

## РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПРОФЕСІЙНІЙ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЛЮДИНИ

**ТАРАСЕНКО Христина, здобувачка вищої освіти**

**Спеціальність 281 Публічне управління та адміністрування**

**Миколаївський національний аграрний університет**

**Анотація:** у роботі здійснено філософське осмислення емоційного інтелекту як визначального фактору професійної самореалізації сучасної особистості. Проаналізовано ключові ідеї представників гуманістичної та екзистенціальної філософії (зокрема, Маслоу, Роджерса, Сартра, Фромма, Гайдеггера), а також феноменологічні підходи (Шелера), які розкривають фундаментальну роль емоцій у процесах пізнання та становлення особистості, Обґрунтовано, що емоційний інтелект слід розглядати не просто як психологічний інструментарій, а як духовно-ціннісний ресурс, котрий дає змогу індивіду долати кризу ідентичності, успішно адаптуватися до суспільних змін і досягати автентичного буття. У підсумку, розвиток емоційного інтелекту представляється як життєво важливий елемент для досягнення внутрішньої гармонії та повного вираження свого потенціалу в контексті сучасного світу, що змінюється.

**Ключові слова:** емоційний інтелект, самореалізація, філософське осмислення, гуманістична філософія, екзистенціальна філософія, автентичність, цінності, адаптивність, автентичне буття, становлення особистості.

Сучасний світ - це вихор постійних змін, де суспільство, культура та інформація розвиваються стрімкими темпами. Це створює відчуття невизначеності, змушуючи людей боротися з «кризовою ідентичністю». Щоб орієнтуватися в цьому складному ландшафті та знайти внутрішній спокій, люди мають спиратися на свої внутрішні сили. Емоційний інтелект (ЕІ) виступає вирішальним фактором у цьому процесі. ЕІ представляє здатність долати розрив між логікою та емоціями, індивідом та колективом, сприяючи більш збалансованому та повноцінному життю.

У гуманістичній психології та філософії, яку пропагували такі постаті, як Абрахам Маслоу та Карл Роджерс, самоактуалізація представлена як найвища потреба людини, шлях до становлення «істинного «я»». Маслоу наголошував, що реалізація власного потенціалу залежить від досягнення гармонії між внутрішніми бажаннями та зовнішніми обставинами. Емоційний інтелект виступає значущим «містком», що з'єднує внутрішній світ з реаліями суспільства.

Екзистенційна філософія, ключовими мислителями якої були Жан-Поль Сартр та Карл Ясперс, підкреслює, що справжня людська свобода недосяжна без визнання своїх емоцій та взяття на себе відповідальності за свій вибір. Відома цитата Сартра: «Людина приречена бути вільною» підкреслює, що ця свобода вимагає здатності конструктивно керувати емоційними імпульсами та

спрямовувати їх. Феноменологія, яку досліджував Макс Шелер, розглядає емоції як засіб розуміння цінностей. Емоції — це не просто суб'єктивні реакції; вони відкривають «світ значень» для особистості. Отже, розвиток емоційного інтелекту постає як процесом усвідомлення власної ієрархії цінностей, так і шляхом до свідомого втілення цих цінностей.

У нашому сучасному «суспільстві ризику», як його назвав Ульріх Бек, традиційні опори розчинилися, майбутнє здається дедалі невизначенішим. Простого володіння раціональними знаннями вже недостатньо; нам потрібна емоційна зрілість та здатність адаптуватися. Гайдеггер стверджував, що для того, щоб жити автентично, ми повинні розуміти свої емоції, страхи та бажання, використовуючи їх для формування себе. Отже ЕІ, гармонізуючи розум та емоції, допомагає нам наблизитися до справжнього існування. Еріх Фромм також наголошував, що справжня свобода перетинається з любов'ю та емпатією. Розвинений ЕІ допомагає нам вийти за межі егоцентризму, бачити інших цінними особистостями, що є основою гуманістичної етики. Тому емоційна компетентність має вирішальне значення для процвітання у світі, що змінюється, забезпечуючи як адаптивність, так і морально-етичне зростання.

У професійному світі ЕІ має вирішальне значення для продуктивного спілкування, вирішення конфліктів та мотивації команди. Однак філософська перспектива розкриває глибше значення ЕІ. Це не просто фактор досягнення зовнішнього «успіху», а й засіб подолання відчуження та сприяння особистісній цілісності. Справжня професійна самореалізація виникає, коли люди розуміють мету своєї роботи. ЕІ діє як місток, що поєднує особистий досвід із ширшим сенсом життя, наповнюючи роботу не лише економічною цінністю, але й глибоким екзистенційним значенням.

Отже, ЕІ постає як складний феномен, що має подвійний характер: він є водночас психологічною здатністю (набір навичок) і філософсько-ціннісним ресурсом (шлях до буття). Його ключова функція полягає у забезпеченні гармонізації між раціональним та емоційним вимірами людського існування, що є критично важливим для цілісності особистості. В умовах сучасної нестабільності, яку характеризує «суспільство ризику»,

розвинений ЕІ стає ключем до автентичності, духовної зрілості та успішної професійної самореалізації, оскільки дозволяє індивіду долати кризу ідентичності та гнучко адаптуватися до змін. Філософський аналіз розкриває ЕІ як шлях не просто до зовнішнього кар'єрного успіху чи інструментального управління конфліктами, а до глибинного пошуку сенсу життя та повного розкриття сутнісних сил особистості в її професійній та екзистенційній діяльності.

### **Література:**

1. Заграй Л. Д. Емоційний інтелект як складник професійної компетентності менеджера. Прикладна психологія. Професійна й організаційна психологія. 2021. №6. С. 45–53. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&2\\_S21P03=FILE=&2\\_S21STR=sntnvusp\\_2021\\_32\(71\)\\_6\\_10](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILE=&2_S21STR=sntnvusp_2021_32(71)_6_10)
2. Coronado-Maldonado I. et al. Emotional intelligence, leadership, and work teams. Frontiers in Psychology. 2023. Vol. 14. URL: <https://wordpress.org/documentation/article/faq-troubleshooting/>
3. Urquijo I., Extremera N., Azanza G. The Contribution of Emotional Intelligence to Career Success. Frontiers in Psychology. 2019. Vol. 10. P. 1–9. URL: [https://www.researchgate.net/publication/337637680\\_The\\_Contribution\\_of\\_Emotional\\_Intelligence\\_to\\_Career\\_Success\\_Beyond\\_Personality\\_Traits](https://www.researchgate.net/publication/337637680_The_Contribution_of_Emotional_Intelligence_to_Career_Success_Beyond_Personality_Traits)
4. Ульріх Бек та «суспільство ризику» URL: [https://economicsociology.org/2015/01/04/ulrich-beck-has-died-his-powerful-concept-of-risk-society-is-relevant-as-never-was-before/?utm\\_source=chatgpt.com](https://economicsociology.org/2015/01/04/ulrich-beck-has-died-his-powerful-concept-of-risk-society-is-relevant-as-never-was-before/?utm_source=chatgpt.com)
5. Ієрархія потреб Маслоу URL: [https://www.simplypsychology.org/maslow.html?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.simplypsychology.org/maslow.html?utm_source=chatgpt.com)
6. Актуалізуюча тенденція Карла Роджерса URL: [https://positivepsychology.com/rogers-actualizing-tendency/?utm\\_source=chatgpt.com](https://positivepsychology.com/rogers-actualizing-tendency/?utm_source=chatgpt.com)
7. Екзистенціалізм - це гуманізм URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/Existentialism\\_Is\\_a\\_Humanism?utm\\_source=chatgpt.com](https://en.wikipedia.org/wiki/Existentialism_Is_a_Humanism?utm_source=chatgpt.com)

**Abstract:** *this work provides a philosophical understanding of emotional intelligence as a determining factor in the professional self-realization of a modern individual. The key ideas of representatives of humanistic and existential philosophy (in particular, Maslow, Rogers, Sartre, Fromm, Heidegger) are analyzed, as well as phenomenological approaches (Scheeler), which reveal the fundamental role of emotions in the processes of cognition and personality formation. It is substantiated that emotional intelligence should be considered not simply as a psychological toolkit, but as a spiritual and value resource that allows an individual to overcome an identity crisis, successfully adapt to social changes and achieve authentic existence. As a result, the development of emotional intelligence is presented as a vital element for achieving inner harmony and full expression of one's potential in the context of the modern, changing world.*

**Keywords:** *emotional intelligence, self-realization, philosophical reflection, humanistic philosophy, existential philosophy, authenticity, values, adaptability, authentic being, personality formation.*

**Науковий керівник – СУРІНА Ганна,  
к.філос.н., ст. викладач  
кафедри українознавства і суспільних наук  
Миколаївський національний аграрний університет  
м. Миколаїв**