



Фізична освіта і спорт

УДК

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.18636800>

Вплив програми корекції психофізіологічного стану на емоційний інтелект юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки

Патрійчук Анна Володимирівна:

аспірант кафедри спортивно-педагогічних дисциплін, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, вул. Шквченка 57, 76005, Україна, <https://orcid.org/0009-0003-9583-1332>

Прийнято: 15.01.2026 | Опубліковано: 30.01.2026

***Анотація:** Мета дослідження полягала у визначенні впливу авторської програми занять футзалом на розвиток та особливості емоційного інтелекту юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки. **Методи.** Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; психодіагностичний (визначення емоційного інтелекту за методикою Н. Холла), методи математичної статистики (перевірка на нормальність розподілу за критерієм Манна-Уїтні і Колмогорова-Смірнова; вибіркові характеристики; критерії перевірки гіпотез: Вілкоксона (W), χ^2 -критерій). **Результати.** Середньогрупове значення інтегрального показника емоційного інтелекту після завершення експериментальної програми статистично значуще збільшилося на 21,95 % ($p < 0,000$), емоційної обізнаності – на 8,28 % ($p < 0,000$), управління своїми емоціями – на 30,70 % ($p < 0,000$), самомотивації – на 12,16 % ($p < 0,000$), емпатії – на 29,95 % ($p < 0,000$), розпізнавання емоцій інших людей – на 42,99 % ($p < 0,000$). Одночасне зміщення значень нижніх (25%) і верхніх (75%) кватилів в сторону їх збільшення вказує на збільшення частки юних*



футзалістів із вищими показниками емоційного інтелекту та його складових.

Висновки. У результаті впровадження програми корекції психофізіологічного стану юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки встановлено статистично значуще зростання інтегрального показника емоційного інтелекту, про що засвідчують підвищення як медіани, так і середньогрупового значення. Статистично значуща позитивна динаміка встановлена також за всіма структурними компонентами емоційного інтелекту (шкали «Емоційна обізнаність», «Управління своїми емоціями», «Самомотивація», «Емпатія», «Розпізнавання емоцій інших людей»), що підтверджує комплексний характер впливу програми та її ефективність не лише на загальний рівень EI, але й на окремі його складові. Найбільш виражені зміни встановлено за шкалами «Управління своїми емоціями», «Емпатія» та «Розпізнавання емоцій інших людей», що свідчить про підвищення здатності юних футзалістів до контролю та регуляції емоційних реакцій у стресових та змагальних ситуаціях, характерних для футзалу, розвиток у них соціально-емоційних навичок, які є ключовими для ефективної командної взаємодії, взаєморозуміння між гравцями та оптимізації ігрової діяльності в футзалі.

Ключові слова: спортивні ігри, футзал, юні спортсмени, етап попередньої базової підготовки, емоційний інтелект.



The Impact of a Psychophysiological State Correction Program on the Emotional Intelligence of Young Futsal Players at the Stage of Preliminary Basic Training

Patriichuk Anna Volodymyrivna

PhD student of the department of sports-pedagogical subject, Vasyl Stefanyk Carpathian National University, 76005, Ivano-Frankivsk, 57 Shevchenko Str., Ukraine, 76005, <https://orcid.org/0009-0003-9583-1332>

Abstract: *The study objective is to determine the impact of the author's futsal training programme on the development and characteristics of emotional intelligence in young athletes at the preliminary basic training stage. **Methods.** The research employed theoretical analysis and synthesis of literature sources; psychodiagnostic (“Hall Emotional Intelligence Test” (HEIT) was employed to identify EI), statistical methods (normality assumptions were confirmed using the Mann-Whitney test and Kolmogorov-Smirnov tests; sample characteristics; hypothesis testing criteria: Wilcoxon (W), χ^2 -criterion). **Results.** The sample average value of the integral indicator of emotional intelligence after experiment increased statistically significantly by 21.95% ($p < 0.000$), emotional awareness – by 8.28% ($p < 0.000$), managing emotions – by 30.70% ($p < 0.000$), self-motivation – by 12.16% ($p < 0.000$), empathy – by 29.95% ($p < 0.000$), and recognizing others’ emotions – by 42.99% ($p < 0.000$). The simultaneous shift of the lower (25%) and upper (75%) quartiles towards their increase indicates an increase in the proportion of young futsal players with higher emotional intelligence and its components. **Conclusions.** As a result of the implementation of the young futsal players psychophysiological state correction programme at the stage of preliminary basic training, a statistically significant increase in the integral indicator of emotional intelligence was established, as evidenced by an increase in both the median and the sample mean*



values. Statistically significant positive dynamics were also established for all structural components of emotional intelligence (the scales 'Emotional Awareness', 'Managing Your Emotions,' 'Self-Motivation,' 'Empathy,' and 'Recognizing Others' Emotions'), confirming the comprehensive nature of the programme's impact and its effectiveness not only on the overall level of EI, but also on its individual components. The most pronounced changes were found on the scales 'Managing one's emotions,' 'Empathy,' and 'Recognising other people's emotions,' which indicates an increase in the ability of young futsal players to control and regulate emotional reactions in stressful and competitive situations typical of futsal, the development of their social and emotional skills, which are key to effective team interaction, mutual understanding between players and optimisation of futsal activity.

Keywords: *sports games, futsal, young athletes, stage of preliminary basic training, emotional intelligence.*

Постановка проблеми. Сучасний футзал характеризується високою інтенсивністю ігрової діяльності, обмеженим ігровим простором, дефіцитом часу на прийняття рішень та значним психоемоційним навантаженням, що висуває підвищені вимоги не лише до фізичної та техніко-тактичної підготовленості спортсменів, але й до їхнього психофізіологічного стану та рівня емоційного інтелекту. Особливої актуальності ця проблема набуває на етапі попередньої базової підготовки, коли у юних футзалістів відбувається інтенсивне формування механізмів емоційної саморегуляції, стресостійкості та соціальної взаємодії в команді.

Визначення рівня емоційного інтелекту у юних спортсменів дозволяє своєчасно виявити індивідуальні особливості емоційного реагування, комунікації та мотивації, які можуть як сприяти, так і обмежувати подальший спортивний розвиток.



Аналіз останніх досліджень і публікацій. Концепція емоційного інтелекту (ЕІ) була введена в науковий обіг Майєром і Саловеєм у 1990 році [1] та набула широкого поширення завдяки науковим дослідженням Д. Големана [2], який трактував емоційний інтелект як здатність особистості розпізнавати, розуміти, регулювати та використовувати власні емоції й емоції інших для ефективної адаптації до вимог середовища та досягнення поставлених цілей.

У літературі зі спортивної психології емоційний інтелект дедалі частіше визнається ключовим чинником, що впливає на спортивну результативність, особливо в командних видах спорту [3; 4].

Футзал є одним із найдинамічніших видів спорту в приміщеннях у світі, який охоплює різні вікові категорії та статі як на професійному, так й аматорському рівнях [5]. Він характеризується обмеженим простором, високою швидкістю ігрових дій та частими змінами ситуацій [6]. Такі умови суттєво підвищують вимоги до когнітивних процесів (увага, антиципація, прийняття рішень) і водночас посилюють емоційне навантаження на навіть на професійних футзалістів [7].

Низка досліджень [8, 9] підтверджує наявність позитивного зв'язку між рівнем ЕІ та результативністю змагальної діяльності в командних видах спорту, оскільки спортсмени з високим рівнем ЕІ демонструють кращу здатність до контролю емоцій у стресових ситуаціях, зниження рівня змагальної тривожності та підтримання оптимального рівня збудження.

Проте, в дослідженні [10] вказано на опосередкований характер впливу ЕІ через інші психологічні механізми.

Так, дослідження, проведене Jowett та ін. [11], виявило, що ЕІ відіграє суттєву роль у якості взаємин між членами команди та підсилює соціальну мотивацію під час тренувань у командних видах спорту, зокрема у футзалі.

Спортсмени з високим рівнем ЕІ краще справляються з тривогою, зберігають концентрацію та ефективніше розв'язують конфлікти, що сприяє



покращенню результатів. Дослідження також показують, що ЕІ робить внесок у когнітивні процеси, важливі для прийняття рішень і виконання діяльності під тиском, водночас підтримуючи ефективну комунікацію та формування командної згуртованості [4, 12].

У процесі гри юні футзалісти постійно стикаються з емоціями напруження, тривоги, фрустрації, ейфорії та розчарування. Недостатня здатність до регуляції цих станів може негативно позначатися на якості техніко-тактичних дій, командній взаємодії та стабільності спортивної діяльності. У спортивній діяльності ці особливості проявляються у вигляді імпульсивних реакцій на ігрові помилки, підвищеної змагальної тривожності, труднощів самоконтролю та нестабільності мотивації [13].

На думку [13], для юнаків 13–14-ти років характерний перехід від зовнішньо зумовленої мотивації до внутрішньої. У цей період значну роль відіграють емоційні переживання, пов'язані з успіхом, визнанням у групі та підтримкою тренера. Саме емоційний інтелект сприяє формуванню стабільної внутрішньої мотивації, збереженню інтересу до тренувального процесу, подоланню тимчасових невдач без втрати впевненості у власних можливостях [14].

Водночас недостатній рівень ЕІ може призводити до швидкого емоційного вигорання, втрати інтересу до занять футзалом та раннього відсіювання юних спортсменів [15].

Метааналіз Levillain та ін. [16] дійшов висновку, що ЕІ має статистично значущий зв'язок зі стійкою мотивацією та наполегливістю у тренувальному процесі серед юних спортсменів. Саме тому розвиток емоційного інтелекту в цьому віці розглядається як ключовий психолого-педагогічний ресурс підвищення ефективності занять футзалом та збереження психічного благополуччя юних спортсменів. Аналогічних результатів дійшли і в [17]. Зокрема, встановлено, що ЕІ позитивно пов'язаний із тренерською



ефективністю, особливо щодо «мотиваційної ефективності та формування характеру».

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз наукових джерел свідчить, що переважна більшість досліджень, присвячених емоційному інтелекту як складової психофізіологічному стану спортсменів, виконана на вибірках дорослих гравців професійного рівня, переважно у футболі, рідше у футзалі. У цих роботах емоційний інтелект розглядається здебільшого як сформована психологічна характеристика, що впливає на стабільність змагальної діяльності, лідерство, командну взаємодію та результативність у висококонкурентних умовах. Водночас результати таких досліджень не можуть бути безпосередньо екстрапольовані на юних спортсменів, які перебувають на етапі попередньої базової підготовки та характеризуються інтенсивними віковими психофізіологічними змінами, незавершеністю регуляторних механізмів та особливостями мотиваційної сфери.

Таким чином, незважаючи на наявність наукових напрацювань у сфері професійного футболу і футзалу, проблема впливу програм корекції психофізіологічного стану на розвиток емоційного інтелекту юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки залишається недостатньо вирішеною та потребує подальшого наукового обґрунтування і експериментального підтвердження.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета дослідження полягала у визначенні впливу авторської програми занять футзалом на розвиток та особливості емоційного інтелекту юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки.

Методи й організація дослідження. *Учасники.* У дослідженні взяли участь 60 осіб віком 13–14 років ДЮСШ Івано-Франківської області. Тривалість занять футзалом становила не менше трьох років. Дослідження



проведене відповідно до основних біоетичних норм Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації про етичні принципи проведення науково-медичних досліджень, Універсальної декларації з біоетики та прав людини, Конвенції Ради Європи з прав людини та біомедицини [18]. Письмова інформована згода була отримана у батьків кожного учасника дослідження.

Дослідницький протокол пройшов обов'язкове затвердження Етичною комісією Карпатського національного університету імені Василя Стефаника.

Методи дослідження. Для виявлення здатності розуміти відносини особистості, які репрезентуються в емоціях, і керувати емоційною сферою на основі прийняття рішень, тобто для визначення емоційного інтелекту, використовували методіку, запропоновану Н. Холлом [19]. Методіка містить 30 тверджень, які утворюють 5 шкал: «Емоційна обізнаність», «Управління своїми емоціями», «Самотивація», «Емпатія», «Розпізнавання емоцій інших людей». Пункти подані з варіантами відповідей в номінальній шкалі з відповідними числовими еквівалентами за шкалою Лайкерта у діапазоні від «Повністю не згоден (-3) / В основному не згоден (-2) / Частково не згоден (-1) / Частково згоден (1) / В основному згоден» (2) / Повністю згоден» (3).

Методи математичної статистики включали дескриптивний (вибіркові статистики) та порівняльний аналізи. Перед проведенням статистичного аналізу дані були перевірені на наявність відсутніх даних, значень поза діапазоном, викидів та нормальності розподілу вибірки. Оцінка нормальності статистичного розподілу даних проводилася за допомогою критерію Шапіро-Уїлкі та Колмогорова-Смірнова.

Для оцінки статистичної достовірності відмінностей між значеннями показників, які не підлягали нормальному закону розподілу, використали z-статистику непараметричного критерію Вілкоксона (W) (оскільки $n > 25$) для залежних вибірок.

Для дослідження впливу авторської програми занять футзалом на частотний розподіл за градаціями показника емоційного інтелекту юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки (високий, середній, низький) застосовували критерій однорідності χ^2 (хі-квадрат) [20].

Статистична обробка одержаних даних проводилася за допомогою програмного забезпечення «SPSS Statistics 17.0».

Виклад основного матеріалу дослідження.

Результати перевірки на відповідність нормальному розподілу отриманих статистичних даних щодо рівня ЕІ юних футзалістів показали, що вони не підлягають нормальному розподілу (табл. 1), оскільки значення критерію Шапіро-Вілка (Shapiro-Wilk) для цих показників коливаються у межах 0,850–0,937. Уточнюючий (контрольний) критерій Колмогорова-Смірнова підтверджує наше припущення про відсутність нормального розподілу, оскільки *p*-рівень (*Sig.*) цього критерію менший за 0,20.

Таблиця 1

Результати оцінки нормальності розподілу показників емоційного інтелекту юних футзалістів

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Інтегральний показник емоційного інтелекту	,224	60	,000	,920	60	,001
Шкала «Емоційна обізнаність»	,231	60	,000	,850	60	,000
Шкала «Управління своїми емоціями»	,132	60	,011	,937	60	,004
Шкала «Самотивація»	,160	60	,001	,899	60	,000
Шкала «Емпатія»	,142	60	,004	,907	60	,000

Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей»	,273	60	,000	,865	60	,000
--	------	----	------	------	----	------

a. Lilliefors Significance Correction

Джерело: власна розробка авторів

Середньостатистичні показники складових EI й інтегрального показника та його динаміка за час експерименту подані в табл. 2.

Таблиця 2

Порівняння показників емоційного інтелекту юних футзалістів експериментальної групи до та після впровадження програми занять

Descriptive Statistics

	Stage	Median (25%;75%)	Mean		95% Confidence Interval for Mean	
		Statistic	Statistic	Std. Error	Lower Bound	Upper Bound
Інтегральний показник емоційного інтелекту	pre	48,0000 (34,0000; 50,0000)	43,4167	1,45736	40,5005	46,3328
	post	54,0000 (41,0000; 63,0000)	52,9500	1,70185	49,5446	56,3554
Шкала «Емоційна обізнаність»	pre	11,0000 (9,0000; 12,0000)	10,0167	,34973	9,3169	10,7165
	post	11,0000 (10,0000; 13,0000)	10,8500	,34594	10,1578	11,5422
Шкала «Управління своїми емоціями»	pre	8,0000 (4,0000; 9,0000)	7,1000	,41627	6,2671	7,9329
	post	8,0000 (7,0000; 11,5000)	9,2833	,33790	8,6072	9,9595
Шкала «Самотивація»	pre	11,0000 (10,0000; 14,0000)	11,1000	,37182	10,3560	11,8440

	post	11,0000 (10,0000; 16,0000)	12,4500	,44937	11,5508	13,3492
Шкала «Емпатія»	pre	8,0000 (7,0000; 10,0000)	8,5667	,56065	7,4448	9,6885
	post	11,0000 (8,0000; 14,0000)	10,8833	,45354	9,9758	11,7909
Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей»	pre	8,0000 (3,0000; 9,0000)	6,6333	,39486	5,8432	7,4234
	post	11,0000 (6,0000; 12,0000)	9,4833	,38656	8,7098	10,2568

Джерело: власна розробка авторів

Оскільки розподіл значень показників EI не відповідає нормальному, то для порівняльного аналізу можливих відмінностей цього показника до та після експерименту використали непараметричний критерій Вілкоксона (табл. 3).

Таблиця 3

Результати порівняльного аналізу показників емоційного інтелекту юних футзалістів експериментальної групи до та після впровадження програми занять

Test Statistics^b

	Інтегральний показник емоційного інтелекту	Шкала «Емоційна обізнаність»	Шкала «Управління своїми емоціями»	Шкала «Самомотивація»	Шкала «Емпатія»	Шкала «Розпізнавання емоцій інших людей»
Z	-6,482 ^a	-4,805 ^a	-5,807 ^a	-4,918 ^a	-5,679 ^a	-6,468 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Джерело: власна розробка авторів



За результатами описової статистики та порівняльного аналізу встановлено позитивну динаміку як інтегрального, так і складових показників ЕІ юних футзалістів експериментальної групи після впровадження програми (post) порівняно з початковими даними (pre).

Інтегральний показник ЕІ після завершення експериментальної програми статистично значуще зріс: значення медіани підвищилося з 48,0 (25–75%: 34,0–50,0) до 54,0 (25–75%: 41,0–63,0), а середньогрупове значення – з 43,42 до 52,95 ($Z = -6,482$; $p < 0,000$). Межі довірчого інтервалу середньогрупового значення не перекриваються, що свідчить про виражену тенденцію до зростання загального рівня емоційного інтелекту.

За шкалою «Емоційна обізнаність» відзначено помірне підвищення показників: середньогрупове значення зросло з 10,02 до 10,85 ($Z = -4,805$; $p < 0,000$), а медіана залишилася на рівні 11,0, при одночасному зміщенні верхнього квантиля з 12,0 до 13,0, що вказує на збільшення частки юних футзалістів із вищими показниками емоційної усвідомленості.

Найбільш виражені зміни спостерігалися за шкалою «Управління своїми емоціями», де середньогрупове значення зросло з 7,10 до 9,28 ($Z = -5,807$; $p < 0,000$), медіана залишилася на рівні 8,0, проте міжквартильний діапазон змістився в бік вищих значень (з 4,0–9,0 до 7,0–11,5), що свідчить про покращення здатності до емоційної саморегуляції у більшості юних футзалістів.

За шкалою «Самомотивація» також зафіксовано позитивні зміни: середньогрупове значення збільшилося з 11,10 до 12,45 ($Z = -4,918$; $p < 0,000$), а верхній квантиль зріс з 14,0 до 16,0, що відображає посилення внутрішньої мотивації та наполегливості юних футзалістів в тренувальній і змагальній діяльності.

Показники за шкалою «Емпатія» після експерименту суттєво зросли: медіана підвищилася з 8,0 до 11,0, а середньогрупове значення – з 8,57 до 10,88

($Z = -5,679$; $p < 0,000$). Це свідчить про покращення здатності юних футзалістів розуміти емоційні стани партнерів по команді й ефективніше взаємодіяти в ігрових ситуаціях.

Аналогічну позитивну динаміку виявлено за шкалою «Розпізнавання емоцій інших людей». Середньогрупове значення зросло з 6,63 до 9,48 ($Z = -6,468$; $p < 0,000$), а медіана – з 8,0 до 11,0, що вказує на суттєве покращення навичок емоційного сприйняття та соціальної чутливості після впровадження програми.

Загалом результати дескриптивного аналізу свідчать про позитивний вплив програми корекції психофізіологічного стану на інтегральний показник та показники окремих компонентів емоційного інтелекту юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки.

Про це засвідчує і розподіл інтегрального показника емоційного інтелекту за рівнями його розвитку (рис. 1).

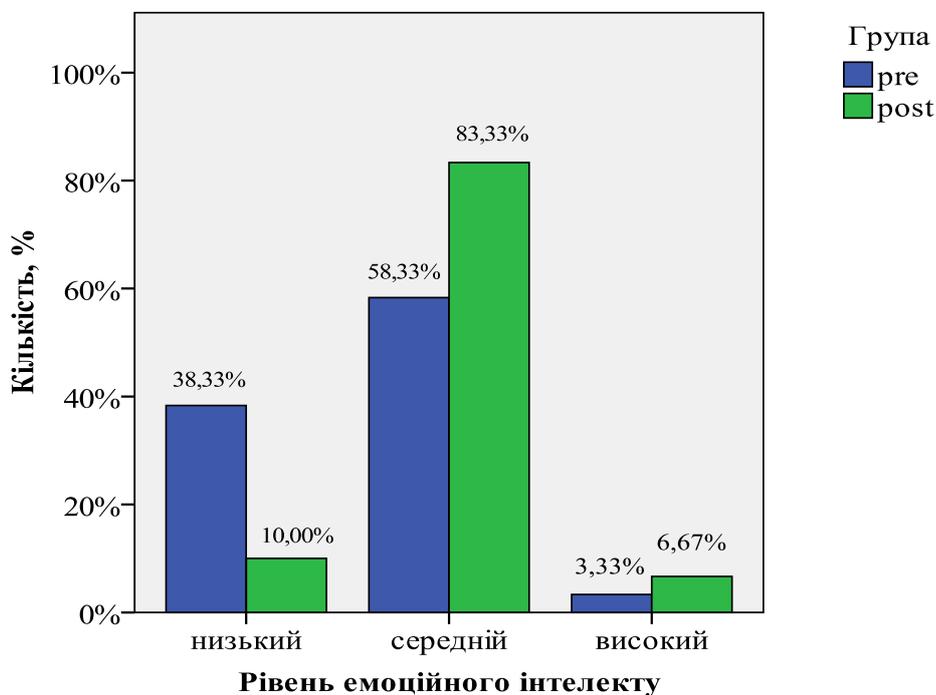


Рисунок 1

Динаміка розподілу юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки за рівнем інтегрального показника емоційного інтелекту



Низький рівень ЕІ на початку експерименту було виявлено, що 38,33 % юних футзалістів погано обізнані з власними емоційними станами та практично не можуть диференціювати свої емоційні стани, 58,33 % досліджуваного контингенту мали середній рівень і 3,33 % – високий рівень. Отже, тільки останні були достатньо компетентними щодо усвідомлення власних емоцій та їх наслідків.

Після експерименту тільки 10,00 % мали низький рівень емоційного інтелекту, більшість (83,33 %) – середній і 6,67 % – високий, що статистично значуще відрізнялося від розподілу до експерименту ($\chi^2 = 13,279$; $p < 0.001$).

Висновки. У результаті впровадження програми корекції психофізіологічного стану юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки встановлено статистично значуще зростання інтегрального показника емоційного інтелекту, про що засвідчують підвищення як медіани, так і середньогрупового значення.

Статистично значуща позитивна динаміка встановлена також за всіма структурними компонентами емоційного інтелекту (шкали «Емоційна обізнаність», «Управління своїми емоціями», «Самотивація», «Емпатія», «Розпізнавання емоцій інших людей»), що підтверджує комплексний характер впливу програми та її ефективність не лише на загальний рівень ЕІ, але й на окремі його складові.

Найбільш виражені зміни встановлено за шкалами «Управління своїми емоціями», «Емпатія» та «Розпізнавання емоцій інших людей», що свідчить про підвищення здатності юних футзалістів до контролю та регуляції емоційних реакцій у стресових та змагальних ситуаціях, характерних для футболу, розвиток у них соціально-емоційних навичок, які є ключовими для ефективної командної взаємодії, взаєморозуміння між гравцями та оптимізації ігрової діяльності в футболі.



Отримані нами результати дослідження підтверджують доцільність і ефективність цілеспрямованого використання програми корекції психофізіологічного стану як складової підготовки юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки з метою розвитку емоційного інтелекту та підвищення їх психологічної готовності до подальших етапів спортивного вдосконалення.

Список використаних джерел

1. Остап'як З.М., Мицкан Б.М., Мицкан Т.С., Випасняк І.П., Лесів М.З. Емоційний інтелект і спорт. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2020 Листопад 03. Вип. 35. С. 64–78.
2. Goleman Daniel. *Emotional intelligence: why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books, 2005. 352 p.
3. Laborde S., Brüll A., Weber J., Anders L.S. Trait emotional intelligence in sports: A protective role against stress through heart rate variability? *Personality and Individual Differences*. 2011. Vol.51, no.1. P. 23–27. DOI:10.1016/j.paid.2011.03.003.
4. Montenegro-Bonilla A., Becerra-Patiño B.A., Pino Ortega J., Hernandez Beltran V., Gamonales J.M. Influence of Emotional Intelligence on Sports Performance: A Systematic Review. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*. 2024. Vol. 24. P. 34–52. XUO#<https://doi.org/10.6018/cpd.617181> (date of access: 06.08.2025).
5. The FA The FA Futsal Strategy 2018–24 – Fast Forward with Futsal [Internet]. URL: <http://www.thefa.com/-/media/thefacom-new/files/get-involved/2018/fa-futsal-strategy-2018-24.ashx> (date of access: 26.09.2025).
6. Ribeiro J.N., Ferraz A., Gonçalves B., Serrano C., Coutinho D., Ballester, R., Travassos B. Training exercises, match demands, and variability in elite futsal.



- Frontiers in sports and active living*. 2025. Vol. 7. P. 1553046. XУО# <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1553046> (date of access: 26.09.2025).
7. Piepiora P.A. Personality traits and sporting level of athletes. *Physical Education of Students*. 2024. Vol. 28, no.3. P. 144–151. DOI: <https://doi.org/10.15561/20755279.2024.0302> (date of access: 10.10.2025).
8. Akelaitis A.V., Malinauskas R.K. The expression of emotional skills among individual and team sports male athletes. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2018. Issue 22(2). P. 62–67. XУО# <https://doi.org/10.15561/18189172.2018.0201> (date of access: 10.10.2025).
9. Kumar S., Patel V. Relationship between emotional intelligence and achievement motivation in athletes. *Indian Journal of Psychological Education*. 2023. Vol. 13, no. 1. P. 35–42.
10. Sarikabak M., Ayranci M., Yaman C., Hergüner G., Tok S., Kir R., Cana H., Baykara C., Dönmez A., Genç H.I. Investigation of Emotional Intelligence Levels of Elite Athletes: The Role of Gender and Age. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*. 2021. Vol. 15, no. 4. P. 1610–1614.
11. Jowett S., Wachsmuth S., Boardley I.D., Balduck A.L. The role of emotional intelligence and quality relationships in athletes' and coaches' levels of satisfaction: a multi-study analysis. *Sports Coaching Review*. 2024. P. 1–24. XУО# <https://doi.org/10.1080/21640629.2024.2359774> (date of access: 10.10.2025).
12. Şekerci K., Şahbudak M., Işıkgöz M.E. The interplay of emotional intelligence and mental toughness in amateur soccer: the role of goal commitment. *Frontiers in psychology*. 2025. Vol. 16. P. 1670502. XУО# <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1670502> (date of access: 12.12.2025).
13. Іванишин І.М., Патрійчук А.В., Іванишин Ю.І. Психологічний профіль юних футзалістів на етапі попередньої базової підготовки. *Rehabilitation*



- and Recreation*. 2025. Т. 19, № 4. С. 135–148. XUO#
<https://doi.org/10.32782/2522-1795.2025.19.4.13> (date of access: 30.12.2025).
14. Castro-Sánchez M., Zurita-Ortega F., Ubago-Jiménez J. L., González-Valero G., Chacón-Cuberos R. Relationships between Anxiety, Emotional Intelligence, and Motivational Climate among Adolescent Football Players. *Sports (Basel, Switzerland)*. 2019. Vol. 7, no. 2. XUO#
<https://doi.org/10.3390/sports7020034> (date of access: 12.12.2025).
15. Xue W., Tao Y., Huang Y., Liu G., Wang H. Emotional Intelligence and Burnout among Adolescent Basketball Players: The Mediating Effect of Emotional Labor. *Sports (Basel)*. 2024. Vol. 12, no. 10. P. 266. DOI:10.3390/sports12100266.
16. Levillain G., Martinent G., Saby Y., Nicolas M. Longitudinal relationships between emotional processes and perceived performances among athletes: The moderating effect of emotional intelligence. *Performance Enhancement & Health*. 2025. Vol. 13, no. 1. P. 100305. XUO#
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.peh.2024.100305> (date of access: 12.12.2025).
17. Popovych I., Karpenko Y., Matusiak H., Dobrovolska N., Scolota E., Kalenchuk V., Hoian I. Emotional intelligence in shaping junior athletes' productive coping strategies. *Health, sport, rehabilitation*. January 6, 2026. DOI:10.58962/HSR.2026.1331.
18. Запорожан В.М., Аряєв М.Л. Біоетика та біобезпека: Підручник. Київ: Здоров'я. 2013. 456 с.
19. Мицкан Т., Мицкан Б. Психодіагностика у спорті: навч. посіб. Івано-Франківськ: Видавець Кушнір Г.М., 2020. 228 с.
20. Краєвський В.М., Остапенко Я.О., Паянок Т.М., Параниця Н.В. Методи аналізу даних у психологічних дослідженнях: навч. посіб. Ірпінь: Державний податковий університет, 2024. 144 с.