

УДК 159.923.2:159.954-057.87

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-07

О. О. ЛИТВИНЕНКО (Литвиненко Олена Олександрівна)

*доктор психологічних наук, доцент.**завідувач кафедри практичної психології,**Факультету психології, соціальної роботи**та спеціальної освіти**Київського столичного університету**імені Бориса Грінченка,**вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна**E-mail: o.lytvynenko@kubg.edu.ua**ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>*

Ю. ЛЯННА (Лянна Юлія)

*магістр психології, психолог-практик**juliahannyo@gmail.com*

КОГНІТИВНІ КОРЕЛЯНТИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДОРΟΣЛИХ: РОЛЬ ТВОРЧОГО МИСЛЕННЯ

Актуальність. У статті розглядається проблема взаємозв'язку емоційного інтелекту та творчого мислення дорослих в умовах сучасних технологічних трансформацій і соціальної невизначеності. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю пошуку внутрішніх ресурсів особистості для адаптації та професійної самореалізації в епоху цифровізації, де поєднання емоційної компетентності й креативності стає ключовою конкурентною перевагою. **Мета.** Метою роботи є теоретичне обґрунтування та емпіричне підтвердження характеру взаємозв'язку між складовими емоційного інтелекту та показниками творчого мислення дорослих осіб. **Методи.** Методологічний апарат дослідження базується на комплексному підході, що включає теоретичний аналіз сучасних концепцій емоційного інтелекту та емпіричні методи діагностики. Використано методику діагностики рівня емоційного інтелекту В. Зарницької та вербальний тест креативності П. Торренса. Математико-статистична обробка даних здійснювалася за допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт r_s Спірмена) та кластерного аналізу за методом k-means для виявлення специфічних профілів респондентів. **Результати.** Доведено наявність стійкого позитивного кореляційного зв'язку між загальним рівнем емоційного інтелекту та індикаторами креативності. Встановлено статистично значущу залежність між здатністю до розуміння й управління емоціями та такими характеристиками творчого мислення, як гнучкість, оригінальність і розробленість ідей. Шляхом кластерного аналізу диференційовано групи осіб за типами емоційно-когнітивного функціонування. На основі отриманих даних розроблено та апробовано програму розвитку емоційного інтелекту, спрямовану на стимулювання творчої активності дорослих. **Висновки.** Дослідження підтвердило гіпотезу про інтегрованість емоційних і когнітивно-творчих процесів у дорослому віці. Результати свідчать, що розвиток емоційної компетентності є ефективним інструментом для актуалізації творчого потенціалу. Практичне значення роботи полягає у можливості впровадження розроблених методичних рекомендацій у систему психологічного супроводу фахівців та освітні програми для дорослих.

Ключові слова: емоційний інтелект, творче мислення, креативність, когнітивні корелянти, дорослий вік, кореляційний аналіз, розвиток емоційного інтелекту

Вступ. Глобальні технологічні трансформації та стрімкий розвиток штучного інтелекту актуалізують пошук унікальних людських здібностей, що забезпечують адаптивність особистості. Ключову роль у цьому процесі відіграють емоційний інтелект (ЕІ) та творче мислення: феномени, які визначають конкурентоспроможність людини в епоху автоматизації. Парадокс сучасної психології полягає в тому, що попри визнання важливості ЕІ для професійного успіху, його когнітивні корелянти, зокрема взаємозв'язок із креативністю, залишаються дискусійними та недостатньо дослідженими.

Для вітчизняної науки вивчення цих аспектів набуває особливої гостроти в контексті соціальних викликів, зумовлених повномасштабною війною. Докорінні трансформації в різних життєвих галузях створюють нові запити до адаптаційного потенціалу зрілої людини,

коли синтез емоційної стабільності та гнучкого способу розв'язання проблем набуває критичної важливості. Вивчення дорослого віку є пріоритетним, оскільки саме в цей період людина досягає піку професійної реалізації, а інтеграція емоційної компетентності та творчого потенціалу стає запорукою її соціальної ефективності.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити когнітивні корелянти емоційного інтелекту; проаналізувати взаємозв'язок між емоційним інтелектом та творчим мисленням дорослих.

Огляд попередніх досліджень. Емоційний інтелект – одне з найдискусійніших понять сучасної психології, яке одночасно привертає увагу широкої аудиторії популярної психологічної літератури і викликає суперечливі оцінки в науковій спільноті. Це поняття часто сприймається як занадто м'який, суб'єктивний конструкт, що викликає питання щодо

Як цитувати: Литвиненко, О. О., Лянна, Ю. (2026). Когнітивні корелянти емоційного інтелекту дорослих: роль творчого мислення. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 56-63. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-07>

In cites: Lytvynenko, O., Lyanna, Ju. (2026). Emotional Intelligence Cognitive Correlates in Adults: Creative Thinking Role. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 56-63. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-07> (in Ukrainian)

© Литвиненко, О. О., Лянна, Ю., 2026. CC BY 4.0 license

можливості об'єктивного вимірювання та наукової валідності.

Утім, ця суперечливість значною мірою обумовлена відсутністю концептуальної однозначності та множинністю теоретичних підходів до його моделювання. Попри існування кількох визнаних теоретичних моделей, серед науковців тривають дискусії щодо концептуалізації даного конструкту.

Моделі емоційного інтелекту. Модель здібностей, запропонована Дж. Майером, П. Саловейм і Карузо, інтерпретує емоційний інтелект як набір когнітивних здібностей, пов'язаних з обробкою емоційної інформації. Ця модель визначає емоційний інтелект як один із видів традиційного інтелекту, що має справу з емоційними проявами. До цієї моделі входять такі елементи як сприйняття емоцій, розуміння емоцій, використання емоцій та їх управління.

Альтернативним напрямком концептуалізації є підхід К. Петрідеса, який фокусувався на емоційному самосприйнятті. У своїй роботі він чітко розмежовував ЕІ-здібність та ЕІ-риса, адже вони по-різному вимірюються, що означає їхню концептуальну відмінність, хоч і можливу взаємопов'язаність. Модель ТЕІ (Trait Emotional Intelligence) ґрунтується на суб'єктивному досвіді людини, на її самосприйнятті, адже емоції самі по собі суб'єктивні.

У рамках змішаних моделей здібності та особистісні риси комбінуються; серед них найбільш відомі моделі Реувена Бар-Она та Деніела Гоулмана. Модель Бар-Она визначає емоційний інтелект як "взаємопов'язані емоційні та соціальні компетенції, які впливають на здатність людини розуміти та ефективно виражати себе, розуміти та взаємодіяти з іншими, а також успішно справлятися з повсякденними вимогами, викликами та стресами".

Творче мислення як когнітивний феномен. Творче мислення традиційно розглядається в психологічній науці як вища форма когнітивної активності, що характеризується здатністю генерувати нові, оригінальні ідеї та створювати інноваційні рішення. Дж. Гілфорда запропонував розрізняти конвергентне (спрямоване на пошук єдиного правильного рішення) та дивергентне (що передбачає множинність варіантів) мислення, визначивши останнє як основу креативності.

П. Торренс розробив операційну модель креативності, що включає чотири основні компоненти: пливкість (продуктивність генерації ідей), гнучкість (здатність переключатися між різними категоріями ідей), оригінальність (унікальність рішень) та розробленість (деталізація ідей). Проте сучасні підходи, зокрема праці Т. Любарта та В. Главеану, підкреслюють, що творче мислення не є лінійним механізмом. Це динамічна система взаємодій між творцем, інструментами та соціокультурним контекстом. Важливим аспектом

розуміння природи креативності у дорослому віці є розмежування безпосередньо процесу «творчого мислення» та загальної «креативності» особистості. Як зазначає Т. Любарт, креативність виступає ширшим конструктом, тоді як творче мислення є безпосереднім інструментом генерації нового продукту. При цьому сам процес мислення є динамічною та нелінійною системою взаємодії творця з контекстом, де емоції виконують функцію медіаторів, сприяючи формуванню метафоричних та асоціативних зв'язків.

Взаємозв'язок емоційного інтелекту та творчого мислення. Сучасні дослідження все більше фокусуються на взаємозв'язку емоційних та когнітивних процесів. Теоретичні моделі Майєра-Саловея безпосередньо включають «використання емоцій для полегшення мислення» як компонент емоційного інтелекту, що передбачає здатність застосовувати емоції для покращення когнітивних процесів, зокрема креативності та вирішення проблем.

Емоційна креативність (концепція Дж. Ейрілла) займає особливе місце серед когнітивних корелятивів. Її визначають як здатність особистості автентично та оригінально виражати й переживати емоції, що становить окремий конструкт, який відрізняється від емоційного інтелекту. До структури цього феномену входять: автентичність, підготовленість (рефлексія) та емоційна новизна (здатність до оригінальних реакцій). Саме такий інтегративний підхід надає можливість трактувати емоційну обробку інформації як фундамент для особистісного зростання та психологічної адаптації. У вітчизняній психологічній школі механізми стратегіальної теорії творчої діяльності розкривають взаємозв'язок творчості та емоційного інтелекту. За працями В. Моляко та О. Музики, критичну регулятивну функцію виконує емоційний інтелект: когнітивний потенціал розширюється завдяки позитивним емоціям (так зване «творче сприймання»), а необхідна критичність мислення забезпечується здатністю регулювати негативні стани. С. Максименко, своєю чергою, наголошує, що фундаментальна потреба особистості лежить в основі творчої активності і трансформує просте сприйняття у продуктивні та складні форми пізнавальної діяльності.

Емпіричні дослідження демонструють, що особи з високим рівнем емоційного інтелекту виявляють кращі показники креативності, що пояснюється їхньою здатністю використовувати емоційну інформацію для генерації нових ідей, гнучко переключатися між емоційними станами та підтримувати мотивацію в процесі творчої діяльності. Водночас, творче мислення може сприяти розвитку емоційного інтелекту через посилення рефлексивних здібностей та здатності до нестандартного осмислення емоційних переживань.

Таблиця 1. Порівняльний аналіз основних моделей емоційного інтелекту/ **Table 1.** Comparative Analysis of Major Models of Emotional Intelligence

Модель / Model	Тип моделі / Model Type	Основні компоненти / Core Components
Майєр-Саловеї-Карузо / Mayer-Salovey-Caruso	Модель здібностей / Ability Model	Сприйняття, використання, розуміння, управління емоціями / Perception, use, understanding, management of emotions
Петрідес (ТЕІ) / Petrides (TEI)	Модель риси / Trait Model	Емоційність, самоконтроль, соціальність, благополуччя / Emotionality, self-control, sociability, well-being

Модель / Model	Тип моделі / Model Type	Основні компоненти / Core Components
Бар-Он/ Bar-On	Змішана модель/ Mixed Model	Внутрішньоособистісні та міжособистісні навички, адаптивність, управління стресом/ Intrapersonal and interpersonal skills, adaptability, stress management
Гоулман/ Goleman	Змішана модель/ Mixed Model	Самосвідомість, самоуправління, соціальна свідомість, управління відносинами/ Self-awareness, self-management, social awareness, relationship management

Методи. Загальнонаукові та спеціальні методи наукового пізнання стали методологічною основою емпіричного дослідження. Для обґрунтування концептуальної моделі дослідження було використано теоретико-методологічний аналіз сучасної літератури з проблем творчого мислення та емоційного інтелекту. На емпіричному етапі у процесі дослідження застосовувалися: онлайн-опитування, описова статистика, кореляційний аналіз за Спірменом та кластерний аналіз k-means для виявлення типологічних груп респондентів.

Учасники. У дослідженні взяли участь 50 респондентів віком від 25 до 45 років, серед яких 15 чоловіків (30%) та 35 жінок (70%). На момент заповнення анкети всі учасники перебували на території України і є громадянами України. До дослідження було залучено представників різних професійних сфер для перевірки гіпотези про зв'язок творчого мислення з емоційним інтелектом у різних професійних контекстах та забезпечення різноманітності вибірки. На основі аналізу актуальної професійної діяльності (табл. 3) здійснювалася класифікація респондентів відповідно до типології професійних інтересів Дж. Голланда. Реалістичний тип (R) – діяльність з інструментами, машинами, технікою – 10 осіб (20%); Дослідницький тип (I) – наукова діяльність, дослідження, аналітична робота – 8 осіб (16%); Артистичний тип (A) – самовираження, творча діяльність – 9 осіб (18%); Соціальний тип (S) – навчання, допомога, робота з людьми – 16 осіб (32%); Підприємницький тип (E) – управління, продаж, лідерство – 4 особи (8%); Конвенційний тип (C) – дотримання правил, структурована робота – 3 особи (6%).

Діагностичний інструментарій. Для дослідження взаємозв'язку творчого мислення та емоційного інтелекту були використані дві валідовані методики: 1) методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В. Зарицької та 2) методика для діагностики вербальної креативності П. Торренса «Неймовірна ситуація».

Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В. Зарицької. Методика включає 76 суджень, які за чотирибальною шкалою оцінює респондент: "ніколи" (1 бал) — "майже завжди" (4 бали). Оцінюються чотири ключові компоненти: власні емоції розуміти (судження 1-20, до 60 балів), емоції контролювати й регулювати (судження 21-38, до 54 балів), емоції інших розуміти

(судження 39-59, до 63 балів), емоції застосовувати в спілкуванні та діяльності (судження 60-76, до 51 балу). Сумарний бал визначає загальний рівень: високий (198-240), достатній (117-197), середній (60-116), низький (0-59).

Методика для діагностики вербальної креативності П. Торренса "Неймовірна ситуація". Учасники отримують завдання: уявити неймовірну ситуацію й протягом 10 хвилин генерувати максимум варіантів можливих подій та їх наслідків. Три показники використовуються для обробки: вправність (скільки ідей, по 1 балу за наслідок), гнучкість (скільки різних категорій), оригінальність (статистична рідкість). Лонгitudні дослідження П. Торренса емпірично підтвердили високу валідність методики.

Процедура дослідження. У форматі онлайн-опитування за допомогою Google-форм у травні 2025 року проводилося дослідження, що забезпечило однакові умови діагностики для всіх респондентів, дозволило охопити репрезентативну вибірку дорослих різних професійних сфер та мінімізувало вплив соціальної бажаності через анонімність відповідей. Як індивідуальна, так і групова була форма проведення методик. При рівні довіри 95% похибка дослідження становить 5%.

Статистичний аналіз. Для обробки отриманих даних використовувався пакет статистичних програм IBM SPSS. Застосовувалися методи описової статистики, кореляційний аналіз за Спірменом для виявлення взаємозв'язків між показниками творчого мислення та компонентами емоційного інтелекту, а також кластерний аналіз k-means для виявлення типологічних груп респондентів за рівнем творчого мислення та емоційного інтелекту.

Результати. На першому етапі аналізу емпіричних даних було здійснено кількісний розподіл показників за рівнями вираженості досліджуваних феноменів. Це надало можливість оцінити загальний стан творчого мислення та емоційного інтелекту у вибірці дорослих, перед встановленням кореляційних зв'язків між ними. Згідно з отриманими даними, такий розподіл виявив аналіз показників (табл. 2). Емоційний інтелект: високий рівень мають більшість, низького рівня не показав жоден респондент. Творче мислення: низький рівень показали майже половина, середній – більше половини, високий – лише одиниці.

Таблиця 2. Рівні розвитку емоційного інтелекту та творчого мислення / **Table 2.** Levels of Development of Emotional Intelligence and Creative Thinking

Показник / Indicator	Низький / Low	Середній / Medium	Високий / High
Емоційний інтелект / Emotional Intelligence	0% (n=0)	22% (n=11)	78% (n=39)
Творче мислення / Creative Thinking	44% (n=22)	54% (n=27)	2% (n=1)

Особливостями вибірки можуть пояснюватися отримані результати: оскільки участь у дослідженні була добровільною, більша частина респондентів мала схильність до самоаналізу та інтерес до теми, що могло спричинити більш високі оцінки емоційного інтелекту. Водночас із недостатньою мотивацією частини

учасників до повного виконання завдань можуть бути пов'язані нижчі показники творчого мислення, а також із суб'єктивними чинниками, такими як небажання докласти додаткові зусилля на другому етапі дослідження або втома.

Таблиця 3. Розподіл респондентів за професійними типами / **Table 3.** Distribution of Respondents by Professional Types

Професійний тип / Professional Type	n	%
Реалістичний / Realistic	10	20
Дослідницький / Investigative	8	16
Артистичний / Artistic	9	18
Соціальний / Social	16	32
Підприємницький / Enterprising	4	8
Конвенційний / Conventional	3	6

Кореляційний аналіз. Оскільки невеликий обсяг вибірки ($N = 50$), а також відхилення від нормального розподілу демонструє частина змінних, для аналізу взаємозв'язків було застосовано непараметричний коефіцієнт кореляції Спірмена для забезпечення стійкості висновків за таких умов.

Статистично значущі взаємозв'язки між показниками творчого мислення та окремими компонентами емоційного інтелекту виявив кореляційний аналіз (табл. 4). Між здатністю використовувати емоції у спілкуванні та діяльності (e) та всіма компонентами творчого мислення виявлено найсильніші кореляційні зв'язки: вправністю ($r = 0.384$, $p = 0.006$), оригінальністю ($r = 0.377$, $p = 0.007$), гнучкістю ($r = 0.489$, $p < 0.001$) та загальним показником творчого мислення ($r = 0.413$,

$p = 0.003$). Значущі кореляції з творчим мисленням продемонстрував загальний рівень розвитку емоційного інтелекту (E1), зокрема з оригінальністю ($r = 0.354$, $p = 0.012$), гнучкістю ($r = 0.448$, $p = 0.001$), вправністю ($r = 0.323$, $p = 0.022$) та загальним Т-балом ($r = 0.383$, $p = 0.006$). Помірні зв'язки з вправністю ($r = 0.354$, $p = 0.012$), загальним показником творчості ($r = 0.371$, $p = 0.008$) та оригінальністю ($r = 0.352$, $p = 0.012$) виявило розуміння особистих емоцій. Водночас не продемонстрували статистично значущих кореляцій із жодним із показників творчого мислення такі компоненти емоційного інтелекту, як розуміння емоцій інших людей (d), а також самоконтроль та саморегуляція емоцій (c), показали результати.

Таблиця 4. Статистично значущі кореляції між компонентами емоційного інтелекту та показниками творчого мислення (коефіцієнт Спірмена) / **Table 4.** Statistically Significant Correlations Between Components of Emotional Intelligence and Indicators of Creative Thinking (Spearman's Rank Correlation Coefficient)

Компонент EI / EI Component	Вправність / Fluency	Гнучкість / Flexibility	Оригінальність / Originality	Т-бал / T-score
Розуміння емоцій / Emotion Understanding	0.354*	0.225	0.352*	0.371**
Самоконтроль / Self-regulation	0.102	0.232	0.073	0.150
Розуміння інших / Understanding Others	0.205	0.257	0.207	0.250
Використання емоцій / Use of Emotions	0.384**	0.489***	0.377**	0.413**
Загальний EI / Overall EI	0.323*	0.448**	0.354*	0.383**

Про часткове підтвердження гіпотези щодо існування взаємозв'язку між творчим мисленням та емоційним інтелектом свідчать результати емпіричного дослідження. У здатності особистості використовувати емоції у процесі міжособистісного спілкування та діяльності виявлено найбільш виражені кореляційні зв'язки. Розширення когнітивного інструментарію та стимулювання креативного мислення через створення умов для позитивних емоційних станів, формування

психологічно безпечного середовища для вільного вираження творчих ідей без страху критики передбачає ця здатність, та оптимізації творчого процесу для гнучке переключення між різними режимами мислення.

Кластерний аналіз. З метою виявлення типологічних особливостей респондентів та глибшого розуміння внутрішньої структури досліджуваних феноменів було застосовано кластерний аналіз. Це надало можливість згрупувати учасників дослідження не за окремими

показниками, а за цілісними психологічними профілями, що поєднують різні рівні творчих здібностей та емоційного інтелекту. Для усунення впливу різних діапазонів первинних балів між субшкалами

творчого мислення та емоційного інтелекту попередньо всі психологічні змінні було стандартизовано. Вибірка розподілялася на три статистично значущі диференційовані групи (табл.5).

Таблиця 5. Характеристика кластерних груп за рівнями емоційного інтелекту та творчості / **Table 5.** Characteristics of Cluster Groups by Levels of Emotional Intelligence and Creativity Profile Creativity

Профіль / Profile	n (%)	EI	Творчість / Creativity
1	18 (36%)	-0.98	-0.60 до -0.67
2	14 (28%)	+0.42	+1.17 до +1.20
3	18 (36%)	+0.65	-0.22 до -0.31

Метод k-means у кластерному аналізі дозволив ідентифікувати три окремі психологічні профілі, що демонструють особливі патерни поєднання емоційної та когнітивної сфер:

Профіль перший (36%): респонденти демонструють знижені результати у сферах творчості й емоційного інтелекту. Обмежений емоційний та когнітивний ресурс створює цим особам перешкоди у ситуаціях, де потрібна швидка адаптація чи продукування нестандартних ідей.

Профіль другий (28%): за середнього емоційного інтелекту виявляє максимальні результати творчих здібностей. Виражена когнітивна гнучкість властива цим особам, втім, глибока емоційна саморегуляція не завжди її підтримує.

Профіль третій (36%): вищий емоційний інтелект поєднується зі зниженими результатами творчого мислення. Підтверджується наша теза: лише усвідомлення емоцій не забезпечує результативного їх застосування в творчих процесах без додаткової стимуляції.

ANOVA дисперсійний аналіз показав високу статистичну значущість відмінностей між ідентифікованими групами, підтверджуючи якісну диференціацію кластерної структури. Параметри творчого мислення отримали максимальні значення F-критерію: творчість загальна ($F = 35.078$, $p < 0.001$), гнучкість ($F = 34.917$, $p < 0.001$) та вправність ($F = 30.534$, $p < 0.001$). Емоційний інтелект теж показав суттєву диференціюючу здатність ($F = 29.714$, $p < 0.001$), однак креативність стала головним фактором поділу респондентів.

Слід підкреслити, що статистично значущих зв'язків між приналежністю до кластерів та характеристиками професійними чи демографічними дослідження не виявило. Приміром, статеві розбіжності ($\chi^2 = 0.831$, $p = 0.660$) показали: у кожній групі жінки переважають, що збігається з гендерним розподілом усієї вибірки (70%). One-Way ANOVA перевірка не показала вікових відмінностей (респонденти у кластерах мають середній вік 30.39-32.86 років). За Дж. Голландом професійні типи ($\chi^2 = 6.543$, $p = 0.768$) підтвердили: формування психологічних профілів відбувається незалежно від професійної сфери. Ці дані засвідчують універсальність психологічних закономірностей, що виявлені поєднання творчого мислення й емоційного інтелекту залежить від індивідуально-психологічних рис

особистості, не від демографічного чи професійного статусу.

Розробка програми розвитку емоційного інтелекту та творчого мислення. Емпіричне дослідження зв'язків творчого мислення з емоційним інтелектом стало базою для створення концепції програми підвищення емоційного інтелекту дорослих осіб. Кореляційний аналіз показав: найпотужніші зв'язки існують між застосуванням емоцій у діяльності та компонентами творчого мислення: вправність ($r = 0.384$), гнучкість ($r = 0.489$), оригінальність ($r = 0.377$) і творче мислення загалом ($r = 0.413$). Методологічний фундамент для цільової інтервенції створюють ці емпіричні результати, орієнтуючи на розвиток емоційних компетенцій як каталізатора творчого потенціалу.

Три окремі психологічні профілі виявив кластерний аналіз, 36% респондентів мають знижені показники творчості й емоційного інтелекту. Пріоритетна цільова аудиторія, саме ця група, адже компонент «використання емоцій» може відкрити шлях до креативного мислення.

Кілька чинників обґрунтовують фокус на емоційному інтелекті як об'єкті розвитку: систематичні тренувальні програми легше застосовувати до емоційного інтелекту; найпотужніші кореляції з творчістю показав компонент "використання емоцій у діяльності"; ширший позитивний ефект на психологічне функціонування може дати розвиток емоційного інтелекту.

Структура програми. Інтеграція ключових теоретичних моделей емоційного інтелекту закладена в запропоновану програму: Мейєра-Саловея модель здібностей та Гоулмана змішана модель, адаптовані до розвитку творчого потенціалу. Емпіричні результати показують особливу вагу компоненту "застосування емоцій у спілкуванні та діяльності": використання позитивних емоцій для нагнітання й мотивації, емоційний стан для продуктивності, емоцій як інформація для рішень. Восьмитижневий послідовний відеокурс становить структуру програми: сім тематичних модулів плюс фінальна сесія оцінювання й рефлексії (табл. 6). Теоретичний блок 15-20 хвилин становить кожен модуль (розкриває концептуальні засади компоненту емоційного інтелекту) плюс практичний блок із цілеспрямованими вправами. Андрагогічні принципи лежать в основі теоретичної частини, інтерактивні елементи забезпечують активне залучення учасників.

Таблиця 6. Етапи та зміст програми розвитку емоційно-креативного потенціалу / **Table 6.** Stages and Content of the Emotional-Creative Potential Development Program

Етап (Тижні) / Stage (Weeks)	Назва та зміст роботи / Title and Content of Activities	Ключові результати (критерії) / Key Outcomes (Criteria)
I. Діагностично-когнітивний (1-2 тижні) / Diagnostic-cognitive (1-2 weeks)	Психоедукація про ЕІ та творчість. Розширення емоційного словника, розпізнавання фізіологічних проявів емоцій. / Psychoeducation about EI and creativity. Expanding the emotional vocabulary, recognizing physiological manifestations of emotions.	Розуміння структури ЕІ; ідентифікація власних емоційних станів та їх зв'язку з тілом. / Understanding the structure of EI; identifying one's own emotional states and their connection with the body.
II. Регулятивно-емпатійний (3-4 тижні) / Regulatory-empathic (3-4 weeks)	Техніки дихальної регуляції та когнітивне переформулювання. Розвиток когнітивної емпатії та активного слухання. / Breathing regulation techniques and cognitive reformulation. Development of cognitive empathy and active listening.	Вміння аналізувати тригери та переформулювати автоматичні думки; розпізнавання емоцій інших. / The ability to analyze triggers and reformulate automatic thoughts; recognizing the emotions of others.
III. Інтегративно-творчий (5-6 тижні) / Integrative-creative (5-6 weeks)	Використання емоцій як джерела натхнення. Практика групової взаємодії та емпатичного зворотного зв'язку. / Using emotions as a source of inspiration. Practice of group interaction and empathic feedback.	Створення творчих робіт на основі емоцій; оволодіння формулою емоційної комунікації. / Creating creative works based on emotions; mastering the formula of emotional communication.
IV. Практично-результативний (7-8 тижні) / Practical-effective (7-8 weeks)	Формування стійких звичок та план подальшої практики. Повторна діагностика ЕІ та показників творчості. / Formation of sustainable habits and a plan for further practice. Repeated diagnostics of EI and creativity indicators.	Наявність плану розвитку на 3 місяці; у рівні функціонування. / Availability of a 3-month development plan; at the functioning level.

Тижневий принцип структурування дає гнучкість упровадження в щоденну діяльність: учасники самостійно обирають оптимальний час для відеоконтенту й практичних завдань. Окремі тематичні заняття складають наповнення програми, кожне орієнтоване на певний аспект емоційного інтелекту: емоційні стани ідентифікувати, емоційні реакції контролювати, емоції оточуючих розпізнавати, емоційну інформацію в діяльності застосовувати.

Методологічні підходи. Експеріальна педагогіка - головна методологія, циклічний процес передбачає: вправи дають конкретний досвід, щоденники й самозвіти створюють рефлексивне спостереження, відеолекції та матеріали забезпечують абстрактну концептуалізацію, повсякденне життя дає активне експериментування. АВС-модель когнітивного переформулювання систематично застосовується в когнітивно-поведінкових техніках: учасники опановують ідентифікацію активуючих подій, аналіз автоматичних переконань і думок, оцінювання поведінкових та емоційних наслідків. MBSR протокол зниження стресу - база практик усвідомленості: дихання як фокус медитації 10-15 хвилин, body scan виявляє тілесні прояви емоцій, спостереження за емоціями без оцінок, усвідомлене виконання щоденних дій. Емоційна регуляція включає техніки: дихальні вправи, м'язова релаксація прогресивна, заземлення 5-4-3-2-1 повертає увагу в теперішнє, візуалізація безпечного місця створює спокій і контроль. Арт-терапевтичні творчі методи використовують матеріали для невербального виразу емоцій: емоційне малювання, колажі символізують внутрішні стани.

Методичний інструментарій для стимулювання творчої активності використанням емоцій. Кореляційні зв'язки

стали базою для методичних рекомендацій розвитку емоційних компетенцій заради творчої активності. Перед творчими завданнями корисно застосувати "три добрі речі": детально пригадати три позитивні моменти минулого дня, фокусуючись на емоційних станах. Альтернатива: стимули, що викликають позитивні емоції (музика улюблена, зображення надихаючі). Систематичне "емоційне щоденниковання" рекомендується: точна назва емоції, за 10-бальною шкалою інтенсивність, контекст виникнення, асоціація стану з якістю/кількістю ідей. Щотижневий аналіз може виявити індивідуальні патерни зв'язку творчої продуктивності з емоційними станами.

Потужний зв'язок використання емоцій із гнучкістю мислення в дослідженні вказує: емоційна варіативність може підтримувати когнітивну гнучкість. "Емоційне переключення" — корисна техніка: коли рішення одного типу заблоковані, свідомо змінити емоційний фокус (скажімо, від аналітичного скептицизму до оптимістичної відкритості) для доступу до інших когнітивних стратегій.

Оцінювання ефективності програми. В. Зарицької методика діагностики емоційного інтелекту використовується для первинного оцінювання. П. Торренса тести творчого мислення (субтести) оцінюють творчий потенціал. Процесуальний моніторинг охоплює: щотижневі короткі рефлексивні звіти (стандартизована форма), емоційні стани щодня фіксуються (10-бальна шкала), творчі вправи фотодокументуються. Фінальна діагностика: повторне проведення психодіагностичних методик для статистичного порівняння результатів до інтервенції й після.

Рандомізований контрольований дизайн експериментальної апробації потрібен для підтвердження ефективності програми - встановити, чи справді цілеспрямований розвиток здатності застосовувати емоції підвищує творче мислення. Перспективні напрями: груповий формат програми, штучний інтелект для персоналізації, лонгітюдні дослідження для довгострокових ефектів.

Висновки. Дослідження надало емпіричні докази зв'язків творчого мислення з емоційним інтелектом. Огляд наукової літератури виявив поступовий розвиток концептуалізації емоційного інтелекту, що розпочався з філософських роздумів та еволюціонував до емпірично обґрунтованих нейробіологічних підходів, узагальнив три ключові моделі структури: здібностей модель, рис модель, змішану модель. Творче мислення розглянуто як багатокomпонентний конструкт: продукування ідей, гнучкість, оригінальність, вправність.

Отримані результати стали основою для концепції програми розвитку емоційного інтелекту дорослих: восьми тижневий відеокурс інтегрує когнітивно-поведінкові техніки, усвідомленості практики, арт-терапевтичні методи. Модель здібностей емоційного інтелекту, теорія «розширення та побудови», експеріальна педагогіка - опора програми, орієнтована на навички емоційної регуляції та їх застосування в діяльності.

Дослідження має практичне значення, а саме підтверджує перспективність цілеспрямованого розвитку емоційної компетентності як чинника підтримки особистісної самореалізації й творчого мислення. Подальші наукові пошуки варто спрямувати на експериментальну апробацію програми (рандомізований контрольований дизайн) для перевірки причинно-наслідкових ефектів: розвиток емоційного інтелекту впливає на творчість.

Декларація про використання штучного інтелекту. В роботі над цією статтею було використано інструменти штучного інтелекту для перевірки правопису та вдосконалення стилю тексту. Задум, зміст та наукові результати є авторськими. Текст був перевірений та відредагований автором.

Етичні засади. Участь у дослідженні є добровільною. Усі учасники надали інформовану згоду на використання даних у знеособленому вигляді. Конфіденційність забезпечено через повну анонімізацію матеріалу. Дослідження проводилося з дотриманням етичних принципів Американської психологічної асоціації (American Psychological Association, 2017) та Гельсінської декларації.

Список використаних джерел

- Дерев'яко С.П. Теоретико-методологічні аспекти цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту. *Теорія і практика сучасної психології*, 2016. №1. С. 12-15. https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2016/5.pdf
- Зарип'я В.В. Методика дослідження емоційного інтелекту особистості. *Теорія і практика сучасної психології*, 2019. №3(2). С. 37-42. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-2.7>
- Кліпкова О.І. Вплив емоційного інтелекту на реалізацію креативних можливостей індивіда. *Вісник ЛТЕУ. Економічні науки*, 2021. 62. С. 86-92. <https://doi.org/10.36477/2522-1205-2021-62-12>
- Курапов А.О., Льошенко О.А., Волинцев В.О. Практикум з загальної психології. Модуль «Уява, емоції, воля»: метод.реком. К.: ДІА, 2022. 71с. <https://iar.org.ua/wp-content/uploads/2023/05/%D0%A0%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%B8%CC%86-%D0%B7%D0%BE%D1%88%D0%B8%D1%82-%D0%904.pdf>
- Носенко Е.А., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. : монографія. Київ: Вища школа, 2003. 158с. http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf
- Amabile, T. M. (1996). *Creativity in context: Update to "The Social Psychology of Creativity"*. Westview Press. <https://doi.org/10.4324/9780429501234>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. *Psicothema*, 18(Suppl.), 13-25.
- Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Beaty, R. E., Kenett, Y. N., Christensen, A. P., Rosenberg, M. D., Benedek, M., Chen, Q., Fink, A., Qiu, J., Kwapił, T. R., Kane, M. J., & Silvia, P. J. (2018). Robust prediction of individual creative ability from brain functional connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(5), 1087-1092. <https://doi.org/10.1073/pnas.1713532115>
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367-1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Goleman, D. (2020). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. Psychological Assessment Resources.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). Basic Books.
- Torrance, E. P. (1974). *The Torrance Tests of Creative Thinking: Norms-technical manual*. Scholastic Testing Service.

O. LYTVYENKO (Olena Lytvynenko)

Doctor of Psychological Sciences,

Head of the Department of Practical Psychology,

Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University,

18/2, Shamo Str., Kyiv, Ukraine,

E-mail: o.lytvynenko@kubg.edu.ua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>

Ju. LYANNOY (Julia Lyannoy)

Master of Psychology, practitioner psychologist

julialyannoy@gmail.com

EMOTIONAL INTELLIGENCE COGNITIVE CORRELATES IN ADULTS: CREATIVE THINKING ROLE

Background. The article examines the correlation between emotional intelligence and creative thinking in adults within the context of contemporary technological transformations and social uncertainty. The study relevance is driven by the necessity to identify internal psychological resources for personal adaptation and professional self-actualization in the digital age, where the integration of emotional competence and creativity serves as a key competitive advantage. **Purpose.** The study aims to provide a theoretical substantiation and empirical verification of the relationship between the components of emotional intelligence and the indicators of creative thinking in adults. **Methods.** The methodological framework is based on a comprehensive approach, including a theoretical analysis of modern emotional intelligence concepts and empirical diagnostic methods. The study utilized V. Zarytska's emotional intelligence assessment and P. Torrance's Verbal Test of Creative Thinking. Mathematical and statistical data processing was performed using Spearman's rank correlation analysis and k-means cluster analysis to identify specific respondent profiles. **Results.** The findings confirm a stable positive correlation between the emotional intelligence and creativity indicators overall levels. Statistically significant correlations were established between the ability to understand and manage emotions and such creative thinking characteristics as flexibility, originality, and elaboration. Cluster analysis allowed for the differentiation of respondents based on their emotional-cognitive functioning profiles. Based on the empirical data, an emotional intelligence development program was designed and tested, focusing on stimulating creative activity in adults. **Conclusions.** The study validates the hypothesis regarding the integration of emotional and cognitive-creative processes in adulthood. The results suggest that developing emotional competence serves as an effective tool for actualizing creative potential. The practical significance of the work lies in the potential implementation of the developed methodological recommendations into psychological support systems for professionals and adult education programs.

Keywords: emotional intelligence, creative thinking, creativity, adaptation, professional self-actualization, emotional competence, adult psychology.

References

- Derevianko, S. P. (2016). Theoretical and methodological aspects of purposive development of emotional intelligence. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*, 1(1), 12–15. https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2016/5.pdf [in Ukrainian].
- Zarytska, V. V. (2019). Methods of research of personal emotional intelligence. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii [Theory and Practice of Modern Psychology]*, 3(2), 37–42. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-2.7> [in Ukrainian].
- Klipkova, O. I. (2021). The influence of emotional intelligence on the implementation of an individual's creative potential. *Visnyk LTEU. Ekonomichni nauky*, 62, 86–92. <https://doi.org/10.36477/2522-1205-2021-62-12> [in Ukrainian].
- Kurapov, A. O., Lyoshenko, O. A., & Volynets, V. O. (2022). Workshop on general psychology. Module "Imagination, emotions, will". Kyiv: DIA. <https://iar.org.ua/wp-content/uploads/2023/05/%D0%A0%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%B8%CC%86-%D0%B7%D0%BE%D1%88%D0%B8%D1%82-%D0%904.pdf> [in Ukrainian].
- Nosenko, E. L., & Kovryha, N. V. (2003). Emotional intelligence: Conceptualization of the phenomenon, basic functions. Kyiv: Vyscha shkola. http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf [in Ukrainian].
- Amabile, T. M. (1996). *Creativity in context: Update to "The Social Psychology of Creativity"*. Westview Press. <https://doi.org/10.4324/9780429501234>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. *Psicothema*, 18(Suppl.), 13–25.
- Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Beaty, R. E., Kenett, Y. N., Christensen, A. P., Rosenberg, M. D., Benedek, M., Chen, Q., Fink, A., Qiu, J., Kwapił, T. R., Kane, M. J., & Silvia, P. J. (2018). Robust prediction of individual creative ability from brain functional connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(5), 1087–1092. <https://doi.org/10.1073/pnas.1713532115>
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367–1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Goleman, D. (2020). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. Psychological Assessment Resources.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). Basic Books.
- Torrance, E. P. (1974). *The Torrance Tests of Creative Thinking: Norms-technical manual*. Scholastic Testing Service.

Конфлікт інтересів: автори заявляють про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 11.02.2026 (The article was received by the editors 11.02.2026)

Стаття рекомендована до друку 15.04.2026 (The article is recommended for printing 15.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)