

Цюпенко Т. А.

<https://orcid.org/0009-0005-4562-6538>

Західноукраїнський національний університет;

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ З ПОЗИЦІЇ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

У статті здійснено теоретичний аналіз психологічних передумов розвитку емоційного інтелекту батьків, які виховують дітей з інвалідністю з позиції позитивної психотерапії. Особливу увагу приділено специфіці емоційного досвіду цієї категорії батьків, що характеризується підвищеною емоційною напругою, почуттям провини, тривожністю, соціальною ізоляцією та високим рівнем психоемоційного навантаження. Встановлено, що емоційний інтелект є важливим психологічним ресурсом, який дозволяє усвідомлювати, розуміти та регулювати власний емоційний стан, проявляти емпатію, будувати ефективну комунікацію та підтримувати стабільний емоційний фон у сім'ї.

Проаналізовано зарубіжні та вітчизняні концептуальні підходи до емоційного інтелекту зокрема моделі П. Саловея та Д. Майєра, Д. Гоулмана, Р. Бар-Она, а також наукові здобутки вітчизняних дослідників. Висвітлено специфіку прояву емоційного інтелекту батьків дітей з інвалідністю та його вплив на здатність приймати дитину, адаптуватися до тривалого стресу та підтримувати ефективну взаємодію з фахівцями соціальної та реабілітаційної підтримки.

Особливу увагу приділено позитивній психотерапії Н. Пезешкіана, як теоретико-методологічній основі аналізу психологічних передумов розвитку емоційного інтелекту.

Показано, що базові здібності до любові й пізнання в концепції позитивної психотерапії створюють підґрунтя для розвитку організмичного чуття та емоційної компетентності, як значущих складових емоційного інтелекту. Розкрито роль базових емоційних установок та інтроєктів, які можуть ускладнювати прийняття дитини з інвалідністю та підсилювати внутрішню напругу батьків.

Обґрунтовано евристичний потенціал балансної моделі та п'ятикрокової моделі позитивної психотерапії для розуміння динаміки емоційного досвіду батьків. У межах теоретичного аналізу висунуто припущення, що інтеграція положень позитивної психотерапії створює психологічні передумови для поетапного розвитку емоційної усвідомленості, емоційної компетентності та зрілого емоційного інтелекту батьків дітей з інвалідністю.

Ключові слова: емоційний інтелект, батьки дітей з інвалідністю, емоційна компетентність, адаптація батьків, психоемоційне благополуччя, позитивна психотерапія, балансна модель, п'ятикрокова модель.

Постановка проблеми. Батьківство дітей з інвалідністю формує унікальний простір емоційного досвіду, де переживання набувають більшої інтенсивності, а особисті ресурси батьків проходять крізь складний процес переосмислення. Емоційна сфера батьків, які виховують дитину з інвалідністю зазнає підвищеного навантаження, що може призводити до хронічного стресу, емоційного виснаження та зниження рівня психологічного благополуччя. Емоції стають не лише внутрішнім світом почуттів, а інструментом взаємодії, способом підтримки, джерелом сили, чи навпаки виснаження.

Одним із ключових психологічних ресурсів здатних підтримувати адаптаційні можливості батьків виступає емоційний інтелект, який забезпечує усвідомлення розуміння та регуляцію власних емоцій, а також ефективну взаємодію з оточенням. Попри те що у світовій та вітчизняній науці сформовано значну кількість напрацювань щодо структури, функцій та розвитку емоційного інтелекту, потенціал позитивної психотерапії у контексті його розвитку досі залишається недостатньо висвітленим. Тому розвиток емоційного інтелекту даної категорії батьків стає важливим



завданням сучасної психології та психотерапевтичної практики.

Позитивна психотерапія, акцентуючи увагу на внутрішніх ресурсах, сильних сторонах особистості та формуванні конструктивного ставлення до життєвих труднощів створює психологічні передумови для усвідомленого розгортання емоційних процесів, переосмислення власних реакцій та формування конструктивних моделей взаємодії з дитиною та соціальним оточенням.

Саме ця парадигма дозволяє батькам не лише регулювати інтенсивні переживання, але й поступово відновлювати внутрішню опору, розвивати здатність до емоційної рефлексії та розширювати спектр адаптивних стратегій реагування у ситуаціях підвищеного психоемоційного навантаження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній психологічній науці інтерес до емоційного інтелекту невпинно зростає, що зумовлено міждисциплінарністю цього феномену та його значущістю для розуміння особистісного розвитку, соціальної взаємодії та психологічного благополуччя. Емоційний інтелект активно досліджують у межах загальної, вікової, соціальної та педагогічної психології а також у різних напрямках психотерапії, що свідчить про потребу в цілісній концептуалізації емоційних процесів та розумінні їхнього впливу на поведінку, адаптацію й стресостійкість людини.

Сучасні нейропсихологічні дослідження розглядають емоції не лише як реакції на зовнішні стимули, а як результат діяльності мозку, що формує внутрішні моделі світу та впливає на ефективність життєвих рішень. У цьому контексті ключовою стає не ідея механічного контролю емоцій, а здатність розуміти їхній зміст, інтегрувати цей досвід і трансформувати у конструктивну поведінку [5, ст. 25]. Для батьків дітей з інвалідністю такий підхід є особливо актуальним, оскільки емоційний смисл переживань значною мірою визначає їхню адаптацію, здатність приймати дитину та будувати підтримуюче сімейне середовище.

Формування сучасних уявлень про емоційний інтелект, пов'язане з низкою концептуальних моделей. Однією з базових є модель П. Саловея та Д. Маєра, у якій емоційний інтелект розглядається, як форма соціального інтелекту, що охоплює чотири групи здібностей: ідентифікація емоцій, використання емоцій у мисленні, розуміння емоцій та їх регуляцію [14, ст. 188]. Даний підхід дав змогу розглядати емоційні переживання не як стихійні прояви, а як когнітивні інтегровані елементи психічної діяльності, які

можуть цілеспрямовано розвиватися, що є принципово важливим у контексті батьківства дітей з інвалідністю.

Значний внесок у подальший розвиток концепції здійснив Д. Гоулман. Його модель, що охоплює емоційну свідомість, самоконтроль, емпатію та соціальні навички, дозволяє розглядати емоційний інтелект як ключовий ресурс подолання стресу, збереження психологічної стійкості та побудови підтримуючих стосунків [3]. Для батьків дітей з інвалідністю саме ці компетентності часто визначають рівень адаптації та здатність справлятися з хронічними психоемоційними викликами. Високий рівень емпатії сприяє кращому розумінню потреб дитини, а навички саморегуляції допомагають уникати емоційного виснаження.

Вагомий внесок у розуміння феномену зробив також Р. Бар-Он, який розглядав емоційний інтелект як сукупність особистісних рис і соціально-емоційних компетентностей, пов'язаних з а ефективним функціонуванням та психологічним благополуччям особистості [12, ст. 25]. У контексті виховання дітей з інвалідністю особливого значення набувають компоненти адаптивності та управління стресом, що забезпечують здатність протистояти тривалому емоційному тиску.

Проблематика емоційного інтелекту активно розроблялася й у вітчизняній психології (Н. Буркало, Е. Носенко, В. Коврига, С. Дерев'яноко, А Четвертик-Бурчак, Д. Люсін, М. Шпак, О. Ляш, В. Зарицька та інші), де емоційний інтелект розглядається як інтегральна властивість особистості, здатна до розвитку протягом життя.

Спільною для багатьох зарубіжних і вітчизняних досліджень є позиція щодо динамічного характеру емоційного інтелекту, який формується завдяки поєднанню вроджених передумов і соціально-набутих компетентностей [1, ст. 70; 3; 6; 7; 14]. Для батьків дітей з інвалідністю можливість цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту виступає важливим чинником компенсації хронічного стресу, формуванню, емоційної гнучкості та конструктивних моделей взаємодії з дитиною. Ця позиція узгоджується з результатами попереднього авторського емпіричного дослідження, яке засвідчило значущу роль емоційного інтелекту у підтриманні психологічного благополуччя та адаптаційних можливостей даної категорії батьків.

Окрему групу становлять дослідження присвячені емоційній сфері батьків дітей з інвалідністю які засвідчують, що здатність до психоемоційної саморегуляції є одним з ключових чинників їхньої

адаптації, прийняття особливостей стану дитини та підтримання стабільного сімейного функціонування [2; 4]. Зарубіжні дослідження також підтверджують, що високий рівень емоційного інтелекту позитивно впливає на прийняття батьками умов інвалідності дитини та їхню здатність адаптуватись до життєвих вимог [13].

Результати вітчизняних досліджень доповнюють ці висновки, так І. В. Сухіна розглядає розвиток емоційного інтелекту як один з провідних напрямів подолання емоційного вигорання у батьків дітей з особливими освітніми потребами, що водночас сприяє підвищенню ефективності їхньої взаємодії з фахівцями соціальної та реабілітаційної підтримки [10, ст. 230–231].

Аналіз зарубіжних та вітчизняних джерел демонструє, що значна частина досліджень зосереджується переважно на інструментально-функціональних аспектах емоційного інтелекту. У цьому контексті важливою є позиція Є. Карпенка, який критично оцінює редукацію емоційного інтелекту лише до когнітивного контролю над емоційними станами і наголошує на необхідності врахування його ціннісно-смыслового виміру [5, ст. 26].

На нашу думку запропонований Є. Карпенком підхід, інтегрований у концепцію позитивної психотерапії, відкриває можливості для глибшого осмислення емоційного інтелекту батьків дітей з інвалідністю як феномену, пов'язаного з переживанням смислу, гідності, прийняття та відповідальності.

Постановка завдання. Метою статті є теоретичний аналіз психологічних передумов розвитку емоційного інтелекту батьків дітей з інвалідністю з позиції позитивної психотерапії.

Виклад основного матеріалу. Позитивна психотерапія є психотерапевтичним методом розробленим Носсратом Пезешкіаном у 1968 році, який відтоді активно розвивається як гуністично орієнтований психодинамічний підхід до розуміння психічного здоров'я та адаптації людини. На відміну від багатьох традиційних психотерапевтичних моделей позитивна психотерапія не зосереджується виключно на патологіях чи дефіцитах, а акцентує увагу на внутрішніх ресурсах, сильних сторонах особистості та формуванні конструктивного ставлення до життєвих труднощів.

Основні положення позитивної психотерапії ґрунтуються на гуманістичних уявленнях про природу людини, відповідно до якого кожна особистість володіє природженою здатністю до самоцілення, зростання та розвитку. Емоційні труднощі

в межах цього підходу розглядаються не як прояви патології, а як значущі сигнали, що відкривають можливості для саморозуміння та переосмислення життєвого досвіду. Ці природжені потенціали людини концептуалізуються через дві базові здібності: до любові (любити) та пізнання (знати). У процесі онтогенезу особистості під впливом соціального оточення, культурно-історичного контексту, фізичного стану та індивідуального життєвого досвіду базові здібності поступово розширюються і диференціюються, формуючи систему актуальних здібностей. До первинних актуальних здібностей належить зокрема довіра, любов, терпеливість, час та інші, тоді як вторинні здібності представлені такими характеристиками як коректність, пунктуальність, обов'язковість, справедливість тощо [8].

Поділяючи позицію представників різних психотерапевтичних напрямків, які підкреслюють, що здатність до любові є, з одного боку, вродженою характеристикою особистості, а з іншого важливою передумовою розвитку емоційного інтелекту [5], зазначимо, що в межах позитивної психотерапії любов і пізнання розглядається як базові здібності, що виконують функцію внутрішніх потреб. Ці потреби можуть усвідомлюватися, розвиватися та реалізовуватися у життєвому просторі особистості. Саме здатність до інтеграції базових здібностей створює підґрунтя для цілісного особистісного розвитку, важливим індикатором якого виступає сформований емоційний інтелект.

Згідно з концептуальним аналізом позитивної психотерапії Н. Пезешкіана, базові здібності до любові і пізнання формують підґрунтя для розвитку організмичного чуття та емоційної компетентності, які можуть розглядатися як складові емоційного інтелекту в процесі життєдіяльності особистості. Організмичне чуття забезпечує чутливість до власних потреб тілесних і емоційних сигналів та дозволяє здійснювати внутрішнє узгодження власних переживань. Натомість емоційна компетентність пов'язана насамперед із соціальною взаємодією та виявляється у здатності розпізнавати мотиви, поведінку і емоційні стани інших людей, вибудовуючи на цій основі ефективні міжособистісні стосунки [5, ст. 26].

Базова здібність до любові створює підґрунтя для розвитку організмичного чуття, оскільки саме любов як цінність дозволяє людині з турботою ставитись до власних емоцій і приймати їх як значущі сигнали внутрішнього досвіду. У свою чергу базова здатність до пізнання сприяє формуванню емоційної компетентності, яка є необхідною

умовою соціального навчання, комунікації та реалізації власних намірів у міжособистісних стосунках і соціумі. Чим більшою мірою емоційна компетентність спирається на глибини дані органічного чуття, тим більш узгодженою та гармонійною стає побудова людиною власної життєвої траєкторії та її реалізації у повсякденному житті.

Водночас розвиток базових здібностей може ускладнюватися наявністю базових емоційних установок, які в позитивній психотерапії описуються як неусвідомлені когнітивні емоційні та поведінкові конструкти, пов'язані зі сферами «Я», «Ти», «Ми» та «Пра-Ми» [8]. Саме ці інтроєкти часто визначають характер взаємодії людини з собою, сім'єю, соціальним оточенням і світом загалом.

Батьки дітей з інвалідністю нерідко зустрічаються з установками сформованими під впливом культурних стереотипів, родинних міфів або травматичного досвіду. Серед найпоширеніших, переконання про те, що мати дитину з інвалідністю - це соромно та неприйнятно для соціального оточення, а також уявлення про те, що інвалідність дитини руйнує життя сім'ї. Подібні інтроєкти створюють суттєві бар'єри для прийняття дитини, підсилюють емоційну вразливість батьків та сприяють формуванню внутрішньої хронічної напруги.

Водночас у позитивній психотерапії такі установки не розглядаються як фіксовані чи приречені на відтворення. Навпаки вони можуть бути усвідомлені, відрефлексовані та трансформовані у більш адаптивні інтерпретації реальності. Виявлення деструктивних інтроєктів та робота з ними здатні змінювати ставлення батьків до власного досвіду, знижувати рівень провини та сорому, водночас підсилюючи здатність до прийняття себе та дитини. Це відкриває можливості для формування нових більш здорових моделей емоційного реагування та взаємодії. У цьому трансформація базових установок може розглядатися як один з початкових етапів розширення емоційної компетентності та формування зрілого емоційного інтелекту.

У концепції позитивної психотерапії розвиток емоційної компетентності та емоційного інтелекту не зводиться до лінійної корекції окремих установок, а відбувається в межах цілісної системи взаємопов'язаних концептуальних моделей. Ідея роботи з емоційними переживаннями, розвитку емпатії, підвищення самосвідомості та формування оптимістичного ставлення до життєвих труднощів органічно співвідносяться із завданнями розвитку емоційного інтелекту

особистості. Реалізація цих положень у консультативній та психотерапевтичній практиці здійснюється за допомогою інструментарію позитивної психотерапії, який забезпечує системний вплив на взаємопов'язані складові емоційного інтелекту. Так позитивна інтерпретація дозволяє переосмислювати емоційні реакції та внутрішні конфлікти сприяючи формуванню більш адаптивних способів емоційного реагування; транскультурний підхід розширює розуміння емоційного досвіду особистості у соціальному і культурному контекстах, а використання метафор і притч створює безпечний простір для усвідомлення символізації та інтеграції складних переживань у цілісну структуру особистісного досвіду. У сукупності це підтримує як розвиток організмичного чуття так і формування емоційної компетентності батьків дітей з інвалідністю.

Саме в цьому контексті особливого значення набуває звернення до балансної моделі Н. Пезешкіана, відповідно до якої життєдіяльність особистості розгортається у чотирьох ключових сферах: тіло, досягнення, контакти, сенси / майбутнє [8, ст. 123]. Порушення рівноваги між цими сферами свідчить про наявність емоційних та поведінкових дисбалансів, що негативно впливають на загальне функціонування особистості.

У ситуації народження дитини з інвалідністю батьки часто схильні до надмірної концентрації уваги на одній із життєвих сфер. Так у сфері «тіло» – це може проявлятися у хронічній тривозі, соматичному напруженні або фізичному виснаженні; у сфері «досягнення» у постійному пошуку нових методів лікування, терапії та реабілітації. Інші батьки можуть надмірно зосереджуватися у сфері «сенси», переживаючи екзистенційні питання на кшталт «чому це сталося саме зі мною» або «у чому тепер сенс мого життя?», що нерідко супроводжується самозвинуваченнями, емоційним виснаженням та відчуттям екзистенційної безвиході. Частина батьків, своєю чергою, дистанціюється від сфери контакти, обмежуючи соціальну взаємодію через сором або страх стигматизації.

Звернення до балансної моделі Н. Пезешкіана, дає змогу батькам побачити власне життя як цілісну систему, усвідомити яка із сфер домінує, а які перебувають у занедбаному стані. Це відкриває можливість поступового відновлення внутрішньої рівноваги, оскільки турбота про дитину з інвалідністю не виключає повноцінного функціонування в інших сферах життя, а навпаки, потребує опори на них як на джерела

психологічного ресурсу. У такому контексті балансна модель не лише структурує емоційний досвід батьків, але й опосередковано підтримує розвиток їхнього емоційного інтелекту, сприяючи усвідомленню власних емоцій та потреб (організмичне чуття), формуванню навичок встановлення меж, ефективній комунікації та прийнятті рішень узгоджених із реальними життєвими можливостями (емоційна компетентність).

У цьому контексті особливого значення набуває п'ятикрокова модель позитивної психотерапії (спостереження, інвентаризація, ситуативне заохочення, вербалізація та розширення цілей), яка слугує основою для процесу консультативної, психотерапевтичної допомоги та самопомоги [9, ст. 191]. На етапі спостереження батьки навчаються розпізнавати власні емоційні переживання та тілесні реакції які раніше могли залишатися неусвідомленими. Інвентаризація дозволяє структурувати труднощі, ресурси та інтроєкти, зокрема пов'язані з відчуттями сорому, провини або соціальної стигматизації. Ситуативне заохочення сприяє формуванню позитивного емоційного досвіду, що підсилює відчуття компетентності та віру у батьківські можливості. Етап вербалізації розширює здатність усвідомлювати й називати емоції, обговорювати складні переживання та вибудувати більш зрілі комунікативні стратегії. На завершальному етапі розширення цілей батьки отримують можливість по-новому конструювати життєві перспективи, відновлювати баланс між чотирма життєвими сферами та інтегрувати досвід виховання дитини з інвалідністю у ширший особистісний і смисловий контекст.

У цілому теоретично можна припустити, що така інтерпретація п'ятикрокової моделі позитивної психотерапії дозволяє розглядати її як концептуальну рамку, яка створює психологічні передумови для поетапного розвитку організмичного чуття та емоційної компетентності

батьків, а відтак підтримує формування зрілого емоційного інтелекту в умовах виховання дитини з інвалідністю.

Висновки. Проведений теоретичний аналіз дозволяє розглядати розвиток емоційного інтелекту батьків дітей з інвалідністю як процес внутрішньої психологічної трансформації, спрямований на відновлення цілісного переживання емоційного досвіду та підвищення адаптаційного потенціалу в умовах тривалого психоемоційного навантаження.

Показано що емоційний інтелект у цієї категорії батьків виступає не лише механізмом емоційної регуляції, а й інтегративним психологічним ресурсом, який підтримує здатність до прийняття складного життєвого досвіду, збереження внутрішньої рівноваги та формування більш гнучких і конструктивних способів взаємодії з дитиною та соціальним оточенням. Узагальнення положень позитивної психотерапії Н. Пезешкіана дозволяє розглядати її як теоретико-методологічний підхід у межах якого формуються психологічні передумови розвитку емоційного інтелекту, пов'язанні з усвідомленням емоційного досвіду, переосмисленням емоційних установок та активізацією внутрішніх ресурсів батьків. Орієнтація позитивної психотерапії на смисли, баланс життєвих сфер і ресурсний потенціал особистості створює можливість підтримувати розвиток емоційного інтелекту в умовах хронічного стресу, не зводячи його виключно до контролю емоційних реакцій.

Запропоновані теоретичні узагальнення окреслюють перспективний напрям подальших емпіричних досліджень і можуть бути використані як методологічне підґрунтя для розроблення програм психологічної та психотерапевтичної підтримки батьків дітей з інвалідністю, спрямованих на розвиток і посилення їхнього емоційного інтелекту, психоемоційного благополуччя та життєвої стійкості.

Список літератури:

1. Боковець О. І. Емоційний інтелект як ресурс психічного здоров'я. *Габітус*. 2022. Вип. 37. С. 68–75. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.37.12>
2. Вахоцька І. О., Деркач Н. М. Соціально-психологічні якості батьків дітей з інвалідністю, як умова їх адаптації. *Психологічний журнал Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*. 2020. № 4. С. 18–24 URL: <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/207877> (дата звернення: 16.01.2026).
3. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Харків : Вівіт, 2020. 512 с.
4. Іванашко О., Вірна Ж., Сіпко Л. Психологічні індикатори емоційної безпеки батьків дітей з особливими освітніми потребами. *Психологічні перспективи*. 2022. № 39. С. 153–165. URL: https://psychopropects.vnu.edu.ua/index.php/psychopropects/uk/article/view/801?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 16.01.2026).
5. Карпенко Є. В. Концептуальний потенціал позитивної психотерапії в контексті вивчення емоційного інтелекту особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2019. Вип. 66. С. 24–29.

6. Лящ О. П. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 22. С. 324–335.
7. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ, 2003. 159 с.
8. Пезешкіан Н. Схід – Захід: позитивна психотерапія в діалозі культур / за участі М. Пезешкіана, Х. Пезешкіана. 2-ге вид., доп. Полтава : Астроя, 2024. 197 с.
9. Сердюк Л. З., Завірюха В. В. Позитивна психотерапія в сприянні психологічному благополуччю особистості. *Актуальні проблеми психології*. Т. IX, Вип. 11. Київ ; Ніжин, 2018. С. 185–193.
10. Сухіна І. В. Емоційне вигорання у батьків дітей з особливими освітніми потребами: реалії та шляхи подолання. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2020. Вип. 17. С. 221–235. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/724406> (дата звернення: 20.01.2026).
11. Хворова Г. М. Соціально-психологічні засади дослідження батьківської компетентності у вихованні дітей з аутизмом. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2019. Вип. 43. С. 132–140.
12. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18. P. 13–25. URL: <https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf> (дата звернення: 20.01.2026).
13. Devi Salsabila N., Adriani Y. Emotional intelligence and family support in parents' acceptance of children with special needs. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Sciences*. 2025. Vol. 4 (1). P. 35–42. DOI: <https://doi.org/10.47679/njbs.202576> (дата звернення: 20.01.2026).
14. Salovey P., Mayer J. D. Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*. 1990. Vol. 9. P. 185–211. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG> (дата звернення: 19.01.2026).

Tsiupenko T. A. PSYCHOLOGICAL PREREQUISITES FOR THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN PARENTS OF CHILDREN WITH DISABILITIES FROM THE POSITION OF POSITIVE PSYCHOTHERAPY

The article provides a theoretical analysis of the psychological prerequisites for the development of emotional intelligence in parents raising children with disabilities from the perspective of positive psychotherapy. Particular attention is paid to the specifics of the emotional experience of this category of parents, which is characterized by increased emotional tension, feelings of guilt, anxiety, social isolation and a high level of psycho-emotional stress. It is established that emotional intelligence is a key psychological resource that allows one to realize, understand and regulate one's own emotional state, show empathy, build effective communication and maintain a stable emotional background in the family.

Foreign and domestic conceptual approaches to emotional intelligence are analyzed, in particular the models of P. Salovey and D. Mayer, D. Goleman, R. Bar-On, as well as the scientific achievements of Ukrainian researchers. The specifics of the manifestation of emotional intelligence of parents of children with disabilities and its impact on the ability to accept the child, adapt to prolonged stress and maintain effective interaction with social and rehabilitation support specialists are highlighted.

Special attention is paid to N. Pezeshkian's positive psychotherapy as a theoretical and methodological basis for the analysis of the psychological prerequisites for the development of emotional intelligence.

It is shown that the basic abilities to love and cognition in the concept of positive psychotherapy create the basis for the development of organismic feeling and emotional competence, as key components of emotional intelligence. The role of basic emotional attitudes and introjects, which can complicate the acceptance of a child with disabilities and increase the internal tension of parents, is revealed.

The heuristic potential of the balanced model and the five-step model of positive psychotherapy for understanding the dynamics of parents' emotional experience is substantiated. Within the framework of theoretical analysis, it is assumed that the integration of the provisions of positive psychotherapy creates psychological prerequisites for the gradual development of emotional awareness, emotional competence, and mature emotional intelligence of parents of children with disabilities.

Key words: *emotional intelligence, parents of children with disabilities, emotional competence, parental adaptation, psychoemotional well-being, positive psychotherapy, balanced model, five-step model.*

Дата першого надходження статті до видання: 21.01.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 16.02.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 27.03.2026