsk_shkolu/6/visnuk_18.pdf

36. Моляко В. А. Психологічна система творчого тренінгу КАРУВ. Зб. наук. пр. Всеукр. наук.-практ. конф. Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: еко-тренінги (14 травня 2020 року). Умань. 2020. 71-76. https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u279/zbirnik_14.05.2020.pdf
37. Моргун В. Ф. Емоційний інтелект у багатовимірній структурі особистості. *Постметодика*. 2017. № 6 (97). С. 2–15.
38. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу – рефлексивної свідомості. *Вісник ДНУ. Серія: Педагогіка і психологія*. 2015. Вип. 18. Т. 20. № 9/1. С. 116–123.
39. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. Київ, 2015. 207 с.
40. Опанасюк І. Тренінг розвитку емоційного інтелекту старшокласників засобами арт-терапії. *Актуальні проблеми психології*, том 7, випуск 49. 2015. С. 138-149. <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v7/i49/15.pdf>
41. Павленко В.В. Креативність: сутнісна характеристика поняття. *Креативна педагогіка*. Житомир: Академія міжнародного співробітництва з креативної педагогіки «Полісся». 2016. вип. 11. 120–131. <http://surl.li/edvcw>
42. Роменець В. А. Психологія творчості. К., Либідь. 2004. 288 с.
43. Санько К. О. Феномен емоційного інтелекту в сучасній психології. *Сучасна психологія: теорія і практика*. 2015. № 5. С. 44–47.
44. Філіпова І. Емоційний інтелект як засіб успішної самореалізації. *Соціальна психологія. Український науковий журнал*. 2013. № 4. С. 68–79.
45. Фурман В. В. (2020). Психологічні особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності студента. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*, випуск 13(42). 99-114. DOI [https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13\(42\)-99-114](https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13(42)-99-114)
46. Чепайкіна А. С. Розвиток емоційного інтелекту майбутніх педагогів-психологів як чинник підвищення їхньої конкурентоспроможності. *Сучасні наукомісткі технології*. 2013. № 7. С. 159–161.

47. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на успішність життєдіяльності особистості: дис. канд. психол. наук: 19.00.01. Дніпропетровський національний університет ім. О. Гончара. Дніпропетровськ, 2015. 187 с.
48. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків, Прапор. 2005. 640 с.
49. Шпак М. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. *Психологія особистості*. 2017. № 1(2). С. 282–288.
50. Шпортун О.М., Сидоренко Ж.В. Взаємозв'язок креативності та емоційного інтелекту в осіб юнацького віку. ГАБІТУС, Випуск 25. 2021. 144-148. <https://r.donnu.edu.ua/bitstream/123456789/1722/1/27.pdf>
51. Яцюк М. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи). Навч.-метод. посіб. Вінниця, Вид-во «Діло». 2019. 105 с. http://metodcluster.vn.ua/page/na_dop_met/5_2019/kaf_psiholog/Lab_psyhol/psyhologu.pdf
52. Alon R., Cinamon R. G. Working adults' future occupational plans: the contribution of role characteristics, social support, and occupational self-efficacy. *International Journal Education Vocat Guidance*. 2023. № 23. P. 169–189.
53. Averill J. R., Chon K. K., Haan D.W. Emotions and creativity, East and West. *Asian Journal of Social Psychology*. 2016. № 4. P. 165–183.
54. Barni D., Danioni F. Teachers' Self-Efficacy: The Role of Personal Values and Motivations for Teaching. 2019. № 10. С. 16–45.
55. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence. In P. Fernández-Berrocal and N. Extremera (Guest Editors), Special Issue on Emotional Intelligence. *Psicothema*, 2005. 17. Available from: https://www.researchgate.net/publication/6509274_The_Bar-On_Model_of_Emotional-Social_Intelligence
56. Beghetto R. A., Kaufman J. C. Fundamentals of creativity. *Educ. Leadersh.* 2013. № 10. P. 73.

57. Beghetto R. A., Kaufman J. C. Toward a broader conception of creativity: A case for «mini-c» creativity. *Psychol. Aesthet. Creat. Arts.* 2007. № 1. P. 13–79.
58. Bernales-Turpo D., Quispe-Velasquez R., Flores-Ticona D. et al. Burnout, Professional Self-Efficacy, and Life Satisfaction as Predictors of Job Performance in Health Care Workers: The Mediating Role of Work Engagement. *Journal of Primary Care & Community Health.* 2020. P. 13.
59. Carmeli A., McKay A.S., Kaufman J.C. Emotional intelligence and creativity: The mediating role of generosity and vigor. *J. Creat. Behav.*, 48. 2014. 290–309. DOI: 10.1002/jocb.53
60. Chen-Tsang (Simon) Tsai & Yi-Ju Lee. Emotional intelligence and employee creativity in travel agencies. *Current Issues in Tourism.* 2014. vol. 17(10). 862-871. DOI: 10.1080/13683500.2013.859232
61. Chuyko H., Koltunovych T., & Chaplak Y. Emotional Intelligence in the Context of Personal Dispositions Development of Students – Future Psychologists. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 15(1). 2023. 505-532. <https://doi.org/10.18662/rrem/15.1/708>
62. Csikszentmihalyi M. *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention.* New York: HarperCollins Publishers. 2013.
63. Eschleman K. J., Madsen J., Alarcon G. M., Barelka A. Benefiting from creative activity: The positive relationships between creative activity, recovery experiences, and performance-related outcomes. *J. Occup. Organ. Psychol.* 2014. № 87. P. 579–598.
64. Forgeard M. J., Elstein J. G. Advancing the clinical science of creativity. *Front. Psychol.* 2014. № 5. P. 613.
65. Forgeard M. J. C., Kaufman J. C. Who cares about imagination, creativity, and innovation, and why? A review. *Psychol. Aesthet. Creat. Arts.* 2016. № 10. № 250–269.
66. Furnham A. The Relationship between Cognitive Ability, Emotional Intelligence and Creativity. *Psychology.* 2016. 7. 193-197. doi:10.4236/psych.2016.72021

67. Gajda A., Karwowski M., Beghetto R. A. Creativity and academic achievement: A meta-analysis. *J. Educ. Psychol.* 2016. № 10. P. 10–17.
68. Golman D. Emotional intelligence. A Bantam Book. New York. 2006. 386 p. <https://asantelim.files.wordpress.com/2018/05/daniel-goleman-emotional-intelligence.pdf>
69. Goncalo J.A., Vincent L.C., Krause V. The liberating consequences of creative work: How a creative outlet lifts the physical burden of secrecy. *J. Exp. Soc. Psychol.* 2015. № 59. P. 32–39.
70. Guastello S. J., Guastello D. D., & Hanson C. A. Creativity, Mood Disorders, and Emotional Intelligence. *The Journal of Creative Behavior.* 2004. 38(4). 260–281. <https://doi.org/10.1002/j.2162-6057.2004.tb01244.x>
71. Gupta, R.; Bajaj, B. Positive affect as mediator between emotional intelligence and creativity: An empirical study from India. *Int. J. Emerg. Ment. Health Hum. Resil.* 2017. 19. 1–7. DOI: 10.4172/1522-4821.1000376
72. Hall N. Emotional intelligence: a primer. *Positive Psychology News* (November 10, 2007). <https://positivepsychologynews.com/news/nicholas-hall/20071110481>
73. Hall N. Where positive psychology and emotional intelligence overlap. *Positive Psychology News* (November 10, 2007). <https://positivepsychologynews.com/news/nicholas-hall/20071110483>
74. Harari M. B., Reaves A. C., Viswesvaran C. Creative and innovative performance: A meta-analysis of relationships with task, citizenship, and counterproductive job performance dimensions. *Eur. J. Work Organ. Psychol.* 2016. № 25. P. 495–511.
75. Hutchinson E. D. How to think creatively. Abingdon Press. 1949.
76. Kaufman J. C. Finding meaning with creativity in the past, present, and future. *Perspect. Psychol. Sci.* 2018. № 3. P. 45.
77. Kaufman J. C., Beghetto R. A. Beyond big and little: The Four C Model of Creativity. *Rev. Gen. Psychol.* 2009. № 13. P. 1–12.

78. Kaufman J. C., Pumacchua T. T., Holt R. E. Personality and creativity in realistic, investigative, artistic, social, and enterprising college majors. *Pers. Ind. Differ.* 2013. № 54. P. 913–917.
79. Kim T., Hon A. Y., Crant J. M. Proactive personality, employee creativity, and newcomer outcomes: A longitudinal study. *J. Bus. Psychol.* 2009. № 24. P. 93–103.
80. Khalid, S., & Zubair, A. Emotional Intelligence, Self-Efficacy, and Creativity Among Employees of Advertising Agencies. *Pakistan Journal of Psychological Research.* 2014. 29. 203-221.
81. Koestler A. The act of creation. Penguin Books, New York. 1964. 752 p.
82. Lassk F. G., & Shepherd C. D. Exploring the relationship between emotional intelligence and salesperson creativity. *Journal of Personal Selling & Sales Management.* 2013. 33(1). 25–37. <https://doi.org/10.2753/PSS0885-3134330103>
83. Metzl E. S. The role of creative thinking in resilience after hurricane Katrina. *Psychol. Aesthet. Creat. Arts.* 2009. № 3. P. 112–123.
84. Mayer J. D., Caruso D. R., & Salovey P. The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review.* 2016. 8(4). 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
85. Mednick S. The associative basis of the creative process. *Psychological Review.* 1962. 69(3). 220–232. <https://doi.org/10.1037/h0048850>
86. Parke M. R., Seo M.-G., & Sherf E. N. Regulating and facilitating: The role of emotional intelligence in maintaining and using positive affect for creativity. *Journal of Applied Psychology.* 2015. 100(3), 917–934. <https://doi.org/10.1037/a0038452>
87. Perkins, D. N. (1981). *The Mind's Best Work*. Cambridge, MA: Harvard University Press. 332 p. <https://archive.org/details/mindsbestwork0000perk/page/n3/mode/2up>
88. Rios, L. (2016). Sarnoff Mednick The Associative Basis of the Creative Process. <https://slideplayer.com/slide/10831581/>

89. Sternberg R. J. The nature of creativity. Cambridge University Press. 1988. 468 p.
<http://scholar.worldlib.site:8000/upload/202203/29/202203291101251560.pdf>
90. Silva D., & Coelho A. The impact of emotional intelligence on creativity, the mediating role of worker attitudes and the moderating effects of individual success. *Journal of Management & Organization*. 2019. 25(2). 284-302. doi:10.1017/jmo.2018.60
91. Tu C., Guo J., Hatcher R. C., & Kaufman J. C. The relationship between emotional intelligence and domain-specific and domain-general creativity. *The Journal of Creative Behavior*. 2018. <https://doi-org.ezproxy.lib.uconn.edu/10.1002/jocb>.
92. Weinstein E. C., Clark Z., D. Bartlomomeo D. J., Davis K. A decline in creativity? It depends on the domain. *Creat. Res. J*. 2014. № 26. P. 174–184.
93. Xu X., Liu W., Pang, W. Are Emotionally Intelligent People More Creative? A Meta-Analysis of the Emotional Intelligence-Creativity. *Sustainability*. 2019. Vol. 11(21). P. 1–26. <https://doi.org/10.3390/su11216123>
94. Yildirim F., Trout I.Y., & Hartzell S. How are entrepreneurial intentions affected by emotional intelligence and creativity? *Period. Polytech. Soc. Manag. Sci*. 2019, 27, 59–65. DOI: 10.3311/PPso.12619

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Методика діагностики емоційного інтелекту (за Н. Холлом)

1. Для мене як негативні, так і позитивні емоції служать джерелом знання про те, як чинити в житті.
2. Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я повинен змінити у своєму житті.
3. Я спокійний, коли відчуваю тиск з боку.
4. Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.
5. Коли необхідно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя.
6. Коли необхідно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, таких як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.
7. Я стежу за тим, як я себе почуваю.
8. Після того як щось засмутило мене, я можу легко впоратися зі своїми почуттями.
9. Я здатний вислуховувати проблеми інших людей.
10. Я не зациклююсь на негативних емоціях.
11. Я чутливий до емоційних потреб інших.
12. Я можу діяти на інших людей заспокоїливо.
13. Я можу змусити себе знову і знову встати перед обличчям перешкоди.
14. Я намагаюся підходити до життєвих проблем творчо.
15. Я адекватно реагую на настрої, спонукання і бажання інших людей.
16. Я можу легко входити в стан спокою, готовності і зосередженості.
17. Коли дозволяє час, я звертаюся до своїх негативним почуттям і розбираюся, в чому проблема.
18. Я здатний швидко заспокоїтися після несподіваного засмучення.
19. Знання моїх справжніх почуттів важливе для підтримки "хорошої форми".
20. Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.
21. Я можу добре розпізнавати емоції за виразом обличчя.
22. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли необхідно діяти.
23. Я добре вловлюю знаки у спілкуванні, які вказують на те, в чому інші потребують.
24. Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших.
25. Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще управляють своїм життям.
26. Я здатний поліпшити настрій інших людей.
27. Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми.
28. Я добре налаштовуюся на емоції інших людей.
29. Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.
30. Я можу легко відключитися від переживання неприємностей.

ДОДАТОК Б

**Опитувальник діагностики емоційного інтелекту «ЕмІн» Д. Люсіна
(адаптація О. Верігової, 2019)**

1. Я помічаю, коли близька людина переживає, навіть якщо він / вона намагається це приховати.
2. Якщо людина на мене ображається, я не знаю, як відновити з нею гарні стосунки.
3. Мені легко здогадатися про почуття людини за виразом її обличчя.
4. Я добре знаю, чим зайнятися, щоб поліпшити собі настрій.
5. У мене зазвичай не виходить вплинути на емоційний стан свого співрозмовника.
6. Коли я дратуюся, то не можу стриматися, і кажу все, що думаю.
7. Я добре розумію, чому мені подобаються або не подобаються ті чи інші люди.
8. Я не відразу помічаю, коли починаю гніватись.
9. Я вмію поліпшити настрій оточуючих.
10. Якщо я захоплююся розмовою, то розмовляю занадто голосно й активно жестикулюю.
11. Я розумію душевний стан деяких людей без слів.
12. В екстремальній ситуації я не можу зусиллям волі взяти себе в руки.
13. Я легко розумію міміку і жести інших людей.
14. Коли я злюся, я знаю, чому.
15. Я знаю, як підбадьорити людину, яка перебуває у важкій ситуації.
16. Оточуючі вважають мене занадто емоційною людиною.
17. Я здатний заспокоїти близьких, коли вони знаходяться в напруженому стані.
18. Мені буває важко описати, що я відчуваю по відношенню до інших.
19. Якщо я ніяковію при спілкуванні з незнайомими людьми, то можу це приховати.
20. Дивлячись на людину, я легко можу зрозуміти її емоційний стан.
21. Я контролюю вираз почуттів на моєму обличчі.
22. Буває, що я не розумію, чому відчуваю те чи інше почуття.
23. У критичних ситуаціях я вмію контролювати вираження своїх емоцій.
24. Якщо треба, я можу розлютити людину.
25. Коли я відчуваю позитивні емоції, я знаю, як підтримати цей стан.
26. Як правило, я розумію, яку емоцію відчуваю.
27. Якщо співрозмовник намагається приховати свої емоції, я відразу це відчуваю.
28. Я знаю, як заспокоїтись, якщо я розлютився/-лась.
29. Можна визначити, що відчуває людина, просто прислухаючись до звучання її голосу.
30. Я не вмію керувати емоціями інших людей.
31. Мені важко відрізнити почуття провини від почуття сорому.
32. Я вмію точно вгадувати, що відчувають мої знайомі.
33. Мені важко справлятися з поганим настроєм.

34. Якщо уважно стежити за виразом обличчя людини, то можна зрозуміти, які емоції вона приховує.
35. Я не знаходжу слів, щоб описати свої почуття друзям.
36. Мені вдається підтримати людей, які діляться зі мною своїми переживаннями.
37. Я вмію контролювати свої емоції.
38. Якщо мій співрозмовник починає дратуватися, я часом помічаю це занадто пізно.
39. За інтонаціями мого голосу легко здогадатися про те, що я відчуваю.
40. Якщо близька людина плаче, я гублюся.
41. Мені буває весело або сумно без будь-якої причини.
42. Мені важко передбачити зміну настрою в оточуючих мене людей.
43. Я не вмію долати страх.
44. Буває, що я хочу підтримати людину, а вона цього не відчуває, не розуміє.
45. У мене бувають почуття, які я не можу точно визначити.
46. Я не розумію, чому деякі люди на мене ображаються.

ДОДАТОК В**Методика дослідження креативності (за Н. Вишняковою)**

1. Чи замислюєтеся Ви, які причини змушують Вас створювати що-небудь нове?
2. Чи бувають у Вас неприємності через власну цікавість?
3. Чи виникає у Вас бажання оригінально вдосконалити добру річ?
4. Чи мрієте Ви стати популярним, створивши що-небудь соціально нове?
5. У ситуаціях ризику Ви довіряєте інтуїції?
6. Ви вважаєте, що в конфліктних ситуаціях можливо уникнути емоційних переживань?
7. Чи відповідаєте Ви жартом, якщо Вас розігрують?
8. Якщо випаде нагода, Ви зміните роботу на більш оплачувану, але менш творчу?
9. Ви продумуєте наслідки прийнятого Вами рішення?
10. Пізнання нового перестає бути цікавим для Вас, якщо воно пов'язане з ризиком?
11. Чи доводилося Вам вдало використовувати речі не за призначенням?
12. Чи буває так, що коли Ви розповідаєте про який-небудь справжній випадок, то вдаєтеся до вигаданих подробиць?
13. В екстремальних ситуаціях Ви частіше прислухаєтеся до голосу розуму, ніж до інтуїції?
14. Доставляє Вам емоційне задоволення процес творчої діяльності?
15. Чи любите Ви жартувати і сміятися над собою?
16. Чи були Ви винахідником чогось нового у сфері діяльності, яка Вас цікавить?
17. Чи стомлює Вас робота, яка вимагає творчого мислення в нестандартних ситуаціях?
18. Чи відзначають оточуючі, що Ви в усе вникаєте?
19. Чи є Ваше захоплення рідкісним?
20. Чи буває, що у Вас виникають незвичайні образи, пов'язані з реальними подіями?
21. Ви іноді передчуваєте, хто дзвонить Вам по телефону, ще не знявши слухавку?
22. Чи байдужі Ви до негативних проявів емоцій чужих дітей?
23. Чи смієтеся Ви над своїми невдачами?
24. Чи відвідували б Ви заради нових знань спеціальні заняття, навіть якщо це пов'язано з незручностями?
25. Чи достатньо для Вас дрібної деталі, натяку на проблему, щоб захопитися її розробленням?
26. На філософські дитячі питання Ви знайшли відповіді у зрілому віці?

27. Чи відчуваєте Ви втрату інтересу до оригінальних, ризикованих пропозицій Ваших партнерів по роботі?
28. Чи фантазуєте
Ви зараз на тему, як би Ви жили в іншому місті або в іншому сторіччі?
29. Вам важко передбачити наслідки майбутньої події?
30. Ви відчуваєте емоційний підйом і натхнення на початку нової справи?
31. Чи буває так, що Ви заздалегідь готували жарт чи жартівливі історії з метою розвеселити компанію?
32. Чи втомлюють Вас несподіванки у професійній діяльності, які вимагають нових виходів з ситуації, що створилася?
33. Ви обмірковуєте варіанти вирішення важких проблем, перш ніж зробити вибір найбільш продуктивного?
34. Коли Ви довго не пізнаєте чогось нового, Вас мучить відчуття незадоволеності?
35. Ви любите роботу, яка вимагає кмітливості, навіть якщо вона пов'язана з труднощами реалізації?
36. Стикаючись з незвичайними проблемами, Ви передбачаєте перспективи їх вирішення?
37. Чи снився Вам коли-небудь сон, який передбачив події, що потім сталися?
38. Чи співчуваєте Ви людям, які не досягли бажаного результату в творчості?
39. Чи використовуєте Ви гумор для виходу зі скрутних ситуацій?
40. Ви вибирали професію з урахуванням своїх творчих можливостей?
41. Вам важко продумати багато негативних наслідків конфліктної проблеми?
42. Чи зможете Ви ризикнути кар'єрою заради пізнання нового?
43. Чи будете Ви займатися створенням чогось незвичайного, якщо це пов'язано з якимись труднощами?
44. Вам важко уявити незнайоме місце, в яке Ви прагнете потрапити?
45. Чи траплялося так, що Ви згадали про людину, з якою давно не зустрічалися, а потім раптом несподівано він подзвонив або написав Вам листа?
46. Чи співчуваєте Ви обдуреній людині?
47. Чи буває так, що Ви самі придумуєте анекдоти та смішні історії?
48. Якщо Ви втратите можливість працювати, то життя для Вас втратить інтерес?
49. Чи ґрунтовно Ви продумуєте всі етапи своєї творчої діяльності?
50. Чи хочеться Вам іноді розібрати річ, щоб дізнатися, як вона працює?
51. Ви імпровізуєте в процесі реалізації вже розробленого плану дії?
52. Ви вигадуйте казки дітям? 53. Чи буває так, що Ви з якихось незрозумілих причин не довіряєте деяким людям?
54. Ви схильні сильно переживати, якщо Вас обдурили?

55. Чи дратує Вас жарт, виражений у формі іронії?
56. Ви відчуваєте, що Ваша професія дозволить поліпшити навколишній світ?
57. Чи думаєте Ви, які таємні причини сховані в творчій діяльності людини?
58. Чи цікавить Вас, як живуть сусіди?
59. Чи надаєте Ви перевагу спілкуванню з людьми з незвичайними поглядами?
60. Чи фантазували Ви коли-небудь про те, що можна було б зробити, отримавши спадок?
61. Вам важко визначити характер людини з першого погляду?
62. Ви співчуваєте жебракам?
63. Чи вважають Вас оточуючи дотепною людиною?
64. У Вашій професійній творчості було багато невдач?
65. Ви роздумуєте про причини успіхів та невдач у своїй творчій діяльності?
66. Якщо Ви зустрічаєте незрозуміле нове слово, то дізнаєтеся про його зміст у довідниках?
67. Чи цікавлять Вас люди, які дотримуються тільки традиційних поглядів на життя?
68. Чи пишете Ви вірші?
69. Дивлячись на знайому людину, Вам важко передбачити, як складеться її життя?
70. Ви рідко висловлюєте свої емоції при вуличних скандалах?
71. Чи важко Вам з гумором вийти зі скрутною ситуації?
72. Чи можете Ви в своїй роботі піти на ризик, якщо шанси на успіх не гарантовані?
73. Чи достовірно Ви відновлюєте по випадкових деталях цілісний результат?
74. Чи намагалися Ви простежити генеалогічне древо життя?
75. Якщо б Ваші знайомі знали, про що Ви мрієте, то вважали б Вас диваком?
76. Вам важко уявити себе в старості?
77. Чи буває так, що Ви побоюєтеся йти на зустріч із незнайомою людиною через інтуїтивне занепокоєння?
78. Спостерігаючи драматичну подію в житті людей, чи відчуваєте Ви, що це відбувалося з Вами?
79. Чи надаєте Ви перевагу комедії серед інших жанрів?
80. Чи обов'язково творчість повинна супроводжувати професійну діяльність?

ДОДАТОК Г

Опитувальник «Наскільки ви креативні?» (за М. Чиксентміхалі)

1. Творчі люди повинні спеціалізуватися на тому, щоб придумувати багато ідей. Інші люди повинні їх реалізовувати.
2. Якщо у мене є проблема, я дозволяю собі відійти від активного вирішення проблеми і створюю певну ментальну дистанцію між собою і проблемою.
3. Коли я вигадую ідеї, я ловлю себе на тому, що використовую фрази на кшталт "ми не можемо" або "ми не хочемо".
4. Я зайнятий, але як тільки у мене з'являється хороша ідея, я переходжу до її реалізації.
5. Я збираю інформацію з різних джерел, щоб бути в курсі того, що відбувається в моїй сфері діяльності.
6. Я розглядаю проблеми, скарги та вузькі місця як можливості, а не як проблеми.
7. Вирішуючи проблему, я намагаюся переосмислити своє поточне розуміння питання, щоб глибше його обдумати.
8. Я часто ігнорую хороші ідеї, тому що не маю ресурсів для їх реалізації.
9. Я вважаю, що проблеми та питання відволікають мене. Вони змушують мене втрачати фокус у моїй реальній роботі.
10. Я впевнений, що можу розробляти креативні ідеї для вирішення проблем, і я вмотивований впроваджувати рішення.
11. Я знаходжу час, щоб дослідити, як все працює, навіть коли немає поточних проблем.
12. Я завжди шукаю причини проблем, щоб зрозуміти, що насправді відбувається.
13. Я шукаю в своєму оточенні речі, які надихають мене на пошук нових інтерпретацій проблем.
14. Я зосереджуюсь на питаннях, які важливі зараз, вважаючи за краще турбуватися про майбутні проблеми в міру їх виникнення.
15. Збираючи інформацію про проблему, я вивчаю рішення, які працювали в інших місцях у минулому.
16. Коли я генерую ідеї, я оцінюю їх і швидко відкидаю ідеї, які мені не подобаються.