

## ПСИХОЕМОЦІЙНІ СТАНИ У ПІДПРИЄМЦІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ У СТРЕС-АСОЦІЙОВАНИХ УМОВАХ

**Бобко О. М.**

*аспірантка*

*Академія праці, соціальних відносин і туризму*

*вул. Кільцева дорога, 3А, Київ, Україна*

*[orcid.org/0000-0002-6369-9862](https://orcid.org/0000-0002-6369-9862)*

*[accainform@gmail.com](mailto:accainform@gmail.com)*

**Ключові слова:** *емоції, емоційний інтелект, емоційне вигорання, підприємці, стрес-асоційовані умови.*

Стаття присвячена дослідженню психоемоційних станів підприємців, які працюють у стрес-асоційованих умовах. Досліджено професійну діяльність 90 підприємців в умовах COVID-19 та 90 підприємців в умовах війни у період 2021–2023 рр. Методикою «Діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко» домінуючими симптомами в обох групах в фазі напруження виявлено «переживання психічної травми», «незадоволеність собою», «загнаність в куток», «тривогу і депресія»; у фазі резистенції – «розширення сфери емоцій», «редукцію професійних обов'язків»; у фазі виснаження – «особистісне відсторонення». Вищевикладене підтверджується кореляційним аналізом, де емоційний дефіцит проявлявся емоційною нечутливістю на тлі виснаження, автоматизмом та емоційним спустошення при виконання професійних обов'язків, неетичним ставленням до колег, цинізмом, що призводило до знеособлювання ( $p \leq 0,001$ ). Встановлено два варіанта емоційних, когнітивних, поведінкових наслідків впливу стресасоційованих умов на емоційний інтелект у підприємців: а) із збереженням діяльності – порушені, але не зруйновані емоційні, когнітивні та поведінкові реакції, що не впливають та не знижують емоційний інтелект; б) із порушенням діяльності – деформовані емоційні, когнітивні та поведінкові реакції, що впливають та знижують емоційний інтелект ( $p \leq 0,001$ ).

Методикою «Визначення стресостійкості Холмса і Раге» встановлено, що при низькому рівні стресостійкості у підприємців є загроза психосоматичного захворювання (у деяких випадках у стадії нервового виснаження). Виявлено зниження здатності емоційного інтелекту до управління емоціями, самомотивації, емпатії. COVID-19 «емоційно впливав» на стан здоров'я членів сім'ї, реорганізації на роботі, фінансовий стан, відмови від індивідуальних навичок, звичок проведення дозвілля чи відпустки, призводив до конфліктів ( $p \leq 0,001$ ). У підприємців, що працюють в умовах війни, виявлено зниження здатності емоційного інтелекту до емоційної обізнаності та розпізнання емоцій інших людей, а війна «емоційно впливала» на стані здоров'я членів сім'ї, смерті близького друга, зміну місця проживання та звичок проведення дозвілля чи відпустки ( $p \leq 0,001$ ).

## PSYCHO-EMOTIONAL STATES OF ENTREPRENEURS WORKING UNDER STRESS-ASSOCIATED CONDITIONS

**Bobko O. M.**

*Postgraduate Student*

*Academy of Labor, Social Relations and Tourism*

*Ring Road str., 3A, Kyiv, Ukraine*

*orcid.org/0000-0002-6369-9862*

*accainform@gmail.com*

**Key words:** *emotions, emotional intelligence, emotional burnout, entrepreneurs, stress-related conditions.*

The article is devoted to the study of psycho-emotional states of businessmen working in stressful conditions. The professional activities of 90 businessmen in the period of COVID-19 and 90 businessmen in the period of war in 2022–2023 were studied. The V.V. Boyko ‘Emotional burnout diagnostic’ revealed the following dominant symptoms in both groups: in the tension phase, ‘experiencing a mental trauma’, ‘dissatisfaction with oneself’, ‘being cornered’, ‘anxiety and depression’; in the resistance phase, ‘expanding the scope of emotions’, ‘reducing professional responsibilities’; in the exhaustion phase, ‘personal detachment’. The above is confirmed by the correlation analysis, where emotional deficit was manifested by emotional insensitivity against the background of exhaustion, automaticity and emotional devastation in the performance of professional duties, non-ethical behavior to colleagues, cynicism, which lead to depersonalization ( $p \leq 0.001$ ). Two variants of emotional, cognitive, and behavioral consequences of the impact of stress-associated conditions on emotional intellect in businessmen have been identified: a) with preservation of activity – disturbed, but not destroyed emotional, cognitive and behavioral reactions that do not affect or reduce emotional intellect; b) with disturbed activity – deformed emotional, cognitive and behavioral reactions that affect and reduce emotional intellect ( $p \leq 0.001$ ).

The Holmes and Rague stress tolerance test established that at a low level of stress resistance, businessman are risk of psychosomatic illness (in some cases, at the stage of nervous exhaustion). A decrease in the ability of emotional intellect to manage emotions, self-motivation, and empathy was found, and COVID-19 had an ‘emotional effect’ on the health of family members, reorganization at work, financial situation, abandonment of individual skills, conflicts, leisure or vacation habits ( $p \leq 0.001$ ). Businessmen who work in war environments showed a decrease in the ability of emotional intelligence to be emotionally aware and recognize the emotions of others, and the war had an ‘emotional affect’ on the health of family members, the death of a family friend, a change of location and leisure or vacation habits ( $p \leq 0.001$ ).

**Постановка проблеми.** Військова агресія призвела до загибелі мирних жителів України, руйнування економіки, коли українці зазнають економічних втрат, моральних й психологічних страждань. Вплив військових дій та пов’язаних з ними стресів – усе це є факторами, що викликають негативні емоції та стани, які відображаються на усіх верстах населення, зокрема на підприємцях. Успіх підприємця в соціо-економічній сфері залежить від вміння розуміти емоційні хвилювання, здатності керувати емоційним станом та вміло використовувати повний емоційний спектр для вирішення проблем і

конфліктів. Тому, відповідаючи на виклики сьогодення актуальним питанням психології, є проблема діяльності підприємців в стрес-асоційованих умовах та їх вплив на емоційний інтелект підприємців. Спеціальних праць, присвячених вивченню психоемоційних станів підприємців, які працюють в стресасоційованих умовах війни, налічуються одиниці, й загалом ця проблема є мало вивченою і недостатньо висвітленою в літературі.

Аналіз публікацій свідчить про широку палітру досліджень проблем емоційної сфери. Емоційні феномени є одним із головних механізмів

внутрішньої регуляції психічної діяльності й поведінки людини, спрямованих на задоволення актуальних потреб. Емоції сигналізують про благополучний або неблагополучний розвиток подій, про визначеність становища особистості в системі його предметних і міжособистісних взаємин, забезпечують регулювання, корекцію поведінки людини в умовах спілкування та діяльності [1]. Враховуючі діяльність підприємців, окремою проблемою стає власне вміння керувати емоціями у стрес-реакціях як відповідями на виробничі й емоційні вимоги у професійному перевантаженні. Такі ситуації почасти супроводжуються психоемоційним виснаженням та розвитком синдрому вигорання. Синдром емоційного вигорання у МКХ-10 діагностується за наявності проблеми, пов'язаних з труднощами управління життям, а ВООЗ визначає синдром вигорання як фізичне, емоційне або мотиваційне виснаження, що характеризується порушенням продуктивності в роботі та втомою, безсонням, підвищеною схильністю до соматичних захворювань [2]. ВООЗ визначає три основні симптоми емоційного вигорання: почуття виснаження або втоми, які призводять до порушення сну, проблем із концентрацією, зниження імунітету; інтелектуальна та емоційна дистанція з роботою, а саме: відчуття негативу й цинізму відносно ситуацій, що пов'язані з роботою, відсутність мотивації, відірваність від колективу та негативне сприйняття реальності; зниження професійної ефективності, коли внаслідок цього розвивається відчуття неспроможності та з'являються сумніви у власних здібностях й компетентності [3]. За визначенням В. Бойко синдром емоційного вигорання, як механізм психологічного захисту людини, – це повна або часткова відсутність емоційного реагування на дію травми [4].

При емоційному виснаженні у підприємців спостерігається зростання напруги у спілкуванні з підлеглими, колегами по роботі, членами сімей, друзями і знайомими. Наростаюча емоційна хронічна втома проявляється розладами сну, тривожністю, фізичною втомою, а з часом може проявлятися апатією й депресією, почуттям напруги, роздратуванням. Емоційне виснаження підприємців у вигляді вигорання призводить до розвитку низької самооцінки, байдужого ставлення до професійної діяльності, деперсоналізації.

Вивчення емоційного вигорання неможливо без врахування особливостей емоційного інтелекту підприємців з точки зору його впливу на підприємницьку діяльність, що ґрунтуються на дослідженні генезису та практичних досягненнях в теоріях підприємництва. Феномен емоційного інтелекту активно досліджується останні десятиліття, що пов'язано з введенням понять «емоційного інтелекту» (Дж. Майер, П. Селовеї) [5],

«емоційно-соціального інтелекту» (Р. Бар-Он) [6], «емоційного інтелекту кар'єри» (Д. Гоулман) [7]. Так, вчені досліджують формування підприємницького середовища, умови підтримки та чинники сприяння розвитку підприємництва. Так, Д. Гоулман у науковій праці «Емоційний інтелект у бізнесі» бачить емоційний інтелект як частину соціального інтелекту, і трактує його як особистісний інтелект, що передбачає знання про себе та інших [7].

Питання емоційного інтелекту в Україні розглядають в контексті успішності життєдіяльності (Г. Пріб, В. Дорожкін) [8], ролі в соціальній комунікації (М. Ткалич) [9], впливу на адаптаційний потенціал особистості (Л. Беґеза, Я. Раєвська) [10], ефективності професій типу «людина – людина» (Я. Дубяга) [11], психоемоційного вигорання особистості в умовах війни (Г. Пріб, Л. Беґеза, М. Маркова) [1], системи особистісних ресурсів та самоефективності (С. Кас'янова) [12], культурного інтелекту (Л. Засекіна) [13]. Незважаючи на досить значне поширення наукових пошуків, на сьогодні недостатніми є дослідження, спрямовані на вивчення психоемоційних станів підприємців, які працюють в стрес-асоційованих умовах.

**Мета статті** – дослідити психоемоційні стани підприємців, які працюють у стрес-асоційованих умовах. Завдання – виявити особливості емоційного вигорання, стресостійкості та їх вплив на емоційний інтелект підприємців.

Матеріали та методи. За умови інформованої згоди комплексно обстежено 180 підприємців на базі ПП «Інформ-Консалтинг», м. Київ. Дослідження проведено з дотриманням принципів етики Американської психологічної асоціації [14], «Кодексу етики» протокол № 10 від 14.07.2016 [15], «Положення про академічну доброчесність Академії праці, соціальних відносин і туризму» протокол № 7 від 12.04.2018 р. [16]. Проведено порівняльний аналіз результатів дослідження між групою підприємців, у яких стрес-асоційованими умовами діяльності визначено професійну діяльність в умовах COVID-19 – досліджувана група 1 (ДГ1) (N=90), період дослідження 2021 рр., та групою підприємців, у яких стрес-асоційованими умовами визначено професійну діяльність в умовах війни – досліджувана група (ДГ2) (N=90), період дослідження 2022–2023 рр. Дослідження виконувалася за допомогою методики «Діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко» та «Визначення стресостійкості Холмса і Раге» [17], тестового опитувальника емоційного інтелекту Н. Холла [18]. Аналіз, обробка і підрахунок процентних характеристик і коефіцієнтів кореляції здійснювалися за допомогою програми SPSS 10.0.5 for Windows [19].

**Результати дослідження.** За результатами дослідження можна зазначити, що підприємці,

працюючи в стрес-асоційованих умовах, при спілкуванні «індукували» один одного проявами емоційної поведінки, пов'язаними із COVID-19 та війною. Проте сприйняття стресогенної ситуації у підприємців проявлялося по-різному. Так, одна група проявляла емпатію, намагаючись зрозуміти та допомогти. Інша – повністю заперечувала та відштовхувалася від реальних подій, створюючи індивідуальний шаблон сприйняття, занурення в власний самоемпатичний особистий простір. Відповідно, наслідком таких протилежних двох типів реагування стало ускладнення ефективного вирішення конфліктів, що є однією з причин психоемоційного виснаження та зниження емоційного інтелекту підприємців. Розподіл фаз напруги, резистентності та виснаження, сформовані у підприємців (методика «Діагностика емоційного вигорання В. Бойко»), представлено у табл. 1.

З даних, представлених у табл. 1, видно, що фаза напруги сформована та найбільш виражена у ДГ2 – 61,1%, на стадії формування у ДГ1 – 31,9%, не сформована стадія у ДГ1 – 31,9% ( $p \leq 0,001$ ). Фаза резистентності, як сформована, переважала у ДГ2 – 56,7%, у ДГ1 – 36,7%, на стадії формування у ДГ1 – 36,7%, не сформована стадія у ДГ1 – 26,7% ( $p \leq 0,001$ ). Фаза виснаження, як сформована, переважала у ДГ2 – 50,0%, у ДГ1 – 38,5%, на стадії формування у ДГ1 та ДГ2 – виявлено відповідно 30,8% та 33,3%, не сформована стадія переважала у ДГ1 – 30,8% ( $p \leq 0,001$ ). В цілому серед підприємців обох груп фаза

напруги виявлена як та, що формується у 27,7%, сформована фаза у 49,5%. Фаза резистентності виявлена як та, що формується у 31,7%, сформована у 46,7%. Фаза виснаження виявлена як та, що формується у 31,6%, сформована у 42,1%.

Таким чином, можна зазначити, що близько 30,0% підприємців обох груп знаходяться у зоні ризику емоційного вигорання, у свою чергу у 40,0–50,0% підприємців можна констатувати наявність ознак емоційного вигорання. Дослідження розподілу домінуючих симптомів у фазах напруги, резистентності та виснаження у підприємців (методика «Діагностика емоційного вигорання В. Бойко») представлено у табл. 2. З представлених у табл. 2. даних видно, що домінуючі симптоми в фазі напруження як прояву сприйняття роботи та професійних міжособистісних стосунків в стресасоційованих умовах діяльності у епідемію та війну виявлено усю групу симптомів, а саме: «переживання психічної травми», «незадоволеність собою», «загнаність в куток», «тривога і депресія».

У фазі резистентності у обох групах фіксувалися ознаки емоційної замкнутості, відчуження, бажання припинити будь-які комунікації, що відноситься до симптому – «розширення сфери емоцій».

Підприємці характеризувалися неконтрольованим впливом настрою на професійні стосунки та «редукцією професійних обов'язків» з прагненням якомога менше часу витратити на виконання професійних обов'язків. У фазі виснаження у обох групах відповідно домінуючим

Таблиця 1

## Розподіл фаз напруги, резистентності та виснаження за сформованістю у підприємців

Фази / бали	ДГ1, n=90 (100,0%)		ДГ2, n=90 (100,0%)		Всього n=180 (100,0%)	
	N	%	N	%	N	%
Напруга						
Не сформована / 36 та <	15	31,9	8	14,8	23	22,8
Формується / 37–60	15	31,9	13	24,1	28	27,7
Сформована / 61 та >	17	36,2	33	61,1	50	49,5
Усього	47	100,0	54	100,0	101	100,0
Резистентність						
Не сформована / 36 та <	8	26,7	5	16,7	13	21,7
Формується / 37–60	11	36,7	8	26,7	19	31,7
Сформована / 61 та >	11	36,7	17	56,7	28	46,7
Усього	30	100,0	30	100,0	60	100,0
Виснаження						
Не сформована / 36 та <	4	30,8	1	16,7	5	26,3
Формується / 37–60	4	30,8	2	33,3	6	31,6
Сформована / 61 та >	5	38,5	3	50,0	8	42,1
Усього	13	100,0	6	100,0	19	100,0

$\chi^2$  – 25,6; достовірність розбіжностей між групових показників  $p < 0,001$

**Розподіл домінуючих симптомів у фазах напруги, резистентності та виснаження у підприємців (у%)**

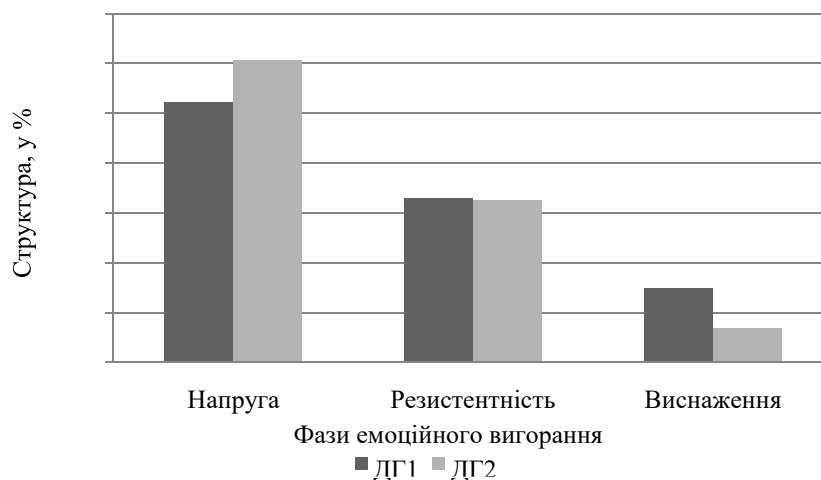
Фази / симптоми	ДГ1, n=90 (100,0%)			ДГ2, n=90 (100,0%)		
	N	%	±m	N	%	±m
<b>Напруга</b>						
Переживання психічної травми	58	14,9	3,6	49	17,7	3,8
Незадоволеність собою	46	11,8	3,2	37	13,4	3,4
Загнаність в кут	54	13,9	3,5	46	16,6	3,7
Тривога та депресія	45	11,6	3,2	36	13,0	3,4
<b>Резистентність</b>						
Неадекватне емоційне реагування	33	8,5	2,8	24	8,7	2,8
Емоційно-моральна дезорієнтація	32	8,2	2,7	22	7,9	2,7
Розширення сфери емоцій	31	8,0	2,7	23	8,3	2,8
Редукція професійних обов'язків	32	8,2	2,7	21	7,6	2,6
<b>Виснаження</b>						
Емоційний дефіцит	16	4,1	2,0	7	2,5	1,6
Емоційна відчуженість	15	3,9	1,9	5	1,8	1,3
Особистісне відсторонення	13	3,3	1,8	3	1,1	1,0
Психосоматичні та	14	3,6	1,9	4	1,4	1,2

$\chi^2 - 26,1$ ; достовірність розбіжностей між групових показників  $p < 0,001$ .

були ознаки зниження енергетичного та емоційного тону, що сприяло спустошенню психічних ресурсів та відносилося до симптому «особистісного відсторонення». Виявлено, що «емоційний дефіцит» проявлявся розвитком емоційної нечутливості на тлі виснаження, мінімізації емоційного внеску в роботу, автоматизму та спустошення під час виконання професійних обов'язків. Також у ДГ2 виявлено значні ознаки «психосоматичних та психовегетативних порушень». В обох групах спостерігались явища деперсоналізації з порушенням професійних стосунків, неетич-

ним ставленням до колег, цинічним відношенням до діяльності, що призводило до знеособлювання. Розподіл фаз напруги, резистентності та виснаження у підприємців у % (методика «Діагностика емоційного вигорання В. Бойко») представлено на рис. 1.

З даних рис. 1 видно, що у обох групах досліджених динаміка фаз напруги, резистентності та виснаження у підприємців під впливом стресасоційованих чинників подібна. Проте враховуючи, що стрес-асоційовані умови різняться за інтенсивністю, силою та значущості впливу на під-



**Рис. 1. Розподіл фаз напруги, резистентності та виснаження у підприємців у%**

приємця, фази емоційного вигорання відрізняються. Так, у ДГ1 фаза напруги виявлена у 52,2%, у ДГ2 – 60,6, що свідчить, з одного боку, про більший тиск стресових чинників, а з іншого – про їх сприйняття особистістю ( $p \leq 0,001$ ). Фаза резистентності приблизно однакова, що відображає однакові процеси психологічної дезадаптації у вигляді «неадекватного емоційного реагування», «емоційно-моральної дезорієнтації», «розширення сфери емоцій», «редукції професійних обов'язків» ( $p \leq 0,001$ ). Збільшення фази виснаження у ДГ1 у порівнянні з ДГ2, на наш погляд, пояснюється більшим терміном знаходження у стрес-асоційованих умовах ( $p \leq 0,001$ ).

Аналіз кореляційних взаємозв'язків розподілу показників емоційного інтелекту та показників фаз напруги, резистентності та виснаження у підприємців виявив, що вплив показників фаз напруги, резистентності та виснаження на показники емоційного інтелекту у підприємців в обох групах в цілому відображає особливості стрес-асоційованої ситуації, в якій підприємці ведуть бізнес-діяльність. У ДГ1 на першому плані виявляється «емоційний вплив» COVID-19 на особистісне здоров'я у вигляді «страху захворювання», що проявляється симптомами тривоги та депресії, загнаністю в кут, емоційно-моральною дезорієнтацією, емоційною відчуженістю, особистісним відстороненням, психосоматичними та психовегетативними порушеннями. В цілому в групі значно знижувалась здатність емоційного інтелекту до емоційної обізнаності та розпізнання емоцій інших ( $p \leq 0,001$ ). У ДГ2 на першому плані виявлявся «емоційний вплив» війни щодо втрати особистісного здоров'я та здоров'я близьких, втрати бізнесу, втрати джерел існування, можливості планувати майбутнє, відчуття керування власним життям. Дані емоційні хвилювання проявлялися у вигляді переживання психічної травми, незадоволеності собою, тривоги та депресії, розширення сфери емоцій, редукції професійних обов'язків, емоційного дефіциту, відчуженості. В цілому в групі значно знижувалась здатність емоційного інтелекту до управління емоціями, самомотивації, емпатії ( $p \leq 0,001$ ).

Узагальнюючи, можна зазначити, що в цілому в обох групах виявлено емоційний дисбаланс, який є актуальним та важливим складником в розвитку психоемоційного виснаження, а в умовах стрес-асоційованої діяльності призводить до зниження емоційного інтелекту. Проте спосіб долати стрес, а також фактори, що сприяють виснаженню адаптаційних можливостей та призводять до зниження емоційного інтелекту, різні.

Наступним стало дослідження стресостійкості підприємців за допомогою методики «Визначення стресостійкості Холмса і Раге» (Д. Я. Рай-

городський, 1999) [17]. Методика спрямована на можливість охопити та відновити картини стресу з визначенням окремих, незначних впливів, які створюють стресову ситуацію та впливають комплексно. Дослідження наявності та глибини психосоціального стресу підприємців було спрямовано на виявлення, з одного боку, чинників, які провокують – «провокуючі чинники» та порушують його адаптацію, з іншого – стають стимулом – «стимулюючі чинники» для подолання стрес-асоційованих впливів.

В обох групах підприємців увесь комплекс психосоціального оцінювання базувався на пошуку руйнуючих та захисних варіантів взаємозв'язків у кожному випадку. За результатами власних досліджень підприємці були кваліфіковані нами за варіантами емоційних, когнітивних, поведінкових наслідків впливу стрес-асоційованих умов на емоційний інтелект:

А. Підприємці зі збереженням діяльності – порушені, але не зруйновані емоційні, когнітивні та поведінкові реакції, що не впливають та не знижують емоційний інтелект.

Б. Підприємці із порушенням діяльності – деформовані емоційні, когнітивні та поведінкові реакції, впливають та знижують емоційний інтелект.

Виходячи із думки, що зниженню емоційного інтелекту передують комплексне фізичне та психоемоційне виснаження та / або серйозні зміни у житті людини, які можна класифікувати як стрес-асоційовані чинники, для надання повної характеристики підприємців досліджено рівень стресостійкості, що відображено на рис. 2. З даних рис. 2, видно, що в цілому за результатами дослідження психосоціального стресу у підприємців обох груп виявлено розбіжності за основними показниками та проявами, як за частотою, так і за ступенем вираженості. Серед обстежених обох груп імовірність розвитку психосоматичного захворювання при високому рівні опору стресу склала у ДГ1 – 20,0% (165 балів), у ДГ2 – 22,0% (192 балу), усі вищезгадані підприємці були віднесені до групи із високим рівнем стресостійкості.

Група із межовим рівнем стресостійкості виглядала таким чином: ДГ1 – 43,33% (240 балів), ДГ2 – 40,0% (280 балів). Низький рівень стресостійкості серед обстежених підприємців із реальною загрозою психосоматичного захворювання (у деяких випадках у стадії нервового виснаження) мали відповідно у ДГ1 – 36,7% (305 балів), ДГ2 – 37,8% (345 балів). Аналіз кореляційних взаємозв'язків розподілу показників емоційного інтелекту та стресостійкості підприємців виявив, що вплив показників стресогенності на показники емоційного інтелекту в обох групах відображає

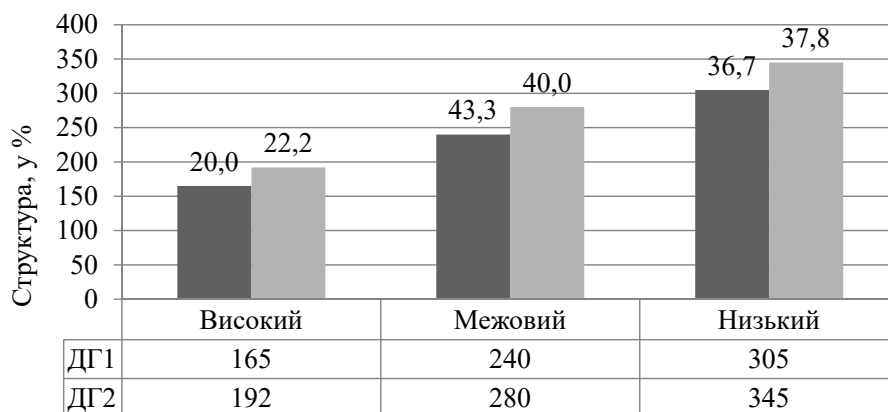


Рис. 2. Розподіл оцінювання підприємств за рівнем стресостійкості

як загальні механізми реагування, так й особистісні особливості підприємців на стрес-асоційовану ситуацію та ведення в ній бізнес-діяльності. У ДГ1 на першому плані виявляється «емоційний вплив» COVID-19 на життєві події через смерть близького члена сім'ї, травму чи хворобу, зміну у стані здоров'я членів сім'ї, смерть близького друга, реорганізацію на роботі, зміну фінансового стану, зміну професії та місця роботи, позику на велику покупку, зростаючі борги, підвищення службової відповідальності, відмову від індивідуальних навичок (зміну поведінки), проблеми із начальством, конфліктність, зміну умов чи годин роботи, зміну звичок проведення дозвілля чи відпустки. В цілому в групі ДГ1 значно знижувалась здатність емоційного інтелекту до управління емоціями, самомотивацію, емпатію ( $p \leq 0,001$ ). У ДГ2 на першому плані виявлявся «емоційний вплив» війни щодо життєвих подій, смерті близького члена сім'ї, травми чи хвороби, зміни у стані здоров'я членів сім'ї, смерті близького друга, зміни місця проживання, зміни звичок проведення дозвілля чи відпустки. В цілому в групі ДГ2 значно знижувалась здатність емоційного інтелекту до емоційної обізнаності та розпізнання емоцій інших ( $p \leq 0,001$ ).

**Висновки.** За результатами дослідження можна зробити такі узагальнення. Встановлено,

що 30,0% підприємців обох груп знаходяться у зоні ризику емоційного вигорання, а у 40,0–50,0% є ознаки емоційного вигорання. У ДГ1 фаза напруги виявлена у 52,2%, у ДГ2 – 60,6%, що свідчить, з одного боку, про більший тиск стресових чинників, а з іншого – про їх сприйняття особистістю ( $p \leq 0,001$ ). Встановлено два варіанта емоційних, когнітивних, поведінкових наслідків впливу стрес-асоційованих умов на емоційний інтелект у підприємців: а) зі збереженням діяльності – порушені, але не зруйновані емоційні, когнітивні та поведінкові реакції, що не впливають та не знижують емоційний інтелект; б) із порушенням діяльності – деформовані емоційні, когнітивні та поведінкові реакції, які впливають та знижують емоційний інтелект ( $p \leq 0,001$ ). Виявлено, що при низькому рівні стресостійкості існує загроза психосоматичного захворювання (у деяких випадках у стадії нервового виснаження) у ДГ1 – 36,7% (305 балів), ДГ2 – 37,8% (345 балів). **Перспективи** подальшого дослідження в даному напрямку полягають у науковому пошуку психологічних особливостей копінг-стратегій у підприємців, які працюють в стрес-асоційованих умовах та їх можливого впливу на ефективність програми розвитку емоційного інтелекту у підприємців.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Prib H., Beheza L., Markova M., Raievska Y., Lapinska T., Markov A. Psycho-emotional burnout of the personality in the conditions of war. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment*. 2023. V. 11, № 1. P. 36–46. URL: <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2023.11.01.5>
2. Марута Н. О. Особливості емоційного вигорання в працівників сфери охорони неврологічного й психічного здоров'я. *Міжнародний неврологічний журнал*. 2019. № 7. С. 22–30. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnzh\\_2019\\_7\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnzh_2019_7_6)
3. Балакірева К. О. Методичні рекомендації для спеціалістів соціальних служб «Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання». Проект Програми розвитку ООН «Підтримка реформ соціального сектору в Україні». URL: <https://www.slideshare.net/undpukraine/ss-48391940>
4. Бойко В. В. Синдром емоційного піднесення: діагностика та профілактика. Санкт-Петербург : Пітер, 2008. 336.

5. Mayer J. D., Salovey P. (1993). Intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*. 1993 № 17(4). С. 433–442.
6. Bar-On, R. Bar-On Model of emotional-social intelligence. *Psicothema*. 2006. P. 13–25.
7. Goleman D. Emotional intelligence in business. Kharkiv : Vivat, 2021. 528 с.
8. Приб Г.А., Дорожкін В.Р., Ткалич М.Г. Ортікова Н.В. Війна і ринок праці: психологічна допомога та супровід. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2022. № 2(25). С. 82–92. URL: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-10>
9. Ткалич М. Г, Гогунська Є. В. Роль емоційного інтелекту в соціальній комунікації. *Перспективи розвитку сучасної психології*. 2019. № 5. С. 32–37.
10. Бебеза Л. Є., Раєвська Я. М., Калюжна Є. М. Компетентнісний підхід у психологічній підтримці фахівців ринку праці в умовах війни. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2022. № 2(25). С. 7–15. doi: 10.26661/2310-4368/2022-2-1
11. Дубяга Я. Теоретичне обґрунтування емоційного інтелекту особистості як психологічного феномену. *Проблеми сучасної психології*. 2018. № 2. С. 27–33. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\\_2018\\_2\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2018_2_6)
12. Касьянова С. Роль емоційного інтелекту в розвитку індивідуальних лідерських якостей. *Психологічні перспективи*. 2018. № 31. С. 118–130. doi: 10.29038/2227-1376-2018-31-118-130
13. Zasiiekina L. Individual intelligence in the context of modern psycholinguistic studies. *Journal of Russian and East European Psychology*. 2016. № 53(4). С. 68–88.
14. URL: <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10610405.2016.1251112>
15. Ethical principles of psychologists and code of conduct. American Psychological Association. Effective June 1, 2003 (as amended 2010, 2016). Effective January 1, 2017. URL: <https://www.apa.org/ethics/code/ethicscode-2017.pdf>
16. «Кодекс етики». Протокол 10, 14.07.2016. URL: <https://www.socosvita.kiev.ua/sites/default/files/KodeksEtyky.pdf>
17. Положення про академічну доброчесність Академії праці, соціальних відносин і туризму. Протокол 7, 12.04.2018. URL: <https://drive.google.com/file/d/1roDENIZC9MERTAjCeIP41Bgp249Ree38/view?usp=sharing>
18. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / под ред. Д. Я. Райгородского. Самара : «Бахрах-М», 2001. 672 с.
19. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Тестовий опитувальник емоційного інтелекту Н. Холла. *Соціально-психологічна діагностика розвитку личности и малых групп*. Москва : Изд-во Института Психотерапии, 2002. С. 57–59.
20. Бююль, А., Цефель, П. SPSS: искусство обработки информации. Анализ статистических данных и восстановление скрытых закономерностей. Санкт-Петербург : ДиаСофтЮП, 2002. 608 с.

## REFERENCES

1. Prib H., Beheza L., Markova M., Raievska Y., Lapinska T., Markov A. (2023). Psycho-emotional burnout of the personality in the conditions of war. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment*. 2023. V. 11, № 1. P. 36–46. <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2023.11.01.5> [in English]
2. Maruta N. O., Chaban O. S., Kalenska G. Yu. (2019). Peculiarities of emotional burnout in neurological and mental health workers. *International Neurological Journal*, 7: 22–30. Available from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnzh\\_2019\\_7\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnzh_2019_7_6) [in Ukrainian].
3. Balakireva K. O. Methodical recommendations for social service specialists ‘Prevention and overcoming of professional and emotional burnout’. Project of the UN Development Program ‘Supporting Social Sector Reforms in Ukraine’. Available from: <https://www.slideshare.net/undpukraine/ss-48391940> [in Ukrainian]
4. Boyko V. V. (2008). Syndrome of emotional elevation: diagnosis and prevention. St. Petersburg, Peter, 336 [in Russian].
5. Mayer J. D., Salovey P. (1993). Intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433–442. [in English].
6. Bar-On, R. (2006). Bar-On model of emotional-social intelligence. *Psicothema*, 13–25. [in English].
7. Goleman D. (2021). Emotional intelligence in business. Kharkiv, Vivat, 528. [in English].
8. Prib G. A., Dorozhkin V. R., Tkalich M. G., Milyutina K. L., Ortikova N. V. (2022). War and the labor market: psychological assistance and support. *Problems of modern psychology : a collection of scientific works of the Zaporizhia National University and the Institute of Psychology named after H. S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine*. 2(25). 82–92. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-10> [in Ukrainian].



9. Tkalych M. G., Gogunskaya E. V. (2019). The role of emotional intelligence in social communication. *Prospects for the development of modern psychology*. 5, 2–37. [in Ukrainian].
10. Beheza L. E., Raevska Y. M., Kalyuzhna E. M., Matvienko L. I. (2022). Competency approach in psychological support of labor market specialists in war conditions. *Problems of modern psychology : collection of scientific works of the Zaporizhka National University and Institute of Psychology H. S. Kostyuka*, 2(25), 7–15. doi: 10.26661/2310-4368/2022-2-1. [in Ukrainian].
11. Dubyaga Ya. (2018). Theoretical justification of the emotional intelligence of the individual as a psychological phenomenon. *Problems of modern psychology*, 2, 27–33. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\\_2018\\_2\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2018_2_6) [in Ukrainian].
12. Kasyanova S. (2018). The role of emotional intelligence in the development of individual leadership skills. *Psychological Perspectives*, 31, 118–130. doi: 10.29038/2227-1376-2018-31-118-130. [in Ukrainian].
13. Zasiukina L. (2016). Individual intelligence in the context of modern psycholinguistic studies. *Journal of Russian and East European Psychology*, 53(4), 68–88. <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10610405.2016.1251112> [in English].
14. Ethical principles of psychologists and code of conduct. (2016) American Psychological Association. Effective June 1, 2003 (as amended 2010, 2016). Effective January 1, 2017. Available from: <https://www.apa.org/ethics/code/ethics-code-2017.pdf> [in English].
15. «Code of Ethics» (2016). Protocol 10, Available from: <https://www.socosvita.kiev.ua/sites/default/files/KodeksEtyky.pdf> [in Ukrainian]
16. Regulations on academic integrity.(2018). Academy of Labour Social
17. Relations and Tourism, protocol 7. Available from: <https://drive.google.com/file/d/1roDEHIZC9MERTA-jCeIP41Bgp249Ree38/view?usp=sharing> [in Ukrainian].
18. Practical psychodiagnostics. Methods and tests. Study manual (2001). Ed. D. Ya. Raigorodskiy. Samara, «Bakhrach-M», 672 p. [in Russian].
19. Fetyskin N. P., Kozlov V. V., Manuylov H. M. N. (2002). Hall's emotional intelligence test questionnaire. *Social-psychological diagnostics of the development of personality and small groups*. M.: Publishing House of the Institute of Psychotherapy, 57–59 p. [in Russian].
20. Byuyul A., Tsefel P. (2002). SPSS: iskusstvo obrabotki informatsii. Analiz statisticheskikh dannykh i vosstanovlenie skrytykh zakonornostey [SPSS: the art of information processing. Analysis of statistical data and restoration of hidden patterns]. Sankt-Peterburg : DiaSoftYuP, 608 p. [in Russian].