

формами навчання на курсах підвищення кваліфікації: Біла Церква, 2022. С. 129–132.

10. McClafferty H. Workforce Concerns: Professional Self Care, Personal Readiness, Impact of the Pandemic, and Other Factors that Impact the Workforce. *Pediatric Clinics of North America*. 2024. Vol. 71, Issue 3. P. 413–429. ISSN 0031-3955. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2024.03.001>.

Христина Новак-Мазепа, PhD за спеціальністю 223 Медсестринство, старший викладач кафедри медсестринства та екстреної медицини КЗВО «Волинський медичний інститут»;

Богдана Пашук, здобувач другого рівня вищої освіти КЗВО «Волинський медичний інститут»

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ЕМОЦІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ ВУЗІВ

Актуальність нашого дослідження зумовлена низкою змін у медичній системі України. На сьогоднішній день, медична освіта висуває високі стандарти та вимоги до студентів, включаючи академічне навантаження, великі об'єми інформації, практичну підготовку та постійну взаємодію з пацієнтами під час практичних занять. Всі ці умови сприяють професійному розвитку, але водночас з цим і створюють високий рівень психологічного стресу.

Емоційний інтелект стає ключовим чинником для підтримки емоційного благополуччя студентів-медиків, оскільки дозволяє ефективно долати стресові ситуації, не лише управляти власними емоціями, а виробляти позитивні думки та почуття і при цьому будувати здорові взаємовідносини з оточенням. Забезпечення емоційної резильєнтності студентів є необхідною умовою для їхньої успішної адаптації до інтенсивних умов навчання та майбутньої професійної діяльності у сфері охорони здоров'я [1; 4].

Метою дослідження є теоретичний аналіз ролі емоційного інтелекту в забезпеченні емоційного благополуччя студентів медичних вузів.

Аналіз сучасних наукових досліджень, котрі вивчають роль емоційного інтелекту в забезпеченні емоційного благополуччя студентів

медичних вузів демонструє актуальність даної проблематики у системі вищої освіти медичного профілю [2, с. 67–75; 4].

Розвиток емоційного інтелекту є важливою навичкою, яку повинні розвивати студенти медичних закладів, адже вона дозволяє не лише усвідомлювати свої емоції, але й управляти ними і при цьому взаємодіяти з іншими. Це стає основою для створення сприятливого емоційного клімату, що підтримує їхнє емоційне благополуччя. Емоційний інтелект складається з п'яти базових складових: самопізнання, саморегуляції, самомотивації, емпатії, та соціальних навичок. Студенти з високим рівнем емоційного інтелекту здатні усвідомлювати власні емоції, швидко визначати причини свого емоційного стану та знаходити способи його регулювання. Вони демонструють високий рівень емпатії, легко розуміють почуття оточуючих і проявляють підтримку, коли це необхідно. У стресових ситуаціях вони зберігають спокій, використовують навички саморегуляції та вміють конструктивно вирішувати всі конфлікти. Такі студенти схильні до гармонійної взаємодії з одногрупниками, викладачами та пацієнтами під час практичних занять. Їхній емоційний стан позитивно впливає на навчальну успішність, оскільки вони вміють зосереджуватись на важливих завданнях.

Студенти з низьким рівнем емоційного інтелекту навпаки мають труднощі в усвідомленні власних емоцій та часто діють під їхнім впливом, не розуміючи причин свого стану. Вони можуть відчувати труднощі у спілкуванні з пацієнтами, недостатньо розпізнають емоції інших і схильні до конфліктної поведінки. У стресових ситуаціях такі студенти часто губляться, проявляють тривогу чи роздратування, що негативно впливає на їхню подальшу успішність. Через відсутність навичок саморегуляції вони можуть втрачати мотивацію та відчувати емоційне виснаження під час інтенсивного навчального процесу.

Отож, результати теоретичного аналізу дозволяють зробити висновок, що емоційний інтелект є важливим чинником у забезпеченні емоційного благополуччя студентів-медиків. Взаємозв'язок між емоційним інтелектом та емоційним благополуччям є особливо актуальним у складних професійних сферах, таких як медична, де емоційна стабільність значно впливає на якість роботи і життя. Впровадження програм розвитку емоційної компетентності в освітній процес позитивно вплине на стійкість до стресу та підвищить якість навчання студентів медичних вузів.

Література

1. Вадзюк С., Табас П. Емоційний інтелект і професійна підготовка студентів медиків. *Газета «Медична академія»*. 2020. 8 грудня. URL: <https://medychna-akademia.tdmu.edu.ua/>.
2. Дзюбко Л. В., Терещенко А. О. Психологічна стійкість особистості як основа активізації самовиховання студентів медичних ВУЗів в умовах невизначеності. *Психологічні ресурси розвитку особистості в умовах невизначеності освітнього простору*. Київ, 2024. С. 67–75.
3. Дужич Н. В., Марущак М. І. Зв'язок між емоційним інтелектом та задоволенням роботою медичної сестри. *Редакційна колегія*. 2023. С. 58.
4. Психічне здоров'я та емоційне благополуччя. URL: <https://ukr-ednist.com.ua/psychichne-zdorovya-ta-emocijne-blagopoluchchya/>.

Віктор Коширець, кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології та психодіагностики ВНУ імені Лесі Українки;

Ірина Пахомова, здобувач факультету психології
ВНУ імені Лесі Українки

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ СТРЕС-ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Актуальність вивчення соціально-психологічних факторів, що впливають на стрес-долаючу поведінку внутрішньо переміщених осіб зумовлена необхідністю розробки ефективних стратегій соціальної та психологічної підтримки цієї категорії населення. Беручи до уваги той факт, що внутрішньо переміщені особи зіштовхуються з великою кількістю викликів, включаючи емоційну та психологічну травму втрати домівки, соціального статусу, стабільності, а також необхідності адаптації до нових умов життя. Всі ці проблеми породжують високий рівень стресу, що може мати серйозні наслідки для психічного та соціального добробуту [1].

Отже, саме визначення стрес можна трактувати як багатокomпонентний феномен, що є відповіддю організму на внутрішні чи зовнішні подразники, які порушують стан рівноваги. Саме Ганс Сельє, являється одним із перших дослідників стресу, він виділив три стадії стресової