Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

УДК 159.942:81'272'42
DOI https://doi.org/10.32782/2409-1154.2026.80.15

Сєдакова М. В.,
доктор філософії з філології, доцент,
доцент кафедри теорії та практики перекладу з англійської мови
Запорізького національного університету
https://orcid.org/0000-0002-9452-3763

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В СТРУКТУРІ СУЧАСНОЇ КОМУНІКАЦІЇ

Анотація. Стаття присвячена комплексному аналізу впливу емоційного інтелекту на структуру та динаміку сучасної вербальної і невербальної комунікації. На сьогоднішній день в інформаційному суспільстві, де інтенсивність комунікативних взаємодій постійно зростає, ефективність мовленнєвого акту визначається не лише нормами та правилами спілкування чи логічною побудовою висловлювання, а й здатністю адресата й адресанта розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоційні стани й настрій усіх учасників комунікації. У статті досліджено феномен емоційного інтелекту як важливої когнітивно-поведінкової складової комунікативної компетенції особистості. Проаналізовано основні сфери та компетенції емоційного інтелекту, які визначають науковці, а саме самосвідомість (емоційне самосприйняття), самоконтроль (рівновага, адаптивність, позитивний світогляд та орієнтація на успіх), соціальна свідомість (емпатія, організаційна обізнаність), управління відносинами (лідерство, коучинг, командна робота, здатність впливати на інших та ефективно врегульовувати конфлікти). Особливу увагу приділено вибору мовних засобів під впливом високого рівня емоційного інтелекту. Розглянуто вербальні та невербальні маркери у мовленнєвій поведінці учасників танцювально-спортивного дискурсу. Доведено, що емоційний інтелект функціонує як ключовий механізм оптимізації мовленнєвого акту, оскільки саме він визначає спроможність адресанта й адресата коректно декодувати імпліцитні смисли висловлювань, зберігати емоційну рівновагу та коригувати власну комунікативну стратегію відповідно до контексту. Аналіз практичного матеріалу підтвердив, що всі сфери емоційного інтелекту (самосвідомість, самоконтроль, соціальна свідомість та управління відносинами) знаходять своє чітке вербальне та невербальне втілення в тому чи тому типі дискурсу. З'ясовано, що емоційний інтелект виступає системоутворювальним чинником успішної мовної взаємодії, який визначає якість індивідуального та корпоративного спілкування в умовах цифровизації та глобалізації.

Ключові слова: емоційний інтелект, мовна комунікація, дискурс, мовленнєвий акт, невербальна комунікація.

Постановка проблеми. Питання функціонування емоційного інтелекту в різноманітних сферах комунікації на сьогоднішній день набуває неабиякої популярності не тільки в психологічній науці, а й у сучасній лінгвістиці. Це зумовлено тим, що комунікація більше не розглядається як механічний обмін інформаційними кодами, а як складний процес міжособистісної та міжкультурної взаємодії. Активна трансформація у сфері особистого та професійного спілкування, зумовлена діджиталізацією, зростанням темпу життя та зміною соціокультурних парадигм, створює нові виклики для досягнення взаєморозуміння, емпатії та конструктивного розв'язання конфліктів. У цьому контексті здатність розпізнавати та усвідомлювати як власні емоції, так і емоційні стани інших учасників комунікації стає ключовим регулятором комунікативної компетенції. Проте, варто зазначити, що комунікація в різних сферах має свою специфіку як у межах певного соціального інституту, так і в межах конкретних комунікативних ситуацій. Це зумовлює варіативність комунікативних стратегій і тактик, які обирають адресанти та адресати залежно від ролей і цілей спілкування.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивченню питання емоційного інтелекту, як ключової навички ефективного спілкування, присвячено переконливу кількість наукових праць (Басюк Н. [1], Ґоулман Д. [2], Забаровська С. [3], Іщенко О. [4], Майєр Дж. [5], Москаленко О. [6], Цюпенко Т. [7]). Проте, механізми функціонування емоційного інтелекту як безпосереднього базису та регулятора успішної мовної комунікації в її практичних проявах усе ще потребують системного лінгвістичного осмислення.

Метою статті є комплексний аналіз ролі емоційного інтелекту в структурі сучасної мовної комунікації, а також виявлення вербальних і невербальних засобів комунікації, що забезпечують взаємодію учасників того чи того типу дискурсу.

Виклад основного матеріалу. Для мовознавства XXI ст. характерний зсув дослідницьких інтересів від системно-структурних характеристик мови до тих її функцій, які увідповіднені з соціальною діяльністю людства, зокрема увагу вчених зосереджено на використанні мови в структуруванні різних сфер знань і «соціальних інституційних практик, що з нею асоціюються» [8, с. 10]. Мовленнєва діяльність, мовна особистість і колективна свідомість становлять особливий інтерес для сучасного мовознавства, а коло цих досліджень охоплює й теорію дискурсу, яка вивчає мовлення в єдності з його соціальним, культурним та життєвим контекстом. [9, с.16].

Структура сучасної мовної комунікації передбачає наявність мовленнєвого акту як «цілеспрямованої мовленнєвої дії, що здійснюється відповідно до принципів і правил мовленнєвої поведінки, прийнятих у суспільстві» [10, с. 80]. При цьому варто зауважити, що передумовою для здійснення мовленнєвого акту є наявність адресата й адресанта повідомлення, які виконують певні соціальні ролі та мають чітко визначену комунікативну мету. На сьогоднішній день успішність їхньої взаємодії виходить за межі суто мовної компетенції та безпосередньо корелює з рівнем емоційного інтелекту мовців, який визначає здатність адресата та адресанта ефективно інтерпретувати емоційний тон висловлювання, коригувати власну мовленнєву поведінку та будувати конструктивний діалог.

Варто зауважити, що крім мовленнєвого акту, у своїх дослідженнях науковці оперують ще й такими поняттями, як комунікативний акт та дискурсивний акт. Комунікативний акт відносять до складних понять, адже він охоплює мовленнєвий акт адресанта, аудитивний акт адресата та комунікативну ситуацію. На відміну від комунікативного акту як обміну інформацією й досвідом, дискурсивний акт є мінімальною інтерактивною одиницею, яка використовується для опису живого спілкування та включає в себе характеристику дій, комунікативних тактик і стратегій [11, 12].

Дослідження питання емоційного інтелекту розпочалося у 1920 році, проте ґрунтовні дані були опубліковані лише у 1990 році американськими дослідниками Дж. Майером, Д.Р. Карузо та П. Саловейєм, які зазначили, що емоційний інтелект є групою ментальних здібностей, що сприяють розумінню як власних емоцій, так і емоцій інших учасників комунікації [5]. Крім того, дослідники визначили чотири напрямки емоційного інтелекту: оцінки та вираження емоцій, знання та уявлення про емоції, керування емоціями та прийняття рішень на основі впливу емоцій.

Вагомий внесок у дослідження особливостей емоційного інтелекту та його впливу на комунікацію в різних сферах діяльності зробив Д. Ґоулман. Науковець розподілив емоційний інтелект на чотири основні сфери та дванадцять компетенцій: самосвідомість (емоційне самосприйняття), самоконтроль (рівновага, адаптивність, позитивний світогляд та орієнтація на успіх), соціальну свідомість (емпатія й організаційна обізнаність), а також управління відносинами, (лідерство, коучинг, командна робота, здатність впливати на інших та ефективно врегульовувати конфлікти) [13]. Зазначимо, що синонімічно до поняття емоційний інтелект Д. Ґоулман використовував у своїх роботах і поняття емоційної компетентності. Він зазначив, що «емоційна компетентність показує, яку частину своїх можливостей людині вдалося опанувати на такому рівні, щоб розширити вміння, необхідні для виконання своєї роботи» [2, с. 18].

Проілюструємо специфіку виявлення емоційного інтелекту на прикладі танцювально-спортивного дискурсу, як особливого різновиду інституційного спілкування. Комунікація в танцювально-спортивній сфері характеризується наявністю інтердискурсивних зв'язків, які встановлюються зі спортивною, педагогічною, мистецькою, емоційною сферами. Саме тому рівень емоційного інтелекту впливає на якість спілкування та спортивні результати учасників. У танцювально-спортивному дискурсі емоційний інтелект кодується через невербальні засоби комунікації (міміку, жести, візуальний контакт, обійми тощо) та вербальні (пояснення тренера, коментарі суддів, інтерв'ю з відомими танцівниками). Отже, виступаючи сполучною ланкою між вербальними та невербальними вимірами танцювально-спортивної комунікації, емоційний інтелект формує цілісну систему, яку доцільно розглянути крізь призму чотирьох базових сфер моделі Д. Ґоулмана.

Першою сферою, описаною дослідником, є самосвідомість. Вона визначається як здатність розуміти власні почуття й те, як вони формують сприйняття тієї чи тієї ситуації, генерують думки та імпульс до дії. Самосвідомість допомагає не лише вчасно розпізнати конкретні почуття, але й зрозуміти причину власного стану та визначити як це впливає на прийняття рішень в різних сферах комунікації. Наведемо приклад вербалізації емоційної самосвідомості учасниці танцювально-спортивного дискурсу *("I can't express* ***how special it felt*** *to win the European Championships with my mom in the audience. Dancing in front of you, knowing I could make you proud, was a* ***moment I'll cherish forever****..."* [14]), яка у своєму дописі в соціальній мережі демонструє усвідомлення власних внутрішніх мотивів, а також виявляє здатність бачити зв'язок між особистими досягненнями та присутністю й емоційною підтримкою близької людини в момент тріумфу. У наведеному прикладі самосвідомість виявляється в момент найвищого емоційного напруження як здатність особистості ідентифікувати й фіксувати справжні життєві цінності у конкретній події, що експліковано через низку прагмалінгвістичних засобів, зокрема дієслів з високим ступенем емоційності (*feel, cherish*), лексичних маркерів часової фіксації та пам'яті (*moment I'll cherish forever*).

Наступною сферою є самоконтроль – здатність регулювати та контролювати власні емоції, думки та поведінку. Самоконтроль має чотири різні компоненти. Першим компонентом є емоційна рівновага – спроможність справлятися з неприємними емоціями, для того, щоб вони не заважали зосередитися в певній комунікативній ситуації. Другим компонентом є емоційне самокерування – зосередження на позитивних емоціях, бачення світлої сторони речей за будь-яких умов. Третім компонентом є адаптивність, яка визначає здатність та бажання легко коригувати, змінювати або модифікувати свою поведінку, ідеї чи методи відповідно до нових, мінливих або неочікуваних умов. Четвертим компонентом є орієнтація на досягнення – зосередження на своїх цілях, незважаючи на відволікаючі фактори [13]. Наведемо приклад вербалізації складників самоконтролю як компоненту емоційного інтелекту у танцювально-спортивному дискурсі (*"During these days in Assen there were* ***ups and downs in terms of emotions****...some people say* ***everything happens for a reason****. So* ***you need to deal with*** *any situation with dignity...****Honestly****, we are lucky to have such a huge support from all of you!"*[15]).

У наведеному фрагменті збереження емоційної рівноваги виявляється через метафоричне сполучення *"ups and downs"* яке об'єктивує мінливість внутрішнього стану, проте узагальнює негативні переживання, переводячи їх у площину звичного життєвого досвіду; інтродуктивну клішовану конструкцію *"some people say everything happens for a reason"*, що виконує функцію прагматичного раціоналізатора та пом'якшувача (hedging) для зняття емоційного напруження. У свою чергу, емоційне самокерування реалізується за допомогою імперативно-модальної конструкції з узагальнено-особовим значенням "*you need to deal…*", яка декларує норму поведінки та самодисципліни; епістемічного маркеру *"honestly"*, що сигналізує про перехід до відкритого вираження вдячності.

Наступною сферою емоційного інтелекту є соціальна свідомість – здатність розуміти емоції, потреби та занепокоєння інших людей, зчитувати невербальні сигнали й орієнтуватися в соціальних контекстах. Вона охоплює три ключові компетенції: емпатію, організаційну обізнаність та орієнтацію на допомогу. Ілюстрація цього поняття конкретними прикладами зі сфери танцювально-спортивної комунікації становить неабиякий виклик, оскільки соціальна свідомість є внутрішньою здатністю відчувати емоційний стан співрозмовника та вчасно помічати його невербальні реакції. У практичній комунікації соціальна свідомість проявляється у роботі тренера, наприклад, у влучному доборі слів для зняття напруги в танцювальному колективі

або у здатності лектора адаптувати виклад матеріалу, реагуючи на рівень сприйняття та зацікавленість учасників комунікації. Бути соціально свідомим учасником танцювально-спортивної комунікації означає вміти коректно інтерпретувати невербальні маркери інших учасників комунікації задля вчасно реагування на виклики та досягнення усіх комунікативних цілей.

Управління відносинами є останнім та найбільш дієвим елементом зазначеної моделі емоційного інтелекту Д. Ґоулмана, оскільки проявляється у здатності вести за собою команду людей через спільні цінності, емоційну залученість та особистий приклад. Саме тому тренери з високим рівнем емоційного інтелекту здатні показувати вищі результати роботи та частіше приводити танцівників до високих досягнень.

Варто зауважити, що в певних комунікативних ситуаціях різні сфери, описані вище, можуть органічно поєднуватися задля донесення важливої інформації учасникам того чи того типу дискурсу. Наведемо приклад вербалізації аксіологічної самосвідомості та внутрішньої мотивації учасників танцювально-спортивного дискурсу в умовах складного соціального контексту (“***The world doesn’t want to hear*** *about our pain anymore, but we, those who stayed in the country, know the value of* ***every training***, ***every time*** *we step on the dance floor,* ***every competition****! Acknowledging all of this, we are absolutely convinced that we must win and endure* ***this hell*** *that is happening on our land”* [16]). У наведеному висловлюванні зріла самосвідомість та соціальна обізнаність мовця експлікуються через системний комплекс прагмалінгвістичних засобів, зокрема: дихотомічну контрастивну конструкцію (*“the world doesn’t want… but we…”*), яка будує опозицію та формує межі групової ідентичності; синтаксичний анафоричний повтор *“every”* (*“every training, every time…, every competition”*), за допомогою якого відбувається аксіологічна актуалізація та раціоналізація повсякденної професійної діяльності як системи цінностей; метафоричний дескриптор з високим емотивно-оцінним потенціалом (*“this hell”*), що референційно відсилає до трагічного соціального контексту. Таким чином, емоційна та соціальна свідомість у досліджуваному фрагменті реалізується не лише через представлення переживань, а й через дискурсивні стратегії консолідації, ціннісного ствердження та раціоналізації власного вибору.

Висновки. Отже, у результаті наукової розвідки з’ясовано, що сучасна мовна комунікація виходить за межі звичайного інформаційного обміну, виступаючи складним процесом емоційно маркованої взаємодії. Визначено, що емоційний інтелект функціонує як ключовий механізм оптимізації мовленнєвого акту, оскільки саме він визначає спроможність адресанта й адресата коректно декодувати імпліцитні смисли висловлювань, зберігати емоційну рівновагу та коригувати власну комунікативну стратегію відповідно до контексту. Аналіз практичного матеріалу підтвердив, що всі сфери емоційного інтелекту (самосвідомість, самоконтроль, соціальна свідомість та управління відносинами) знаходять своє чітке вербальне та/або невербальне втілення в певному типі дискурсу.

Перспективи подальших досліджень убачаємо в системній типологізації та деталізованій класифікації вербальних і невербальних маркерів емоційного інтелекту в специфічних інституційних дискурсах (зокрема, у танцювально-спортивному, академічному та медійному), а також у розробці моделей запобігання комунікативним невдачам за допомогою високого рівня емоційної компетенції мовців.

Література:

1. Басюк Н.А. Емоційний інтелект і психічне здоров’я учасників освітнього процесу :навчальний посібник. Житомир, 2024. 140 с.
2. Ґоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Vivat, 2020. 512 с.
3. Забаровська С.М. Емоційна компетентність як чинник психологічного добробуту особистості : дис. ... доктора філософії : 053 / Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя. Ніжин, 2025. 232 с.
4. Іщенко О. В. Діалогічне мовлення як засіб розвитку емоційного інтелекту при вивченні іноземних мов у вищих навчальних закладах. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Філологія.* 2018. № 2 (70). С. 84–86. http:// doi.org/10.25264/2519-2558-2018-2(70)-84-86
5. Mayer J.D., Caruso D.R., Salovey P. The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*. 2016. Vol. 8 (4). P. 290–300.
6. Москаленко О. Роль емоційного інтелекту в підготовці майбутніх перекладачів художньої літератури. *Актуальні питання гуманітарних наук.* Випуск 77, том 2, 2024. С. 256–261. https://doi.org/10.24919/2308-4863/77-2-37
7. Цюпенко Т.А. Емоційний інтелект як засіб розвитку психологічної стійкості особистості в умовах сьогодення. *Наукові записки. Серія: Психологія.* Випуск 4 (6), 2024. С. 109 –115. https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-16
8. Загнітко А.П. Основи дискурсології: науково-навчальне видання. Донецьк: ДонНУ, 2008. 194с.
9. Сєдакова М.В. Реалізація англійськомовного танцювально-спортивного дискурсу: когнітивний та прагматичний аспекти : дис. ... доктора філос. : 035 / Запорізький національний університет. Запоріжжя, 2023. 248 с.
10. Яшенкова О.В. Основи теорії мовної комунікації. Київ : «Академія», 2010. 312 с.
11. Бацевич Ф. С. Основи комунікативної лінгвістики. Київ : Академія, 2004. 342 с.
12. van Dijk T.A. Semantic Macrostructures and Knowledge Frames in Discourse Comprehension. *Cognitive Processes in Comprehension*. Hillsdale, 1977. P. 3−32.
13. Goleman D. Emotional intelligence. URL: =-qmLoJ7-A80&t=63s (access date 25.03.2026)
14. Koliada N. I can’t express how special it felt. URL: https://www.instagram.com/p/DRaZRjFjDLy/?img_index=1 (access date: 23.11.2025)
15. Savcuk M. During these days in Assen there were ups and downs. https://www.instagram.com/p/CzoTv6ToCNp/?img_index=1 (access date 25.03.2025)
16. Dikaya L. Our first summit, our first reflections after it. URL:https://www.instagram.com/p/C_3pLtlIEEx/?img_index=1 (access date: 13.07.2025)

Siedakova M. The role of emotional intelligence in the structure of modern communication

Summary. The article is devoted to a comprehensive analysis of the influence of emotional intelligence on the structure and dynamics of modern verbal and nonverbal communication. Today, in the information society, where the intensity of communicative interactions is constantly growing, the effectiveness of a speech act is determined not only by the norms and rules of communication or the logical construction of the statement, but also by the ability of communicators to recognize, understand and regulate their own emotional states and the mood of all participants in communication. The work explores the phenomenon of emotional intelligence as an important cognitive-behavioral component of the communicative competence of the individual.

The main areas and competencies of emotional intelligence, which are defined by scientists, are analyzed, namely self-awareness (emotional self-perception), self-control (balance, adaptability, positive outlook and success orientation), social consciousness (empathy, organizational awareness), relationship management (leadership, coaching, teamwork, ability to influence others and effectively resolve conflicts). Special attention is given to the choice of language tools under the influence of a high level of emotional intelligence. Verbal and nonverbal markers are analyzed using the example of participants in dancesport discourse communication. It is proven that emotional intelligence functions as a key mechanism for optimizing a speech act, since it determines the ability of the communicators to decode the implicit meanings of statements correctly, maintain emotional balance and adjust their own communicative strategy in accordance with the context. The analysis of practical material confirmed that all components of emotional intelligence (self-awareness, self-control, social awareness and relationship management) find their clear verbal and nonverbal embodiment in one or another type of discourse. It was concluded that emotional intelligence acts as a system-forming factor of successful linguistic interaction, which determines the quality of individual and corporate communication in the conditions of digitalization and globalization.

Key words: emotional intelligence, verbal communication, discourse, speech act, nonverbal communication.

Дата першого надходження статті до видання: 05.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 05.11.2026