

Міністерство освіти і науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Факультет педагогіки, психології, соціальної роботи та
мистецтв

Кафедра загальної та практичної психології

Освітня програма: Психологія. Практична психологія

Спеціальність: 053 Психологія

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня *магістр*

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ
ЗАСОБАМИ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Студентки Блицік Антоніни Олексіївни

Науковий керівник:

Папуча Микола Васильович,
доктор психологічних наук, професор

Рецензенти:

Щотка Оксана Петрівна,
кандидат психологічних наук, доцент;
Литовченко Ніна Федорівна,
кандидат психологічних наук, доцент

Допущено до захисту: _____ 2023 р.

Завідувач кафедри:

Проф. _____ **Папуча М. В.**

Ніжин-2023

АНОТАЦІЯ

Магістерську роботу присвячено вивченню проблеми розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій.

Об'єкт дослідження – емоційний інтелект.

Предмет дослідження – психологічні особливості емоційного інтелекту молодших школярів.

Мета – визначити й обґрунтувати психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості використання матеріалів магістерської роботи в консультативній та розвитковій роботі з молодшими школярами та психологічного їх супроводу; у просвітницьких, профілактичних заходах, пропонованих педагогам, школярам та батькам.

У вступі визначено актуальність теми, об'єкт, предмет, мету дослідження, гіпотезу та методи дослідження. Окреслено теоретичне та практичне значення, наукову новизну дослідження. Подано інформацію щодо бази проведення експерименту та короткий опис апробації результатів.

У першому розділі здійснено аналіз фундаментальної психологічної літератури з проблеми дослідження, охарактеризовано сутність основних понять та психологічні особливості емоційного інтелекту; виділено структуру емоційного інтелекту; визначено емоційний інтелект засобом успішної самореалізації особистості.

У другому розділі проаналізовано психологічні особливості емоційного інтелекту молодших школярів; визначено особливості розвитку емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці; здійснено аналіз ігрової діяльності як засобу розвитку емоційного інтелекту особистості молодшого школяра.

У третьому розділі представлено процедуру та результати проведеного експериментального дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій.

Ключові слова: емоційний інтелект, молодший шкільний вік, гра, ігрова діяльність, ігрові технології.

ANNOTATION

The master's thesis is devoted to the study of the problem of developing the emotional intelligence of junior schoolchildren through game technologies.

The object of research is emotional intelligence.

Subject of research: psychological features of emotional intelligence of junior schoolchildren.

Purpose: to determine and substantiate the psychological features of the development of emotional intelligence of primary schoolchildren by means of game technologies.

The practical significance of the results obtained is the possibility of using the materials of the master's thesis in counseling and developmental work with younger students and their psychological support; in educational and preventive measures offered to teachers, students and parents.

The introduction defines the relevance of the topic, object, subject, purpose of the study, hypothesis and research methods. The theoretical and practical significance and scientific novelty of the study are outlined. Information on the basis of the experiment and a brief description of the results testing are provided.

The first chapter analyzes the fundamental psychological literature on the research problem, characterizes the essence of the basic concepts and psychological features of emotional intelligence; identifies the structure of emotional intelligence; defines emotional intelligence as a means of successful self-realization of the individual.

The second section analyzes the psychological features of emotional intelligence of primary schoolchildren; recognizes the peculiarities of the development of emotional intelligence in primary school age; analyzes the game activity as a means of developing the emotional intelligence of a primary schoolchild.

The third section presents the procedure and results of the experimental study of the psychological peculiarities of the development of emotional intelligence of primary schoolchildren by means of game technologies.

Key words: emotional intelligence, primary school age, game, game activity, game technologies

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ.....	9
1.1. Психологічні особливості емоційного інтелекту.....	9
1.2. Емоційний інтелект – засіб успішної самореалізації особистості....	25
РОЗДІЛ II ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	36
2.1. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів.....	36
2.2. Ігрова діяльність як засіб розвитку емоційного інтелекту особистості молодшого школяра	47
РОЗДІЛ III ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАОБАМИ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....	58
3.1. Обґрунтування методик дослідження	58
3.2. Аналіз результатів дослідження	62
ВИСНОВОК	77
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	81
ДОДАТКИ	86

ВСТУП

Підвищення вимог до сучасної загальноосвітньої школи обумовило необхідність вирішення проблеми розвитку емоційного інтелекту молодших школярів, яка тісно пов'язана із завданням активізації розумової діяльності та формуванням пізнавальної самостійності молодших школярів.

Розвиток сучасного суспільства, нова українська школа наголошують на необхідності формування особистості, здатної активно й ефективно ініціювати та підтримувати комунікативний процес. Складовою ефективною взаємодії людей один з одним є емоційний інтелект. Такі процеси як керівництво власними емоціями та емоціями іншої людини, є особливими та складними процесами, та, не дивлячись на те, що систематично сприяють взаємодії між людьми, представляють багатогранне, але не до кінця вивчене явище.

Молодші школярі, які не вміють керувати своїми почуттями, стикаються з проблемами комунікації з дорослими та однокласниками, а також з неуспішністю у школі. Разом з тим, молодший шкільний вік, є сенситивним періодом для розвитку емоційного інтелекту. Цей віковий період характеризується особливою емоційною вразливістю, сприйнятливістю, чуйністю.

Проблема емоційного інтелекту у контексті емоційних здібностей розглядалася у зарубіжних працях Дж. Майера, П. Саловея, Д. Карузо, теорія емоційної компетентності висвітлена у праці Д. Гоулмена, когнітивна теорія емоційного інтелекту представлена у роботі Р. Бар-Она. В Україні проблемою емоційного інтелекту займалися вчені І. Аршава, О. Власова, С. Дерев'янку, Н. Коврига, Е. Носенко.

Аналіз наукових джерел засвідчує, що аспект розвитку емоційного інтелекту засобами ігрових технологій та перспективи його використання в освітньому процесі початкової школи є недостатньо дослідженим. Аналіз психолого-педагогічних праць дозволяє зробити висновок, що використання ігрових технологій у навчанні створює сприятливі умови для розвитку емоційного інтелекту молодших школярів, розвиває пізнавальний інтерес до

вивчення предметів початкової школи. Однак, як свідчить аналіз психолого-педагогічної літератури, питання комплексного вивчення емоційного інтелекту в навчально-пізнавальній діяльності висвітлені недостатньо.

Об'єкт дослідження – емоційний інтелект.

Предмет дослідження: психологічні особливості емоційного інтелекту молодших школярів.

Мета – визначити й обґрунтувати психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні про те, що:

- 1) показником розвитку емоційного інтелекту молодших школярів є здатність визначати емоції, враховуючи емоційний стан у власній діяльності, орієнтуватися на емоції інших людей у процесі організації взаємодії;
- 2) психологічними особливостями розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій є: емоційно-ціннісне ставлення до іншої людини, обумовлене потребою в єднанні з нею; емоційно забарвлені уявлення і знання про взаємовідносини на засадах справедливості, людяності, відповідальності, людської гідності; поява свідомих компонентів образу «Я».

Для перевірки гіпотези та досягнення мети дослідження були поставлені наступні **завдання**:

1) здійснити теоретичний аналіз підходів до вивчення проблеми емоційного інтелекту молодших школярів у розробках вітчизняних та зарубіжних дослідників;

2) на основі аналізу літератури охарактеризувати психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів;

3) експериментально дослідити психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій;

4) на основі теоретичного та емпіричного дослідження обґрунтувати психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій.

Методологічною та теоретичною основою роботи є теоретико-методологічні положення психології щодо дослідження місця і ролі емоцій у когнітивних процесах (зокрема цій темі присвячено праці Г. Березюк, Боковець, В. Зарицька, та ін.); взаємозв'язкам емоційних та розумових процесів (праці Ж. Ігнатенко, О. Собченко, М. Шпак та ін.); соціально-адаптаційному потенціалу емоційного інтелекту (наукові роботи Е. Носенко, Н. Ковриги); дослідженню окремих особливостей емоційно-інтелектуального розвитку учнів молодшої ланки (праці О. Мельник).

Для вирішення поставлених завдань та перевірки гіпотези була розроблена програма дослідження, реалізація якої передбачала застосування комплексу експериментальних **методів**: для теоретичного дослідження проблеми – аналіз, синтез, класифікація, зіставлення, узагальнення даних; для проведення емпіричного дослідження – опитувальник Г. Холла «Діагностика емоційного інтелекту», методика Т. Котик «Назвіть почуття, що переживає людина», багатофакторний особистісний опитувальник Р. Б. Кеттела (дитячий варіант), бесіда, методика оцінки рівня розвитку моральної свідомості Л. Колберга, методику «Закінчи речення», метод експертних оцінок, методика В. Бойко «Діагностика перешкод у встановленні емоційних контактів»

Дослідницька робота виконувалась на базі Опорного закладу загальної середньої освіти I-III ступенів с. Шрамківка Золотоніського району Черкаської області. Дослідження проводилось протягом 2022-2023 років. У експерименті охоплено 60 молодших школярів, які навчаються у 3 класі. В дослідженні також взяло участь 60 батьків (мама чи тато досліджуваних школярів, з них 40 сімей повні, 20 – не повні) і 2 класні керівники. Загальна чисельність вибірки складала 122 чоловік.

Достовірність і надійність результатів дослідження забезпечувались методологічною та теоретичною обґрунтованістю гіпотези, відповідністю діагностичного матеріалу критеріям надійності та валідності.

Теоретичне значення та наукова новизна полягає в: поглибленні вивчення емоційного інтелекту, визначенні й обґрунтуванні психологічних особливостей емоційного інтелекту молодших школярів. Вперше описано психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту у молодшому шкільному віці засобами ігрових технологій.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості використання матеріалів магістерської роботи в консультативній та розвитковій роботі з молодшими школярами та психологічного їх супроводу; у просвітницьких, профілактичних заходах, пропонованих педагогам, школярам та батькам.

Результати дослідження були апробовані на:

1. XIII Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічні особливості переживання ситуації невизначеності» (16-17 березня 2023 року, м. Ніжин).

2. Всеукраїнський науковий полілог «Психопрофілактика агресивної поведінки здобувачів освіти в умовах сьогодення» (24 жовтня 2023 року, м. Черкаси).

Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури, додатків.

Розділ I. Теоретичні засади вивчення емоційного інтелекту

1.1. Психологічні особливості емоційного інтелекту

Психологічний аспект емоційного інтелекту в сучасному суспільстві є важливим і актуальним. Розуміння власних емоцій та вміння ефективно керувати ними, а також сприймання емоцій інших людей, є ключовими навичками для побудови успішних міжособистісних відносин та досягнення гармонії в соціумі. Дослідження психологічних аспектів емоційного інтелекту важливе для розвитку особистості та формування сприятливого клімату в суспільстві, що сприяє зростанню якісного рівня міжособистісних відносин.

Вітчизняні та зарубіжні дослідники вважають емоції невід'ємною частиною особистості та ключовим елементом її життя. Емоції визнаються як складна сутність людської психіки, що взаємодіє з різними аспектами життєдіяльності та впливає на ставлення до навколишнього середовища. Інтеграція досліджень емоцій в різні аспекти психології та сумісна співпраця вітчизняних та зарубіжних дослідників сприяють розумінню та розвитку цієї важливої сфери людської психіки.

Різні аспекти виявлення та вираження емоцій свідчать про їхню багатоаспектність та комплексність. Загалом, емоції виявляються та виражаються через різноманітні канали, охоплюючи як фізичні (підвищений пульс, пітливість, вираз обличчя, мову тіла, звукові сигналими (плач, сміх), а також зміни в рівнях хімічних речовин мозку, так і психічні (відчуття, почуття, емоційні реакції, дії, вчинки) прояви. Це є важливим аспектом для розуміння та взаємодії з власними емоціями, а також для сприйняття та взаєморозуміння інших людей.

Існує багато теорій, які пояснюють природу емоцій. Серед поширених пояснення, що емоції виникають не просто з фізіологічних реакцій, а з когнітивного оцінювання цих реакцій, тобто важливості інтерпретації та усвідомлення фізіологічних змін для виникнення емоційного стану.

Емоційний інтелект (EQ) виявляється особливо важливим для дітей молодшого шкільного віку, оскільки цей період є ключовим для формування основ психічного, емоційного та соціального розвитку. Емоційний інтелект впливає на різні аспекти дитячого життя і може мати важливі наслідки на наступних етапах розвитку. Забезпечення ефективного розвитку емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку важливо для їхнього загального благополуччя та подальшого успіху в навчанні та соціальних взаємодіях.

Дослідження підтверджують, що розвинений емоційний інтелект виявляється ключовим фактором для досягнення успіху та покращення якості міжособистісних відносин. Ось кілька ключових пунктів, які вказують на важливість емоційного інтелекту:

- Розуміння емоцій. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту зазвичай мають здатність глибоко розуміти свої власні почуття та емоції інших, що сприяє взаєморозумінню в міжособистісних відносинах.

- Регулювання емоцій. Здатність ефективно регулювати емоції може мати позитивний вплив на психічне благополуччя та здатність зосереджуватися на завданнях, сприяючи успішній пізнавальній діяльності.

- Розв'язання проблем. Люди з розвиненим емоційним інтелектом зазвичай ефективно розв'язують життєві проблеми, використовуючи свою емоційну компетентність для знаходження конструктивних рішень.

- Особистісний розвиток та досягнення цілей. Високий рівень розвитку емоційного інтелекту пов'язаний із здатністю досягати особистісного зростання та реалізації поставлених цілей.

- Міжособистісні відносини. Люди з високим EQ можуть легше розвивати позитивні та здорові міжособистісні відносини, бути сприйнятливими до потреб інших та розвивати емпатію.

Вказані аспекти, разом, визначають важливість емоційного інтелекту для повного та збалансованого розвитку особистості та успішної соціальної адаптації.

Дослідженню емоційного інтелекту присвячені праці як зарубіжних: Г. Гарднер, Дж. Майер, П. Саловей, Д. Карузо, Р. Бар-Он, Д. Слайтер, Д. Гоулман, Р. Купер, Г. Орме та ін.; так і вітчизняних авторів: Г. Г. Гарскова, Д. В. Люсін, Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига, О. І. Власова, І. М. Андрєєва, М. А. Манойлова, С. Д. Дерев'янка, М. А. Кузнецов, Н. Ю. Діомідова, М. М. Шпак та ін. Кожен з дослідників запропонував власну концепцію розуміння та бачення феномену емоційного інтелекту та вніс важливий вклад в дослідження його сутності та структури.

Зростанню інтересу та всебічне вивченню феномену емоційного інтелекту пов'язують з дослідженнями Говарда Гарднера, який вніс значний внесок у розвиток теорії інтелекту, як і в розуміння ролі емоцій у людському інтелекті. Він висунув концепцію мультифакторного інтелекту, що передбачала наявність різних видів інтелектуальних здібностей, які можуть існувати незалежно одна від одної. Серед них був і «психологічний інтелект», який покликаний пояснювати розуміння та вираження емоцій.

Гарднер у своїх роботах, зокрема у книзі «Фрейми розуму: Теорія множинного інтелекту», визначав важливість різних типів інтелекту, включаючи не лише лінгвістичний чи математичний інтелект, а й інтелект, пов'язаний з розумінням та керуванням емоціями. Його роботи сприяли розумінню того, що інтелект не може бути обмежений тільки когнітивними здібностями, і вони відкрили новий напрямок для досліджень, пов'язаних із зв'язком між емоціями та інтелектом. Концепція Гарднера є важливим етапом у формуванні наукового підґрунтя для подальших досліджень емоційного інтелекту, в якому емоції розглядаються як важливий елемент інтелектуальної діяльності [23]

Емоційний інтелект він поділяв на два види: внутрішньоособистісний (спрямований на власні емоції) та міжособистісний (спрямований на емоції інших людей). Внутрішньо-особистісний емоційний інтелект визначається, в основному, здатністю розуміти та управляти власними емоціями та почуттями. Це важливий аспект емоційного інтелекту, оскільки відображає

внутрішню самосвідомість та саморегуляцію [6] . Для Гарднера цей аспект інтелекту визначався здатністю людини сприймати свої власні емоції, розуміти їхні причини і виявляти емоційну самосвідомість. Він наділяє особистість здатністю ефективно функціонувати в житті, самореалізуватися та досягати успіху.

Міжособистісний емоційний інтелект – здатність розуміти, відчувати і ефективно взаємодіяти з емоціями інших людей. Міжособистісний емоційний інтелект важливий для успішної соціальної і ведучої життя. Це може сприяти в управлінні стосунками, розв'язанні конфліктів та підтримці позитивного клімату в комунікації. Під міжособистісним емоційним інтелектом Г. Гарднер розглядав здатність людини, що пов'язані з розумінням власних почуттів та емпатією до інших людей.

Дослідники Е. Торндайка та Р. Стернберга міжособистісний емоційний інтелект називають соціальним інтелектом, який пов'язаний із міжособистісною взаємодією та спілкуванням [16] .

Відповідно до Дж. Майер та П. Саловей, емоційний інтелект є групою ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій та емоцій оточуючих [29] .

Згідно з Д. Гоулмен, який вперше визначив концепцію емоційного інтелекту, саме емоційний інтелект сприяє особистісному зростанню та ефективності професійної діяльності. Описуючи важливість емоційного інтелекту Д. Гоулман звертає увагу на те, що завдяки емоційному інтелекту, людина здатна розпізнавати та називати власні емоції, що дозволяє їй більше усвідомлювати свої внутрішні переживання. включає в себе здатність розуміти, як емоції впливають на її мислення та її поведінкове реагування в різних ситуаціях, здатність відчувати та розуміти емоції інших, виявляти співпереживання та взаємодіяти у спосіб, що сприяє позитивним відносинам здатність управляти емоціями допомагає підтримувати внутрішню гармонію, що, в свою чергу, сприяє більш успішному досягненню особистих та професійних цілей. [36] .

Такий підхід до розуміння та розвитку емоційного інтелекту підкреслює його важливість для балансованого та задовільного життя в сучасному соціумі.

Вивчення емоційного інтелекту в контексті вітчизняної психології має свої передумови в роботах Л. С. Виготського, С. Л. Рубінштейна, О. М. Леонтьєва, О. Р. Лурія, Б. В. Зейгарник, О. К. Тихомирова та інших дослідників, що розкрили проблему єдності афекту (емоційно-афективних процесів) та інтелекту в системі психіки людини.

У своїй теорії розвитку Л. С. Виготський визначав важливість соціокультурного середовища для розвитку інтелекту та емоційно-афективної сфери. Він відзначав, що емоції та інтелект є нерозривно пов'язаними ігровими функціями, основним засобом розвитку у дитини.

Вклад у розуміння процесів регуляції та саморегуляції вніс С. Л. Рубінштейн, а О. Р. Лурія разом із Б. В. Зейгарником досліджували взаємозв'язок емоційної сфери та інтелекту у виконанні різних завдань. Так, Блума Всеволодівна Зейгарник внесла важливий внесок у вивчення взаємозв'язку афекту та інтелекту. Вона поглибила розуміння того, як емоції взаємодіють із мисленням і впливають на навчання та прийняття рішень. Важливим для Зейгарник було те, що мислення не може бути розглянуте відірваним від емоцій, мотивацій, установок і почуттів особистості в цілому. Дослідниця підкреслювала необхідність розуміння інтелектуальних процесів в контексті психологічних факторів, які включають емоції. Зейгарник була також відома своїми дослідженнями з питань ефекту, який отримав її ім'я (Зейгарник-ефект). Цей ефект стосується феномену того, що завдання або справи, які залишаються незавершеними, можуть залишатися сильніше в пам'яті людини порівняно з завданнями, які були успішно завершені. Цей ефект відображає вплив емоцій і мотивації на сприйняття та обробку інформації [17].

У дослідженнях, О. М. Леонтьєв та О. К. Тихомиров акцентували увагу на проблемах внутрішнього планування та передбачення, які впливають і

якими керують емоції. Також виявлено, що емоційна активізація є необхідною умовою продуктивної інтелектуальної діяльності [41].

Вперше термін емоційний інтелект у вітчизняній психології використано Г. Г. Гарсковою. Дослідниця вказує на те, що емоції та інтелект взаємодіють та взаємопов'язані в психічному функціонуванні людини. Оптимальне функціонування людини в суспільстві вимагає інтеграції емоційної та інтелектуальної сфер її життя. Взаємодія між емоціями та інтелектом є складною і багатогранною, і вона визначає складову частину психічної життєдіяльності людини [26].

Емоційний інтелект можна розглядати як здатність розуміти, виражати, регулювати та використовувати власні емоції, а також розпізнавати та взаємодіяти з емоціями інших людей. Це розуміння емоційного інтелекту визначає важливий аспект особистісного розвитку та соціального успіху, оскільки емоційний інтелект може впливати на міжособистісні відносини, лідерські якості, здатність вирішувати конфлікти та інші сфери життя.

Важливим аспектом емоційного інтелекту є усвідомлення, розуміння та ефективне використання емоцій в прийнятті рішень та в оцінці подій. Емоційний інтелект включає в себе здатність розпізнавати, розуміти та інтерпретувати власні та чужі емоції. Це означає вміння розпізнавати вирази обличчя, тіла, тон голосу та інші сигнали, які вказують на емоційний стан. Емоційний інтелект дозволяє особі диференціювати свої емоційні реакції та оцінки подій. Це включає усвідомлення та розуміння того, як різні події впливають на емоційний стан та відчуття. Емоційний інтелект також передбачає здатність осмислювати емоції, тобто розуміти їх походження, причини та можливі наслідки. Це допомагає визначити, чому певні емоції виникають та як їх можна керувати. Кінцевим результатом емоційного інтелекту є здатність приймати рішення на основі усвідомлення та аналізу емоцій. Це може включати у себе раціональне врахування емоцій в процесі прийняття рішень та здатність до адаптації до різних ситуацій. Отже, емоційний інтелект визначається не лише усвідомленням емоцій, але й їх

адекватним розумінням, оцінкою та використанням у прийнятті рішень та навіть у формуванні особистісного смислу подій.

Емоційний інтелект дійсно може включати в себе тонкі та неочевидні стратегії та способи взаємодії з іншими та оточуючим світом. Це може включати в себе емоційну проникливість, емпатію, вміння чутливо реагувати на емоційний стан оточуючих та вміння використовувати емоції для досягнення певних цілей.

Емоційний інтелект допомагає особистості досягати своїх цілей та задовольняти свої потреби через емоційно-інтелектуальні стратегії. Це може включати в себе вміння ефективно спілкуватися, вирішувати конфлікти, будувати стосунки, а також регулювати та адаптуватися до змін в емоційному середовищі.

Емоційний інтелект дійсно стосується внутрішнього світу особистості, включаючи її емоції, мотивації та особистісний смисл. Особливість емоційного інтелекту полягає в тому, що він враховує, як ці внутрішні процеси впливають на зовнішню поведінку та взаємодію з оточуючим світом.

Таким чином, емоційний інтелект, відображаючи внутрішній світ особистості та взаємодію з реальністю, стає ключовим компонентом для досягнення успіху у відносинах, професійному розвитку та загальному благополуччі [24].

На сьогодні емоційний інтелект став об'єктом широкого наукового дослідження, і вчені з усього світу працюють над розумінням його природи, впливу та можливостей застосування. Різні підходи та концепції розглядають емоційний інтелект з різних точок зору.

Згідно поглядів Дж. Майера та П. Саловея, емоційний інтелект є формою соціального інтелекту, яка включає в себе здатність розпізнавати, розуміти та ефективно використовувати емоції, як власні, так і інших осіб, для досягнення певних цілей та покращення взаємин [32].

Ключовими якостями емоційного інтелекту є емпатія та співчуття, розрізнення власних почуттів, баланс між емоціями та розумом, а також

висока самоповага та самосприйняття. Ці якості взаємодіють між собою, допомагаючи в особистісному розвитку та формуванні сприятливого емоційного клімату. Розвиток цих аспектів може позитивно впливати на міжособистісні відносини, самоусвідомлення та загальний рівень емоційного благополуччя [36].

Таким чином, у вигляді моделі здібностей з акцентом на перетині пізнання та емоцій, Дж. Майер та П. Саловой вбачають емоційний інтелект.

Іншу, змішану модель соціального інтелекту описують Р. Бар-Он та Д. Гоулман. Ця модель трактує емоційний інтелект через призму сукупності розумових та особистісних якостей.

Згідно з Р. Бар-Он, емоційний інтелект є сукупністю некогнітивних здібностей, знання та компетентності, що дають можливість людині успішно справлятися з різними життєвими ситуаціями [28].

Дослідник виокремлює наступні компоненти емоційного інтелекту:

- 1) самопізнання – усвідомлення своїх емоцій, впевненість в собі, самоповага, самореалізація, незаежність;
- 2) навички міжособистісного спілкування – емпатія, соціальна відповідальність та взаєморозуміння;
- 3) здатність до адаптації – вміння вирішувати проблеми, проявляти гнучкість, реально оцінювати ситуацію, пристосовуватись до нових умов;
- 4) управління стресовими ситуаціями – стресостійкість, контроль за імпульсивністю;
- 5) переважаючий настрій: щастя, оптимізм [61].

Авто розглядає емоційно здібну людину як індивіда з високим рівнем адаптаційного потенціалу, що виявляється в ряді характеристик та навичок: здатності ефективно управляти своїми емоціями та не реагувати імпульсивно на стресові ситуації (толерантність допомагає відкрито ставитися до різноманітності та витримувати труднощі), здатність розрізняти фактори, які викликають стрес, і розробляти конструктивні стратегії їх подолання, здатність виходити за межі стандартних рішень та шукати адаптивні варіанти,

реалістичний підхід до сприйняття навколишнього світу та власних можливостей. Емоційно здібна людина може розрізняти між емоційними переживаннями та об'єктивною реальністю

Такий підхід, що об'єднує розумові та особистісні якості в рамках моделі емоційного інтелекту, відзначається комплексним розглядом інтелекту та емоцій як взаємодіючих аспектів людської особистості. Така модель покликана відображати не лише когнітивні здібності, але і емоційні та соціальні аспекти, що важливі для успішної адаптації та задоволення життям. Розумові якості можуть включати аналітичні здібності, творчий підхід до розв'язання проблем, критичне мислення та інші аспекти інтелекту, які впливають на сприйняття та обробку інформації. Особистісні якості можуть включати емоційну стабільність, емпатію, соціальну компетентність, вміння управляти стресом та інші навички, які сприяють гармонійним міжособистісним відносинам та самопізнанню. Таким чином, дана модель дозволяє враховувати всі аспекти людської інтелектуальної та емоційної компетентності, розглядаючи їх як взаємодоповнюючі складові, що сприяють адаптації та життєвому задоволенню.

Д. Гоулман розглядає емоційний інтелект як здатність усвідомлювати власні емоції, вміння керувати ними, спроможність мотивувати себе до діяльності, розпізнавати та розуміти емоції, які виникають в інших людей, проявляти емпатію та вміння підтримувати дружні стосунки з оточуючими [47].

Структура емоційного інтелекту Д. Гоулмана включає наступні компоненти:

1) емоційна самосвідомість – це частина емоційного інтелекту, яка відноситься до усвідомлення власних емоцій та передбачає здатність розпізнавати, розуміти та виражати власні емоції;

2) самоконтроль – здатності людини управляти своєю поведінкою, емоціями та реакціями в різних ситуаціях, що сприяє підвищенню рівня емоційного благополуччя та адаптації в різних життєвих обставинах;

3) соціальна чутливість – це здатність розпізнавати, розуміти і враховувати емоційні стани, потреби та перспективи інших людей в соціальних ситуаціях, тобто співпереживання, прояв емпатії;

4) управління стосунками – навичка ефективного взаємодії з іншими людьми, враховуючи їхні емоції, потреби та очікування, що передбачає наявність таких здатностей як: натхнення, вплив, сприяння змінам, урегулювання конфліктів, командна робота та співпраця [24].

Таким чином, загальний підхід до розуміння емоційного інтелекту в змішаних моделях розглядає його як комплексну конструкцію, що об'єднує розумові, особистісні, мотиваційно-вольові, соціальні та самосвідомість риси. Такий підхід враховує широкий спектр аспектів, що взаємодіють у формуванні і виявленні емоційного інтелекту. Важливою частиною цього підходу є розуміння, що емоційний інтелект не обмежується лише розпізнаванням та управлінням власними емоціями. Він також включає в себе вміння розпізнавати та реагувати на емоції інших, розбірливість в міжособистісних ситуаціях, управління власними та спільними емоціями, а також ефективну соціальну адаптацію.

Підхід К. В. Петрідеса та Е. Фернгема, який розглядає емоційний інтелект як рису особистості та здібність до обробки емоційної інформації, покладає акцент на концепції «емоційної самоефективності». Цей конструкт визначається через впевненість людини у своїх здібностях у сфері емпатії, асертивності, соціального та внутрішньо-особистісного інтелекту, а також емоційного інтелекту. Є кілька ключових елементів, які можна виділити в цьому підході:

- Розгляд емоційного інтелекту як риси особистості підкреслює, що він є стійкою та внутрішньою характеристикою особистості, а не просто набором навичок.
- Акцент на здібностях до обробки емоційної інформації вказує на важливість уміння розпізнавати, розуміти та реагувати на емоції, які виникають в себе та в інших.

- Використання терміну «емоційна самоефективність» вказує на впевненість особистості у власних здібностях в сфері емоційної інтелігентності [38].

Цей підхід дозволяє враховувати важливість внутрішніх ресурсів та переконань особистості у власних можливостях у сфері емоційного інтелекту. Особистісний компонент підкреслює, що емоційний інтелект може бути глибоко вбудованим в характер та стиль життя особистості [27].

Згідно поглядів Д. В. Люсіна, здатність розуміти емоції та управляти ними та загальна спрямованість особистості на емоційну сферу взаємопов'язані. Інтерес до внутрішнього світу людей, включаючи власний, може визначати ступінь глибини та розуміння емоцій. Схильність до психологічного аналізу поведінки та цінностей, які приписуються емоційним переживанням, також грає важливу роль у розвитку емоційного інтелекту. Особистісна спрямованість на емоційну сферу може включати в себе багато аспектів, такі як емпатія, інтерес до міжособистісних відносин, здатність до саморефлексії та розвитку емпатичного розуміння емоцій. Всі ці аспекти сприяють формуванню комплексної спроможності взаємодії з власними та емоціями інших людей в психологічно адаптивний спосіб.

Таким чином, емоційний інтелект дійсно є конструктом з подвійною природою, що об'єднує когнітивні (розумові) здібності та особистісні характеристики. Це включає в себе здатність розуміти та управляти емоціями (когнітивна складова), а також особистісні якості, такі як емпатія, соціальна чутливість і уміння взаємодіяти з іншими людьми (особистісна складова). Цей підхід дозволяє більш повноцінно розуміти, що емоційний інтелект включає в себе не лише здібності до розпізнавання і управління емоціями, але й має глибокі зв'язки з характеристиками особистості, які визначають, як людина взаємодіє з собою та іншими в соціальних ситуаціях [29].

Дослідження Е. Л. Носенко та Н. В. Ковриги підкреслює важливість розглядання емоційного інтелекту як аспекту виявлення внутрішнього світу особистості. Вони визначають його як міру розуміння ставлення людини до

світу, до інших і до себе як суб'єкта життєдіяльності. Емоційний інтелект у їхньому підході має внутрішні (диспозиційні) та зовнішні (проявляються в ознаках перебігу емоційного процесу) компоненти, які визначають стресозахисну та адаптивну функції цієї особистісної властивості.

Внутрішній аспект емоційного інтелекту може включати в себе особистісні риси, які визначають спосіб, як людина сприймає та реагує на емоції власні та інших. Це може включати розуміння власних емоцій, їх природи та впливу на поведінку та прийняття рішень.

Міжособистісний аспект емоційного інтелекту означає вміння взаємодіяти з іншими людьми в емоційній сфері. Це може включати емпатію, розуміння та адаптацію до емоцій інших осіб, а також вміння ефективно спілкуватися та вирішувати конфлікти.

Такий підхід дозволяє розглядати емоційний інтелект в широкому контексті, враховуючи не лише внутрішні процеси особистості, але і її взаємодію з оточенням, що робить його більш комплексним та зорієнтованим на адаптацію до соціальних ситуацій [34].

Внутрішньо-особистісний емоційний інтелект означає здатність самоорганізації та саморегуляції у власній емоційній сфері. Людина, яка розвинула внутрішньо-особистісний емоційний інтелект, може ефективно керувати своїми емоціями для досягнення конкретних цілей, має вміння упорядковувати власне середовище та адаптуватися до нього.

Найнижчому, базовому, рівню сформованості емоційного інтелекту відповідає здійснення емоційного реагування по механізму умовного рефлексу, що свідчить про автоматизовані реакції на певні стимули без значного усвідомлення чи регуляції з боку особистості. Цей рівень може бути важливим для розуміння базових емоційних реакцій та їхнього впливу на поведінку, але розвиток емоційного інтелекту може передбачати переходження на більш високі рівні усвідомленості та регуляції.

Середньому рівню сформованості емоційного інтелекту відповідає здійснення зовнішньої активності доволіно, що характеризується більшою

свідомістю та вольовим контролем над емоційною активністю. Це вже більш розвинений рівень емоційного інтелекту, що вказує на здатність більш свідомо та ефективно взаємодіяти з власними емоціями [29].

Опис найвищого рівня сформованості емоційного інтелекту вказує на високий рівень розвитку внутрішнього світу особистості та глибоку свідомість щодо власних емоцій і ефективного управління ними. Цей рівень свідчить про високий рівень розвитку емоційного інтелекту, що сприяє глибокій самопізнаності та успішній адаптації до різноманітних життєвих викликів.

Описаний рівень розвитку емоційного інтелекту вказує на глибоке внутрішнє усвідомлення особистістю власних цінностей, системи переконань і внутрішніх настанов. Особистість, що досягла цього рівня, володіє гармонійним співвіднесенням внутрішнього і зовнішнього, що означає, що її поведінка та реакції не залежать виключно від зовнішніх обставин або ситуаційних вимог. Цей рівень свідчить про високий рівень самосвідомості, емоційної стійкості та здатності до глибокого саморегулювання, що сприяє психологічному комфорту і гармонії в житті особистості [29].

Почуття психологічного благополуччя відображає внутрішній стан і задоволеність особистістю її власним життям. Це ставлення до себе і своїх можливостей, яке виникає на основі різних факторів, включаючи емоційний інтелект. Високий рівень емоційного інтелекту може сприяти позитивному психологічному благополуччю, оскільки він включає у себе такі аспекти, як розуміння та управління власними емоціями, взаємодія з іншими людьми, розв'язання конфліктів та уміння побудувати позитивні стосунки. Здатність розпізнавати витoki власних емоцій та емоцій інших людей, самоконтроль, підтримка доброзичливих стосунків та інші аспекти емоційного інтелекту можуть сприяти формуванню позитивного ставлення до себе та оточуючого світу. Також, здатність вибирати стратегії психологічного подолання ситуацій та ефективно спілкуватися може позитивно впливати на загальний рівень благополуччя. Отже, емоційний інтелект може бути важливим фактором, що впливає на почуття психологічного благополуччя особистості [29].

Манойлова М. А. розглядає емоційний інтелект як важливий аспект особистісного розвитку та міжособистісних відносин. Її класифікація внутрішньо-особистісних та міжособистісних аспектів емоційного інтелекту вказує на те, що емоційний інтелект є багатограним конструктом, який включає в себе різноманітні характеристики та навички. Внутрішньо-особистісний аспект емоційного інтелекту, який включає усвідомлення своїх почуттів, самооцінку, впевненість у собі, самоконтроль і інші риси, звертає увагу на внутрішній світ особистості. Ці якості можуть сприяти психологічній стійкості та ефективному взаємодії з власними емоціями. Міжособистісний аспект емоційного інтелекту, включаючи комунікабельність, емпатію, здатність розуміти та розвивати інтереси інших людей, може сприяти успішним міжособистісним відносинам, ефективній комунікації та спільній діяльності в групах чи колективах. Цей поділ на внутрішньо-особистісний та міжособистісний аспекти враховує, що емоційний інтелект впливає не лише на внутрішній світ особистості, але й на її взаємодію зі світом навколо неї, що може бути важливим для різних аспектів життя та професійної діяльності [43].

І. М. Андреева внесла важливий вклад у розуміння емоційного інтелекту, пропонуючи інтегративну модель, яка враховує різні аспекти та взаємозв'язки цього конструкту з іншими аспектами інтелекту та особистісних рис. Згідно з її моделлю, емоційний інтелект має ієрархічну структуру, яка включає наступні рівні:

- Емоційний інтелект як «можливість». На цьому рівні розглядається емоційний інтелект як здатність або потенціал, що притаманний кожній особі. Це може вказувати на загальну схильність до емоційної гнучкості та розуміння емоційних аспектів життя.

- Емоційний інтелект як когнітивно-особистісне утворення. Цей рівень враховує, як емоційний інтелект взаємодіє з когнітивними та особистісними характеристиками особистості. Важливою є не лише сама здатність розуміти та управляти емоціями, але і, можливо, як це пов'язано з іншими аспектами інтелекту.

- Емоційний інтелект у взаємозв'язку з іншими особистісними властивостями. На цьому рівні розглядається взаємодія емоційного інтелекту з іншими ключовими аспектами особистості, такими як мотивація, цінності, соціальна компетентність та інші [26].

Ця інтегративна модель дозволяє враховувати різноманітні аспекти емоційного інтелекту та його взаємодію з іншими складовими людського інтелекту та особистісного розвитку.

Емоційний інтелект суб'єкта діяльності включає в себе розгляд емоційних здібностей як частини природних можливостей когнітивних процесів індивіда. Розглядання емоційного інтелекту через призму вроджених задатків емоційних здібностей і темпераменту є одним із підходів до розуміння та визначення цього конструкту. Автор виділяє дві складові емоційного інтелекту суб'єкта діяльності:

1) інструментальний емоційний інтелект – поєднання інтелектуальних здібностей та емоційної компетентності з метою вирішення практичних завдань. Цей аспект емоційного інтелекту проявляється у здатності людини ефективно використовувати свої емоції та емоційні знання для досягнення конкретних цілей чи вирішення завдань у реальному житті;

2) індивідуально-особистісний (рефлексивний) емоційний інтелект відображає уявлення людини про рівень її власного емоційного інтелекту. Цей аспект включає в себе свідомість особистості щодо її емоційних здібностей, усвідомлення власних емоцій та відповідей на них. Ключовим елементом є рефлексія, тобто здатність самоаналізу та усвідомлення власних емоційних процесів.

На основі даної моделі емоційного інтелекту, автор розглядає інтегральний емоційний інтелект, як визначено в даній моделі, дійсно включає в себе різноманітні аспекти розумових та особистісних характеристик, спрямованих на розуміння та управління емоціями. Ця концепція відображає комплексність емоційного інтелекту і враховує взаємодію різних аспектів, які сприяють адаптації індивіда в різних ситуаціях життя [1].

Дослідження А. Г. Четверик-Бурчак, вказує на важливість внутрішньо-особистісного компонента емоційного інтелекту і його вплив на життєву позицію та самосвідомість особистості. Цей компонент включає в себе аспекти, такі як самосвідомість, самоконтроль, активність, гнучкість, та інші, які сприяють формуванню активної життєвої позиції та задоволеності собою. Особистість здатна ефективно взаємодіяти з оточенням, приймати рішення та прагнути до самовдосконалення завдяки розвинутому внутрішньо-особистісному компоненту емоційного інтелекту, позитивний вплив емоційного інтелекту на самосвідомість та внутрішню гармонію особистості, що в свою чергу може позитивно впливати на її життєвий досвід та задоволеність життям.

Міжособистісний компонент емоційного інтелекту потенційно впливає на успішність у взаємодії з іншими є дуже важливим і відображає основні аспекти ролі цього компонента в соціальному житті людини. Успішні міжособистісні взаємини мають ключове значення для психологічного та соціального благополуччя, і розвинений міжособистісний емоційний інтелект може сприяти створенню позитивного соціального середовища. Здатність контролювати свої емоції та реакції під час спілкування з іншими є важливою для побудови ефективних стосунків і уникнення конфліктів. Це сприяє формуванню ефективних комунікативних стратегій та сприяє побудові взаєморозуміння. Емпатія сприяє здатності відчувати та розуміти емоції інших, що є основою побудови взаєморозуміння та підтримки в міжособистісних відносинах. розвинений міжособистісний компонент емоційного інтелекту сприяє взаєморозумінню, конструктивному спілкуванню та підтримці позитивних взаємин, що впливає на загальне благополуччя та задоволеність життям [16].

Отже, вивчення зарубіжної та вітчизняної літератури з проблеми дослідження психологічних особливостей емоційного інтелекту показало, що на сьогодні існують різні підходи до концептуалізації поняття емоційний інтелект, розуміння його змісту та структури.

Спільною ознакою у визначенні емоційного інтелекту є розуміння його як здатності до ідентифікації, розуміння емоцій і управління ними.

Внутрішньо-особистісний та міжособистісний аспекти емоційного інтелекту виділяють як зарубіжні, так і вітчизняні дослідники.

Таким чином, емоційний інтелект – це інтегральна властивість особистості, яка сприяє її гармонійному розвитку, покращенню міжособистісної взаємодії та відкриває для особистості широкі можливості для самореалізації та розкриття свого потенціалу.

Розуміння психологічних особливостей емоційного інтелекту відкриває широкі можливості для реалізації особистості та має важливе практичне значення для психології.

1.2. Емоційний інтелект – засіб успішної самореалізації особистості

Виникнення емоцій пов'язане з активацією конкретних структур мозку та функціонуванням нервової системи. Гіпоталамус відіграє ключову роль у виникненні емоцій, оскільки є «центром керування і творення емоцій». Збудження гіпоталамуса та відповідних центрів симпатичної та парасимпатичної нервової системи може викликати появу різних емоцій. Позитивні та негативні емоції можуть мати відмінні фізіологічні прояви. Емоції радості можуть викликати збільшення активності симпатичної нервової системи, збільшення серцевого ритму та вивільнення ендорфінів – речовин, що зумовлюють почуття щастя. З іншого боку, емоції страху часто супроводжуються активацією парасимпатичної нервової системи, що може призвести до зменшення серцевого ритму та інших фізіологічних змін, пов'язаних з готовністю до втечі або захисту.

Мімічні ознаки, рухи, поведінка та самопочуття є способами вираження емоцій на поведінковому та фізіологічному рівнях. Це може включати зміни в обличчі (міміка), жестах, голосовому тоні, а також впливати на рівень енергії

та активності людини. Всі ці аспекти взаємодіють, утворюючи комплексний механізм виникнення, вираження та регулювання емоцій. [1].

Емоції впливають на різні аспекти людського існування, включаючи психічну організацію, комунікативні взаємодії та адаптивні процеси. Вони є не просто фізіологічними реакціями, але також мають соціокультурний контекст. Сприйняття і вираження емоцій часто формується під впливом культурних стандартів, соціальних норм, індивідуального досвіду та взаємодій з оточуючим середовищем. Концепція К. Ізарда, яка розглядає емоції як багатокомпонентне явище, враховує різноманіття феноменів, які можуть бути включені в емоційний досвід. Адаптаційний і мотиваційний компоненти є важливими аспектами, оскільки емоції часто служать адаптаційною реакцією на зовнішні подразники та мотивують певні види поведінки. Дослідження в галузі емоцій відкриває широкий спектр аспектів, включаючи їхні фізіологічні, психологічні та соціокультурні аспекти, і допомагає краще зрозуміти, як емоції впливають на людське життя і взаємодіють з різними аспектами нашого існування [1].

Спроби розуміти, як людина керує своїми емоціями, а також вміє розпізнавати та взаємодіяти з емоціями інших, стали основою для розвитку концепції емоційного інтелекту. Дж. Мейєр та П. Селовей визначили емоційний інтелект як здатність розпізнавати, розуміти і керувати власними емоціями, а також емпатію та вміння взаємодіяти з емоціями інших людей. Емоційний інтелект включає в себе низку компетенцій, таких як самовладарювання, соціальна компетентність, міжособистісні навички, спроможність вирішувати конфлікти та інші. Це поняття стало основою для багатьох досліджень і розвитку тренінгів для підвищення емоційного інтелекту. У сучасному світі розуміння та розвиток емоційного інтелекту має важливе значення для особистісного зростання, покращення взаємодії в колективі, управління стресом та конфліктами. Цей підхід активно застосовується в освіті, бізнесі, а також у роботі з особистісним розвитком.

Концепція емоційного інтелекту, яку вчені розглядали як інтегральну властивість особистості, підкреслює значущість цього поняття в контексті успішності людини у різних сферах діяльності. Особливо важливий аспект, який включає в себе здатність керувати власними емоціями, уникати негативних вибухів та ефективно взаємодіяти з власними почуттями. Це означає здатність використовувати емоційні сигнали для прийняття рішень, вирішення завдань та ефективного мислення.

З таким розумінням емоційного інтелекту, це стає ключовим фактором, що сприяє успіху в соціальних взаємодіях, розв'язанні конфліктів, лідерстві та інших сферах життя. Ця модель підкреслює важливість емоційних навичок у формуванні і реалізації особистісного потенціалу. Це еволюція розуміння емоційного інтелекту вказує на постійний розвиток та удосконалення підходів в психологічних дослідженнях. Додавання когнітивних здібностей, пов'язаних з переробкою емоційної інформації, у склад емоційного інтелекту розширює його область та визначає більш комплексний підхід до розуміння цього концепту.

Ця трансформація може вказувати на те, що для повного розуміння та використання емоційного інтелекту необхідно враховувати не лише емоційні навички, але й когнітивні аспекти, пов'язані з обробкою інформації про емоції. Особливо важливим стає розуміння та використання цієї інформації для прийняття рішень, вирішення завдань і взаємодії з оточуючим середовищем.

Ця глибша інтеграція когнітивних аспектів підкреслює важливість того, як людина сприймає, обробляє та використовує інформацію про емоції для своєї поведінки та взаємодії з іншими. Вона також підсилює ідею, що емоційний інтелект не є відокремленим від інших аспектів інтелекту, але є важливою частиною загального інтелектуального розвитку особистості.

Отже, структурними складниками емоційного інтелекту є когнітивні здібності, які пов'язані з переробкою емоційної інформації [1]:

- ідентифікація емоцій – полягає у здатності доцільно виражати й розпізнавати емоції;

- емоційне сприяння мисленню – характеризується здатністю викликати емоції, які корисні та допомагають вирішити розумові завдання;
- розуміння емоцій – здатність ідентифікувати та диференціювати складні емоції, розуміти причини виникнення певних емоцій;
- керування емоціями – здібність, яка полягає в здатності зберігати і змінювати власний емоційний стан, в тому числі, емоційний стан і інших людей [1]

Концептуальна модель емоційно-інтелектуальних здібностей, стала важливим етапом у розумінні ролі емоцій у житті людини та в її успіху. Д. Гоулман вніс значний внесок у розуміння ролі емоцій у житті людини, особливо у контексті її успіху. Він визнав важливість емоційного інтелекту, стверджуючи, що він грає ключову роль у досягненні життєвого успіху, поруч із традиційними інтелектуальними здібностями

Одним із ключових внесків Гоулмана є визначення компонентів емоційного інтелекту, а саме:

Self-Awareness – здатність розпізнавати та розуміти власні емоції.

Self-Regulation – здатність ефективно керувати власними емоціями та реагувати на емоційні виклики.

- Motivation – здатність встановлювати та досягати мети, навіть у важких умовах.
- Social Competence – Здатність взаємодіяти успішно з іншими, розуміти їхні емоції та впливати на них.
- Empathy – здатність розуміти почуття та перспективи інших людей

Ці компоненти визначають різні аспекти емоційного інтелекту та покликані підкреслити його багатогранність та важливість у різних сферах життя. Гоулман вважав, що розвиток цих навичок є критичним для досягнення успіху в особистому та професійному житті.

Різні вчені та дослідники підходять до розуміння структури емоційного інтелекту (EQ) з різних точок зору. Розуміння структури EQ за П. Саловей, включає ряд здібностей:

- 1) Спроможність людини визначати та розпізнавати емоції, які вона переживає в конкретний момент. Це важливий елемент самосвідомості та основа для емоційної саморегуляції.
- 2) Здатність визначати емоції, які переживають інші люди. Це вимагає емпатії та розуміння соціальних сигналів, які вказують на емоційний стан інших.
- 3) Розуміння можливостей впливу емоцій на ментальні здібності та діяльність людини. Це означає використання емоцій як стимулу для досягнення мети та підтримання мотивації.

Ці аспекти враховують важливість не лише самосвідомості та саморегуляції, але й соціальної компетентності та мотивації. Вони підкреслюють, що емоційний інтелект не обмежується лише внутрішнім світом людини, а також включає її взаємодію з іншими та вплив на власний розвиток і досягнення мети.

Деніел Гоулман вважає, що емоційний інтелект є навичкою, яку можна розвивати та вдосконалювати протягом усього життя, і це може внести значний внесок у особистісний розвиток та життєвий успіх. Основні структурні складові емоційного інтелекту за Гоулманом включають:

- 1) Здатність розпізнавати та розуміти свої власні емоції, включаючи усвідомлення своїх сильних та слабких сторін.
- 2) Здатність ефективно керувати своїми емоціями та реагувати на емоційні виклики. Це включає в себе управління стресом, толерантність до невизначеності та здатність залишатися зосередженим.
- 3) Здатність розуміти та сприймати емоції інших людей. Вона включає в себе емпатію, тобто здатність почувати та розуміти почуття інших.

- 4) Здатність ефективно взаємодіяти з іншими, керувати конфліктами та встановлювати позитивні відносини. Це також включає в себе здатність мотивувати та впливати на інших.

Ці компоненти є ключовими для розуміння та розвитку емоційного інтелекту з позиції Гоулмана. Він вважає, що ці навички можна вдосконалювати та розвивати, що може призвести до покращення якості взаємодії з оточуючим світом та досягнення успіху в різних сферах життя.

Розуміння та розвиток самосвідомості в рамках емоційного інтелекту дійсно відіграє ключову роль в емоційній саморегуляції та соціальній компетентності. Це важлива навичка, яка дозволяє людині усвідомлювати свої емоції та визначати їхні джерела. Людина, яка може точно розпізнавати свої емоції, має перевагу в ефективній регуляції свого емоційного стану. Самосвідомість також дозволяє людині вибирати емоційно адекватний стиль поведінки у різних ситуаціях. Це може включати в себе вміння виявляти емпатію, виражати свої почуття чи взяти паузу для саморефлексії. Люди з високим рівнем самосвідомості реалістично усвідомлюють свої сильні та слабкі сторони. Це допомагає їм ефективніше використовувати свої сильні сторони та працювати над вдосконаленням слабкостей. Самосвідомість також сприяє формуванню реалістичного відношення до життя. Люди з цією якістю можуть більш об'єктивно сприймати події, уникати перебільшень та краще справлятися з життєвим стресом. Важливою частиною самосвідомості є цінність власної гідності. Людина, яка розуміє свою власну цінність, зазвичай має позитивне ставлення до себе та інших. Зазначений аспект самосвідомості дійсно сприяє емоційному інтелекту та може бути ключовим для досягнення успіху в особистому та професійному житті.

Самоконтроль за поглядами Д. Гоулмана, є високоякісним і відображає ключові аспекти складової соціального інтелекту. Здатність людини контролювати емоції є важливою для уникнення імпульсивних та руйнівних реакцій. Такий самоконтроль може допомагати людині зберігати холоднокров'я в стресових ситуаціях та приймати обдумані рішення. Здатність

впливати на свої емоції дозволяє ефективніше взаємодіяти з навколишнім середовищем та іншими людьми. Самоконтроль також включає в себе уміння висловлювати свої почуття адекватним чином. Люди із високим рівнем самоконтролю залишаються спокійними та розсудливими навіть в умовах стресу чи кризи. Вони можуть зберігати ясність розуму та ефективно діяти в умовах тиску. Люди з самоконтролем можуть виявляти відвертість з собою та іншими. Вони вірні своїм цінностям і можуть утримуватися від непродуктивних чи шкідливих дій. Гнучкість у пристосуванні та оптимізм є характеристиками людей з високим рівнем самоконтролю. Вони шукають різні способи досягнення цілей та можуть позитивно налаштувати себе та оточуючих. Люди з самоконтролем можуть бути орієнтовані на власну думку, що вказує на автономію та впевненість у власних переконаннях.

Здатність людей прислухатися не лише до власних переживань, а й до переживань чужих людей є соціальною чуйністю. Соціально чуйні люди не тільки відчувають власні емоції, але також мають здатність емпатії до емоцій інших. Це дозволяє їм легше розуміти потреби та переживання оточуючих. Здатність розпізнавати та розуміти різні емоції у себе та інших є важливою для ефективної комунікації та взаєморозуміння. Соціально чуйні люди можуть виявляти та реагувати на невербальні сигнали, що сприяє якісній взаємодії. Вони мають тенденцію до створення позитивного та підтримуючого емоційного середовища. Це може сприяти комфорту та взаємодії в колективі або взаємин в особистому житті. Здатність створювати комфортний емоційний клімат допомагає покращувати якість взаємин. Соціально чутливі люди можуть уникати конфліктів та допомагати іншим відчувати себе зрозумілими та підтриманими.

Під управлінням відносинами, Д. Гоулман розуміє здатність людей викликати реакцію та захоплювати шармом оточення. Саме такою бажаною поведінкою для інших, вони завоюють їх прихиліть, в той час – надихаючи інших.

Люди, що володіють управлінням відносинами, можуть ефективно впливати на інших, використовуючи свій шарм та привабливість. Вони здатні створювати позитивні враження та викликати зацікавленість у оточенні. Ця здатність дає можливість створювати ситуації, в яких інші люди відчувають симпатію, захоплення та натхнення. Лідери з високим рівнем управління відносинами зазвичай стають джерелом мотивації для інших.

Підсумовуючи, теорію Д. Гоулман про складові емоційного інтелекту, треба сказати, що кожен компонент відіграє важливу роль у структурі і найголовніше, що протягом життя кожна людина здатна розвивати й вдосконалювати усі компоненти і ця здатність свідчатиме про підвищення рівня емоційного інтелекту особистості [1].

Люди, що володіють управлінням відносинами, можуть ефективно впливати на інших, використовуючи свій шарм та привабливість. Вони здатні створювати позитивні враження та викликати зацікавленість у оточенні.

Ця здатність дає можливість створювати ситуації, в яких інші люди відчувають симпатію, захоплення та натхнення. Лідери з високим рівнем управління відносинами зазвичай стають джерелом мотивації для інших.

Здатність вибирати правильний тон та стиль спілкування дозволяє людині ефективно взаємодіяти з різними особистостями та ситуаціями. Це сприяє побудові позитивних відносин та униканню можливих конфліктів. Особи з високим рівнем управління відносинами проявляють інтерес до інших та можуть бачити у них потенційних вчителів чи наставників. Вони цінують та намагаються вивчати відмінності, що сприяє розвитку і взаємопідтримці в колективі. Хоча такі люди можуть змінювати свою думку, це може свідчити про їх гнучкість та відкритість для нових ідей. Вони також можуть виступати як «миротворці», здатні розглядати різні точки зору та вирішувати конфлікти у колективі. Взаємодія з оточенням та управління відносинами є ключовою складовою успіху в різних сферах життя, включаючи роботу, освіту та особисте життя. Такий підхід допомагає створити позитивний соціальний вплив та покращити ефективність комунікації.

Проаналізувавши теорії компонентів та складових емоційного інтелекту, які представлені у сучасних психологічних дослідженнях, можна підсумувати такі основні твердження щодо змісту поняття «емоційний інтелект», які частково описує у своїх роботах З. Мартович [7]:

Безперечно, емоційний інтелект (EQ) представляє собою складну і багатогранну концепцію, яка охоплює різні аспекти емоційного розуміння та керування. За аналізом теорій компонентів і складових емоційного інтелекту, можна сформулювати основні твердження які частково описує у своїх роботах З. Мартович [7]:

1. Емоційний інтелект як поняття загалом можна охарактеризувати як здатність людини до розпізнавання і розуміння власних почуттів й усвідомлення їх змісту.

2. Емоційний інтелект є невідомою частиною міжособистісних взаємин кожної людини чи групи людей.

3. Емоційний інтелект є здатністю регулювання власних емоцій та емоцій інших таким чином, посприяти успішній діяльності при цьому переборювати негативні емоції керуючись попереднім досвідом позитивних емоцій.

4. Емоційний інтелект можна розвивати й вдосконалювати за допомогою навчання, виховання та попереднього досвіду [7].

Варто зауважити, що у структурі емоційного інтелекту як психологічної характеристики, виділяють два аспекти, зокрема, внутрішньо-особистісний і міжособистісний.

Внутрішньоособистісний включає в себе такі особливості компоненти: самооцінка (здатність реалістично оцінювати свої сильні та слабкі сторони, визначати власні цінності і переконання), усвідомлення власних почуттів (здатність розпізнавати та розуміти власні емоції, включаючи їхнє походження та вплив на поведінку), впевненість у собі (віра у власні здібності та можливості, що допомагає впоратися з викликами та досягати цілей), терпимість (здатність терпимо ставитись до невдач та негараздів без втрати

емоційної стабільності), самоконтроль (здатність ефективно регулювати власні емоції та утримувати їх від негативного впливу на прийняття рішень), відповідальність (готовність приймати відповідальність за свої дії та їхні наслідки), мотивація досягнень (внутрішня опора для досягнення цілей та вдосконалення), оптимізація (здатність бачити позитивні сторони ситуацій та шукати конструктивні рішення), гнучкість (здатність адаптуватися до нових умов, змінювати свої думки та підходи). Міжособистісний компонент включає наступні компоненти: толерантність (здатність приймати інших людей такими, які вони є), комунікабельність (здатність ефективно спілкуватися з іншими, враховуючи їхні потреби та перспективи), відкритість (готовність вислуховувати та враховувати інші точки зору, відкритість для нових ідей і досвіду), діалогічність (здатність конструктивно взаємодіяти з іншими через відкритий і взаємний діалог.. Ці компоненти взаємодіють між собою, формуючи комплексний образ емоційного інтелекту, який може визначати емоційну компетентність особистості. [11].

О. Маляр виділяє основні чинники, які впливають на розвиток довільності емоційної регуляції молодших школярів: психофізіологічні (індивідуально-особистісні характеристики учня); психолого-педагогічні (ситуація шкільної взаємодії учня); соціально-психологічні (сімейна ситуація розвитку дитини); соціальні (вплив телепередач та комп'ютерних ігор на емоційні стани молодшого школяра) [4; 10].

Таким чином, розвиток емоційного інтелекту у дітей є важливим завданням для батьків, педагогів і практичних психологів. Емоційний інтелект включає в себе не лише розуміння та управління власними емоціями, але і ефективну взаємодію з емоціями інших. Це важливий аспект для побудови успішних міжособистісних відносин та соціальної адаптації.

Гра та ігрові технології виявляються дуже ефективними засобами для розвитку емоційного інтелекту у дітей. Ігри можуть допомагати дітям розпізнавати та ідентифікувати різні емоції, які вони відчувають і бачать в інших. Програючи різноманітні ролі або виконуючи завдання в грі, діти

можуть виражати свої емоції та вивчати різні способи їх вираження. Ігри можуть надавати можливість дітям вчитися керувати своїми емоціями, особливо у ситуаціях, що викликають стрес. Ігри, особливо ті, які передбачають групову діяльність, допомагають в розвитку соціальних навичок, таких як співпраця, розв'язання конфліктів та емпатія. Ігри можуть стати засобом вирішення ситуацій, пов'язаних з емоціями, і вчать дітей шукати конструктивні рішення. В ігровому середовищі діти можуть вивчати ефективні методи спілкування та взаємодії з іншими. Гра та ігрові технології створюють сприятливий контекст для емоційного вдосконалення, допомагають дітям відкривати та розуміти свої власні почуття та вчать ефективно взаємодіяти з іншими у різних ситуаціях.

Емоційний інтелект грає ключову роль у балансуванні емоцій, когніцій і відчуттів внутрішньої свободи та відповідальності за себе. Високий рівень емоційного інтелекту дозволяє зберігати гармонію та баланс між різними аспектами свого внутрішнього життя. Індивід, який має високий рівень емоційного інтелекту, здатний ефективно розпізнавати та регулювати свої емоції, що сприяє психологічному благополуччю.

Високий рівень емоційного інтелекту асоціюється із загальним щастям та відчуттям задоволення від життя тоді як низький емоційний інтелект може призводити до страху, самотності, нестабільності, почуття провини та депресії.

У молодшому шкільному віці розвивається довільність процесу регуляції власним емоційним станом та поведінкою, і за допомогою ігрових технологій можливо цьому навчати. Вцілому емоційна саморегуляція та розвиток емоційного інтелекту загалом забезпечують психологічне благополуччя дитини.

Розділ II. Психологічні особливості емоційного інтелекту молодших школярів.

2.1. Розвиток емоційного інтелекту у молодших школярів

Для успішної соціалізації, особистість повинна мати розвинений емоційний інтелект. Розвинений емоційний інтелект допомагає особистості усвідомлювати та керувати власними емоціями, розуміти емоційні потреби інших, а також сприяє взаєморозумінню та гармонійним міжособистісним відносинам [13, 38].

О. Мельник вважає, що «...одним з самих важливих напрямків розвитку дітей молодшого шкільного віку є формування орієнтації на іншу людину, оскільки через іншу людину молодші школярі відчують свої можливості соціальної взаємодії та отримують досвід, необхідний для побудови взаємовідносин з оточуючими. Під час навчання відбувається когнітивний розвиток, а емоційний інтелект, уміння будувати взаємовідносини, практично посідають менш важливе місце. У зв'язку з цим проблема розвитку емоційного інтелекту молодших школярів є дуже важливою у контексті нової української школи» [5].

Як стверджує Е. Носенко «...емоційний інтелект виконує не тільки інформаційну, але й особливу функцію у структурі мотивації дитини. Емоції, які виникають у складі мотивації, виконують важливу функцію визначення напрямку та способів її виконання. Перебіг подій, які відбуваються з молодшим школярем, навколо нього, стають більш значимими, ніж просто розуміння емоцій. Спираючись на власні емоції й емоції інших людей, у людини формується здатність розпізнавати й отримувати інформацію про те, що реально відбувається у житті суспільства» [26].

У вітчизняній психології ідея єдності інтелекту та афекту знайшла відображення в працях Л.Виготського, який прийшов до висновку про

існування динамічної смислової системи, що представляє собою єдність афективних та інтелектуальних процесів.

Ідея єдності інтелекту та афекту знайшла відображення в працях Лева Виготського. Його підхід до розуміння розвитку людської психіки базується на концепції єдності когнітивного та емоційного компонентів. Однією з ключових ідей Л. Виготського є поняття «зони найближчого розвитку», яке відображає різницю між тим, що дитина може робити самостійно та тим, що вона може робити за допомогою дорослого чи більш компетентного партнера. Виготський Л. С. визнавав важливість соціального середовища для розвитку і підкреслював, що взаємодія з іншими, особливо з дорослими, сприяє розвитку інтелекту та емоційної сфери дитини. Він вважав, що соціальний контекст визначає, як емоції та інтелект взаємодіють та розвиваються. Згідно з поглядами Виготського, розуміння та використання емоцій взаємодіє з інтелектом, і обидві сфери є нероздільними компонентами розвитку. Такий підхід спрямований на те, щоб розглядати людину як цілісну особистість, де емоції і розум взаємодіють та підтримують один одного у процесі навчання і розвитку. Єдність інтелекту і афекту за Л. Виготським, виявляється у взаємозв'язку і взаємовпливі цих сторін психіки на всіх етапах розвитку, та що цей зв'язок динамічний.

Згідно з Сергієм Рубінштейном, який розвивав ідеї Лева Виготського та вносив власний вклад у розуміння взаємодії емоцій та раціонального мислення. Він акцентував на тому, що мислення і емоції є нероздільними компонентами людської психіки. Рубінштейн стверджував, що розуміння світу, прийняття рішень і формування цілей не можуть бути відокремленими від емоційного відгуку. Він вважав, що саме емоції, стани афекту, грайливість мають величезний вплив на мислення, навчання та адаптацію.

Емоційний інтелект - це комплексні навички та властивості, які стосуються розуміння та ефективного використання емоцій, як своїх, так і інших. Таке розуміння емоційного інтелекту визначає його провідну роль у соціальних відносинах, комунікації та особистісному розвитку. Люди з

високим рівнем емоційного інтелекту зазвичай краще справляються зі стресом, мають успішні міжособистісні відносини та легше впораються з викликами, що виникають у повсякденному житті.

Емоційний інтелект включає здатність до глибокої емпатії, усвідомлення власних кордонів і повагу до кордонів інших, здатність розвивати і використовувати свої таланти, дарувати і отримувати любов і підтримку. Загалом, ці аспекти об'єднані у визначенні емоційного інтелекту і підкреслюють важливість не лише розуміння та керування власними емоціями, але і будівництва позитивних та здорових взаємовідносин з іншими людьми.

Молодший шкільний вік є періодом інтенсивного емоційного розвитку дитини, коли формуються основні соціальні та емоційні навички. Діти в цьому віці часто виявляють чутливість до зовнішніх впливів, таких як емоційна атмосфера вдома і в школі, ставлення однолітків та дорослих. Дитина розвивається в різних аспектах, включаючи когнітивний, емоційний і соціальний розвиток. Це період, коли у них відбувається активний пошук знань і формування основних навичок. Діти в цьому віці можуть демонструвати широкий спектр емоцій, від радості та цікавості до роздратування та неспокою. Важливо надавати можливості для вираження цих емоцій та навчання ефективним стратегіям їх управління. У взаємодії з однолітками та дорослими формуються соціальні емоції, такі як самолюбство (позитивне ставлення до себе) та здатність до співпереживання (відчуття і розуміння емоцій інших). В школі дитина вступає в новий соціальний контекст, де важливо навчитися взаємодіяти з різними людьми, розвивати навички співпраці та розуміти соціальні норми. Дитина вчиться вирішувати конфлікти, розуміти емоції оточуючих та розвивати навички спілкування. Здатність ефективно регулювати власні емоції та реагувати на емоції інших важлива для успішної соціалізації в школі. Під час цього періоду важливо створювати підтримливе середовище, яке сприяє емоційному розвитку та навчанню соціальним навичкам.

Розуміння власних емоцій і вчинків формує основу самосвідомості. Це включає в себе усвідомлення власних почуттів, бажань, цінностей та цілей. Самосвідомість також передбачає здатність розглядати власні думки і дії з боку, аналізувати свої вчинки та враховувати власні емоції. Це важлива навичка, яка дозволяє виходити за рамки власної перспективи і враховувати погляди, емоції та потреби інших. Це допомагає розвивати співчуття та емпатію. Самосвідомість розширюється на розуміння емоцій інших людей. Це важливо для побудови ефективних міжособистісних відносин. Ці якості можуть виникнути через розвинену самосвідомість і можуть виявлятися в болісних переживаннях, глибокому відчутті радості чи смутку, а також в сильному відгуку на соціальні події. Спроможність щиро виражати емоції свідчить про розвинену емоційну свободу і важлива для збереження емоційного здоров'я. Здатність враховувати емоції і потреби інших у спільній діяльності сприяє ефективній комунікації та співпраці. Ці аспекти взаємодіють і взаємопідтримують один одного, сприяючи повному емоційному розвитку та формуванню позитивних міжособистісних відносин [4, с. 90].

У молодшому шкільному віці емоційний інтелект виступає як ключова характеристика суб'єкта навчання. Здатність розуміти та управляти емоціями стає важливим фактором для успішного виконання навчальних завдань та адаптації до шкільного середовища. Дитина навчається розрізняти та розуміти свої емоції, а також вивчає, як впливати на них. Це включає в себе усвідомлення власних почуттів, вміння визначати, що їх викликає, і розрізняти між емоціями. Емоційний інтелект включає в себе навички саморегуляції, що дозволяє дитині ефективно взаємодіяти з іншими, вирішувати конфлікти та адаптуватися до нових ситуацій. Емоційний інтелект впливає на навчальну продуктивність та адаптацію до шкільного навчання. Здатність контролювати стрес, управляти емоціями під час виконання завдань та спілкування з однолітками та вчителями є ключовою для успішного навчання. Емоційний інтелект також впливає на розвиток соціальних навичок. Дитина вчиться спілкуватися з іншими, враховувати їхні почуття та емоції, що є важливим для

побудови позитивних взаємин. Узагальнюючи, емоційний інтелект на когнітивному рівні в молодшому шкільному віці сприяє навчальному процесу та соціальному розвитку дитини, формуючи основи для її успішного функціонування в шкільному середовищі.

Зі вступом до школи діти активно засвоюють нові знання та навички. Це сприяє розвитку їхнього когнітивного потенціалу та формуванню теоретичних форм мислення. Дитина розвиває інтелектуальну рефлексію, тобто здатність відділяти та аналізувати свої думки, розуміти причинно-наслідкові зв'язки і формулювати власні висновки. Молодші школярі починають усвідомлювати зміст своїх почуттів. Це означає, що вони можуть надавати словесний вираз своїм емоціям, розрізняти різні почуття та розуміти їхні причини. Інтелектуалізація афекту означає перетворення емоційних вражень в об'єкт розуміння. Діти навчаються розуміти, чому вони відчують ті чи інші емоції, і взаємодіяти з ними свідомо. Довільність психічних процесів, що розвивається у цьому віці, дозволяє дитині володіти своїми думками та емоціями. Вона стає здатною більш ефективно керувати своєю поведінкою та реагувати на різні ситуації. Розвиток емоційного самопізнання сприяє тому, що дитина краще розуміє свої емоції. Уміння управляти емоціями стає ключовою навичкою для побудови стійких відносин і успішної адаптації в соціальному середовищі школи. Ці аспекти спільно сприяють розвитку не лише інтелекту, але і емоційного і соціального потенціалу молодших школярів, що важливо для їхнього повноцінного впровадження у навчальний процес та соціальне життя.

Емоційна компетентність та емоційний інтелект виявляються ключовими факторами, які впливають на соціально-емоційний розвиток та навчання дітей у молодшому шкільному віці. Емоційна компетентність передбачає здатність розуміти, виражати та регулювати свої власні емоції, а також ефективно взаємодіяти з емоціями інших. Дитина з високим рівнем емоційної компетентності легше впорається із стресом, встановлює позитивні відносини з однолітками та вчителями, а також успішно адаптується до нових

ситуацій. Емоційний інтелект включає в себе здатність розуміти власні та чужі емоції, управляти ними та ефективно використовувати їх у взаємодії з оточуючими. Це допомагає дитині краще розуміти себе, вирішувати конфлікти, спілкуватися та входити в соціальні взаємини. Емоційна компетентність та емоційний інтелект впливають на успішність молодшого школяра, допомагаючи йому краще концентруватися на навчанні, розуміти важливість співпраці та спілкування в групі, а також ефективно вирішувати труднощі, з якими він може стикатися. Емоційна компетентність є фундаментальною для соціально-емоційного розвитку. Дитина, яка володіє цими навичками, краще адаптується до шкільного середовища, сприймає його позитивно та успішно взаємодіє з оточенням. Таким чином, акцент на розвиток емоційної компетентності та емоційного інтелекту може стати важливим елементом освітнього процесу та сприяти повноцінному розвитку особистості молодшого школяра.

Емоційний інтелект став об'єктом уваги вчених з різних галузей, що свідчить про його складність та важливість для різних аспектів людського життя.

Важливість емоційного розвитку в молодшому шкільному віці полягає в тому, що емоційний інтелект є основою для успішного інтелектуального розвитку. Молодші школярі, які володіють навичками емоційного інтелекту, зазвичай легше адаптуються до навчальної діяльності та соціального оточення. Виховання, спрямоване на розвиток емоційного інтелекту, є ключовим елементом виховно-освітнього процесу в молодшому шкільному віці. Воно має на меті формування гуманістичних почуттів, таких як співчуття, терпимість, самовдосконалення та інші. Недостатня сформованість емоційного інтелекту може призвести до виникнення різноманітних міжособистісних проблем. Дитина може мати труднощі в самовираженні, низьку самооцінку, недостатню здатність до співпраці та розв'язання конфліктів. Неусвідомленість бажань, обмеженість у самовизначенні та непорозуміння у комунікації можуть виникнути через недостатній розвиток

емоційного інтелекту. Це може впливати на якість взаємин з оточуючими та формування особистої ідентичності. Самоконтроль власних емоційних проявів є важливою частиною емоційного інтелекту. Недостатній самоконтроль може призвести до конфліктів та негативного впливу на соціальні відносини. Таким чином, розвиток емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці важливий не лише для емоційного благополуччя, але й для позитивного впливу на різні аспекти особистісного та соціального розвитку дитини.

На думку О. Овчарової, «...на виховання особистості молодшого школяра впливає розвиненість емоційного інтелекту, як готовність враховувати свій емоційний стан у своїй діяльності та вміти орієнтуватися на іншу людину» [24, с.6].

Здатність молодшого школяра розпізнавати та ідентифікувати свої власні емоції є критично важливою для її емоційного самопізнання та внутрішнього комфорту. Це допомагає дитині краще розуміти себе та своє ставлення до навколишнього світу. Здатність до самоконтролю є іншим важливим аспектом емоційного інтелекту. Молодші школярі, які вивчають, як контролювати свої емоції, можуть краще справлятися з різними ситуаціями та взаємодіями в школі та дома. Навички вираження емоцій є ключовим елементом успішного спілкування. Діти, які можуть виразити свої почуття вербально, легше розуміють один одного, а також можуть звертатися за підтримкою, коли це потрібно. Розуміння емоцій інших людей важливо для побудови успішних міжособистісних відносин. Молодші школярі, які можуть емпатично відгукватися до емоцій інших, зазвичай мають більше позитивного впливу на своє оточення. Навички емоційного інтелекту допомагають у соціальному спілкуванні, сприяючи побудові позитивних відносин з однолітками, вчителями та іншими членами спільноти. Діти молодшого шкільного віку, які розвивають свій емоційний інтелект, можуть легше уникати ситуацій фрустрації. Їм легше адаптуватися до змін, розуміти свої власні потреби та виражати їх конструктивно. Усі ці аспекти разом

створюють основу для емоційної компетентності, яка визначається як здатність ефективно управляти власними емоціями та емоціями інших. Це, в свою чергу, сприяє успішному соціальному взаємодії та особистісному розвитку [17].

Зовнішній прояв емоцій є складним поєднанням мимовільних і довільних реакцій, що формується впливом навколишнього середовища. Діти молодшого шкільного віку навчаються виражати свої емоції, спостерігаючи за дорослими та іншими дітьми. Це навколишнє впливне сприйняття допомагає їм визначити, яким чином адекватно виражати свої почуття в різних ситуаціях. Соціокультурні правила визначають, які вирази емоцій вважаються прийнятними чи неприйнятними в конкретному суспільстві. Ці правила встановлюють норми вираження емоцій, і діти навчаються їх виконувати в ході соціалізації. Міміка грає ключову роль у вираженні емоцій. Діти швидко вивчають, які вирази обличчя відповідають конкретним емоціям, і використовують це для спілкування з іншими. Культурні особливості мають великий вплив на те, як емоції виражаються та розуміються. У різних культурах можуть існувати відмінності в тому, як виражаються радість, смуток чи гнів. Зовнішній вираз емоцій також відіграє роль у розвитку емпатії. Спостерігаючи емоційні реакції інших, діти можуть розуміти та співпереживати їхні почуття. Вміння адекватно виражати емоції сприяє розвитку соціальних навичок, таких як спілкування, розв'язання конфліктів та співпраця. У цілому, зовнішній вираз емоцій є динамічним процесом, який визначається взаємодією дитини з її оточенням і культурним контекстом. Це важливий аспект формування емоційного інтелекту та соціальних навичок, які допомагають дитині адаптуватися до суспільства [10].

Молодший школяр другого циклу навчання ще не повністю розвинув систему саморегуляції емоцій, тому його реакції можуть бути інтенсивними і бурхливими. Це свідчить про активний емоційний життя та здатність виражати почуття. Ваша згадка про реакцію на музичний твір та активне спілкування з однолітками свідчать про важливість емоційного вираження в

різних формах мистецтва та соціальних взаємодій. Здатність виражати співчуття, радість, гнів та інші емоції свідчить про розвиток емпатії та розмаїття емоційних реакцій. Цілком типово, що дитина може вербально оцінювати свою власну поведінку та засуджувати надмірність прояву емоцій. Це свідчить про певний рівень самосвідомості та вивчення соціальних норм. У цьому віці важливо створити сприятливе середовище для розвитку емоційного інтелекту. Підтримка та розуміння з боку батьків та вчителів можуть допомогти дитині розвивати емоційну саморегуляцію, вчитися виражати емоції конструктивно та розуміти їх в інших. Такі навички стануть важливими у навчанні, взаємодії з однолітками та будуть корисними в подальшому соціальному житті. [11].

Розвитку емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці, який характеризується переходом від фізичних проявів емоцій до більш складних вербальних та невербальних виразів. Здатність демонструвати своє роздратування вербально є важливим кроком у розвитку емоційного саморегулювання. Молодший школяр вивчає, як висловлювати свої почуття словами, що сприяє зростанню емоційного інтелекту. Розширення репертуару виразів обличчя, таких як іронія, сумніви та глузування, свідчить про більшу глибину та різноманітність емоційного вираження. Перехід від виразних проявів до більш прихованих форм сорому та злості вказує на те, що дитина починає розвивати більш складні стратегії взаємодії та реагування на емоції. Важливою є здатність ідентифікувати різні емоції у себе та інших. Ваша згадка про різноманітність виразів обличчя свідчить про цей розвиток. Цей етап є частиною загального процесу вивчення та розвитку емоційного інтелекту. Підтримка та розуміння з боку батьків та вчителів можуть допомогти дитині навчатися ефективно взаємодіяти з емоціями, розвивати стратегії конструктивної комунікації та реагування на різні ситуації [38].

Відбувається розвиток та зміцнення саморегуляції емоційної поведінки дітей під час молодшого шкільного. Розуміння та вивчення емоцій молодшими

школярами може бути провідним аспектом їх соціального та особистісного розвитку

Емоційна поведінка молодших школярів може слугувати показником рівня їхнього емоційного інтелекту. Навички саморегуляції, вміння розпізнавати та розуміти власні та чужі емоції є важливими аспектами, які сприяють адаптації та успіху в навчанні та соціальному житті. Деякі емоційні стани можуть бути обмеженими та недоступними для сприйняття у цьому віці.

Розвиток навичок співпереживання також грає важливу роль у формуванні емоційного інтелекту. Вивчення та розуміння емоцій інших може сприяти розвитку соціальних навичок та покращити взаємодію в класі. Розуміння та врахування цих аспектів може допомогти вчителям ефективно впливати на розвиток емоційного інтелекту учнів, створюючи позитивне та сприятливе навчальне середовище [44].

Процес ідентифікації та розуміння різних емоцій може бути складним завданням. Молодші школярі можуть допускати помилки у сприйнятті емоцій через недостатній досвід. Вони можуть ще не мати достатньої емоційної палітри або досвіду для розрізнення певних емоцій. Сприйняття емоцій може бути залежним від контексту. Той самий вираз обличчя чи жест може сприйматися по-різному в різних ситуаціях. Важливо розуміти взаємодію між емоціями та ситуацією. Емпатія, або здатність відчувати інші емоції, розвивається з часом. Деякі діти можуть виявляти меншу емпатію, що впливає на їхню здатність правильно ідентифікувати емоції інших.

Отже, можна зробити висновок, що емоційна сприйнятливість грає значущу роль у формуванні позитивного чи негативного ставлення до навчання. Молодші школярі мають велику емоційну енергію та цікавість до світу. Вони більш схильні до відчуття радості, захоплення, але також можуть відчувати роздратування чи нудьгу, якщо оточення не враховує їхні емоційні потреби. Використання різноманітних засобів, таких як відео, аудіо, проблемні ситуації та нетрадиційні форми навчання, може значно збагатити навчальний процес та зробити його більш цікавим для учнів. врахування емоційної

складової в навчальному процесі сприяє створенню позитивного емоційного фону, що, в свою чергу, може позитивно вплинути на академічні досягнення та загальний розвиток молодших школярів [34].

Дитина віком десяти-одинадцять років активно взаємодіє з художніми творами та виявляє емоційне сприйняття, що сприяє розвитку різних аспектів її особистості. Особливо це стосується здатності домислювати та уявляти епізоди з життя улюбленого персонажа. Цей процес не лише поглиблює розуміння художнього твору, але й сприяє ідентифікації з героєм, розвитку креативності та уяви. Створення малюнків, віршів або творів після прочитаного свідчить про те, що дитина виражає свої емоції та враження через різні художні форми. Це важливий аспект розвитку емоційного вираження та творчого мислення. Такий процес ідентифікації та роздумів над подіями, героями та авторською позицією сприяє не лише розвитку емоційного інтелекту, але й формує критичне мислення та сприяє осмисленню соціальної інформації. Взаємодія з художніми творами допомагає дитині розширювати свій світогляд та розуміти різноманіття поглядів та ситуацій.

В цей же період у молодшого школяра інтенсивно формується емпатія, та соціальні навички. В цьому віці діти активно стикаються з різними ситуаціями, які вимагають від них розуміння та реагування на емоційному рівні. Формування емпатії є провідним компонентом розвитку міжособистісних відносин. Дитина в цьому віці навчається відчувати та розуміти емоції інших, виявляти співчуття та взаємодіяти з оточуючими на емоційному рівні. Це сприяє формуванню дружби, відповідальності за колектив і вияву солідарності. Важливою є ваша зазначення про те, що норми поведінки краще засвоюються, якщо вони пов'язані з емоційним досвідом дитини. Емоційна збентеженість часто виступає як каталізатор для засвоєння соціальних норм та вияву конкретних дій. Учитель та оточуючі дорослі відіграють важливу роль у формуванні соціальних навичок та емпатії у молодших школярів, демонструючи приклади та створюючи сприятливу емоційну обстановку для розвитку цих важливих аспектів особистості.

Для молодших школярів важливо, щоб учні відчували себе частиною колективу та розвивали позитивні взаємини з однокласниками. Становлення класного колективу, визначення правил та створення традицій допомагають сформувати емоційно стабільне середовище для дітей. Важливою частиною цього процесу є сприяння взаєморозумінню, взаємній підтримці та розвитку почуття спільності. Дружба та взаємодія у колективі сприяють формуванню емоційної безпеки та позитивного самовідчуття учнів. Також важливо враховувати, що діти в цьому віці активно сприймають взаємні оцінки та реакції своїх однокласників. Інтеракція у класному колективі може викликати різноманітні емоційні переживання, такі як радість від взаєморозуміння або схвалення, але також може виникати осуд та негативні емоції в разі конфліктів чи непорозумінь. Спрямоване керівництво та підтримка вчителя можуть важливо впливати на створення позитивного емоційного клімату у класі та сприяти емоційному розвитку учнів.

Таким чином, здатність визначати власні емоції, розуміти їх вплив на власну діяльність, а також орієнтуватися на емоції інших людей у взаємодії є важливими компонентами розвитку емоційного інтелекту у молодшому шкільному віці. Ці навички допомагають молодшим школярам краще розуміти себе та інших, ефективно спілкуватися та вирішувати конфлікти. Вони також відіграють значущу роль у становленні соціальної компетентності та успішній соціалізації в шкільному середовищі. З цими навичками у молодших школярів виникає здатність адаптуватися до різних соціальних ситуацій, розвивати емпатію та сприймати свої та чужі емоції як важливий аспект міжособистісних взаємин.

2.2. Ігрова діяльність як засіб розвитку емоційного інтелекту особистості молодшого школяра

Особливої важливості розвиток емоційного інтелекту починає набувати у шкільному віці, оскільки у цей період відбувається активне емоційне

відношення особистості до себе та інших. Школа є ключовим періодом формування особистості, а розвиток емоційного інтелекту визначає здатність дитини ефективно взаємодіяти з навколишнім світом та іншими людьми. Під час шкільної діяльності діти зазнають різноманітних емоцій, пов'язаних з навчанням, спілкуванням та взаємодією в класному колективі. Вони стикаються з викликами, вирішують проблеми, розвивають емпатію та вміння співпереживати іншим. Емоційний інтелект у молодшому шкільному віці, також важливий для розвитку самосвідомості та рефлексії. Здатність відчувати та розуміти власні емоції допомагає дитині краще розуміти себе, свої потреби та цінності. Вона може використовувати ці знання для покращення власного самопочуття та взаємодії з іншими.

Молодший шкільний вік є сприятливим періодом для розвитку різних аспектів особистості, включаючи емоційну сферу та культуру почуттів. Протягом цього періоду відбувається інтенсивний розумовий та емоційний розвиток, а також формування основних психологічних навичок. Одним із важливих аспектів розвитку на молодшому шкільному віці є вдосконалення аналітичних навичок та апарату для сприймання інформації. Завдяки цьому, діти розвивають здатність аналізувати, порівнювати та робити висновки щодо різних аспектів оточуючого світу. Вони стають більш чутливими до естетичних аспектів, таких як гармонія кольорів, звуків та інших елементів. Також, молодший шкільний вік є періодом інтенсивного формування емоційної сфери. Молодші школярі починають більше освідомлювати свої власні емоції, вчать розпізнавати та виражати їх конструктивно. Взаємодія з однолітками та дорослими в школі також сприяє розвитку соціальних емоцій та емпатії.

Підвищена чутливість, яка проявляється в сенситивності молодших школярів, може бути пов'язана із художнім типом їх особистості. Особистості художнього типу мають свої особливості сприйняття світу та виявляють інтерес до художніх виражень. Це риси, що сприяють розвитку творчого потенціалу та сприяють формуванню індивідуального підходу до розуміння та

взаємодії з оточуючим світом. Важливо розуміти ці особливості та стимулювати розвиток талантів та інтересів дитини, підтримуючи її творчий розвиток.

Зростання рівня естетичних переживань дітей у молодшому шкільному віці є важливою частиною їхнього розвитку. Сенсорна відкритість, емоційна чутливість та сприйнятливність до мистецтва сприяють формуванню ряду важливих якостей: здатність помічати та реагувати на деталі оточуючого світу. Молодші школярі розвивають свої здібності спостереження, що є важливим елементом розвитку когнітивних та емоційних функцій. Розуміння та вираження емоцій відносно мистецьких творів. Мистецтво може викликати різні емоції, і діти вчаться реагувати на ці емоції та виражати їх адекватно. Діти мають можливість виражати свої власні думки, почуття та ідеї через творчість, наприклад, малювання чи музичну діяльність. Виховання емоційної культури важливо для гармонійного розвитку особистості. Це допомагає дітям розуміти і виявляти свої емоції, а також розширює їхні можливості сприймати й взаємодіяти з різноманітними аспектами світу.

Емоційний інтелект розвивається протягом усього життя, і молодший шкільний вік є періодом активного формування його основних елементів. Процес розвитку емоційного інтелекту може бути подовжений та удосконалюваний протягом шкільного навчання та пізніше.

Цілісне сприйняття світу відбувається лише тоді, коли дитина не тільки аналізує події, а й ставиться до них емоційно. Необхідно знати та враховувати, що:

- 1) емоційно значущі для молодшого школяра ситуації спонукають його до самовираження;
- 2) емоції створюють основу на якій формуються нові знання;
- 3) емоційно забарвлені знання мотивують дитину до дальшого пізнання, вивчення, дослідження;
- 4) освіта, що задіює емоційну сферу людини, сприяє розвитку ціннісного ставлення до знань, світу, інших людей.

Розуміння того, що молодші школярі ще не зовсім здатні усвідомлювати та адекватно виражати свої емоції, важливо для розробки програм, які допомагають їм розвивати ці навички. Врахування того, що діти частіше відповідають на труднощі емоційними реакціями, підкреслює необхідність створення сприятливого середовища для їх вивчення та вирішення проблем. Залучення батьків, вчителів та психолога для спільного розуміння проблем та переживань дітей створює ефективний підхід до підтримки та розвитку. Наголошення на необхідності вчити дітей адекватно виражати свої емоції, а також знаходити конструктивні шляхи виходу з трудних ситуацій підкреслює значення розвитку комунікативних навичок. Зазначення важливості навчання дітей свідомо регулювати свою поведінку вказує на важливість розвитку навичок саморегуляції та самоуправління. Сі ці аспекти спрямовані на створення цілісного підходу до розвитку емоційного інтелекту у молодших школярів, щоб надати їм необхідні засоби для емоційного самовираження та успішної соціальної адаптації.

Розвиток бажання та вміння вчитися підкреслює перехід від дошкільного до шкільного віку, де акцент робиться на активному пізнанні світу через навчальну діяльність. Зазначення нового пізнавального ставлення до дійсності вказує на те, що дитина починає бачити світ з іншої перспективи, активно взаємодіє з навколишнім світом через навчальні завдання та виклики. Виділення формування довільності підкреслює процес розвитку внутрішнього контролю та вміння самостійно приймати рішення. Вказівка на розвиток здатності до рефлексії свідчить про важливість внутрішнього аналізу та розуміння власного досвіду для подальшого особистісного розвитку. Цей вступ створює контекст для подальшого розгортання теми та дослідження впливу шкільного середовища на розвиток дитини.

Отже, емоційний інтелект – це важлива складова розвитку особистості, яку можна розвивати. Основні структурні елементи емоційного інтелекту дійсно формуються в цей період і впливають на психічний розвиток та соціальну адаптацію особистості. Розвиток емоційного інтелекту не тільки

сприяє покращенню якості взаємовідносин, але і допомагає вирішувати життєві ситуації, конфлікти, а також сприяє внутрішньому самопізнанню та саморегуляції.

Ефективність розвитку емоційного інтелекту молодших учнів залежить від створення психологічних умов у загальноосвітніх навчальних закладах та усвідомлення фахівцями важливості цієї професійної діяльності. Важливо, щоб педагоги, батьки та інші фахівці розуміли роль та значення емоційного інтелекту у формуванні повноцінної особистості учнів. Методичне забезпечення, спрямоване на розвиток емоційного інтелекту, може включати в себе спеціально розроблені програми, тренінги, ігри, вправи, а також рекомендації для педагогів і батьків щодо взаємодії з дітьми у цьому напрямку. Застосування цих методів допомагає створювати позитивне емоційне середовище, в якому учні можуть навчатися та розвиватися. Додатково, важливо розробляти підходи до оцінювання емоційного інтелекту та впроваджувати їх у педагогічну практику. Освітні заклади можуть враховувати цей аспект при формуванні навчальних планів і програм, сприяючи повноцінному розвитку учнів. Такий комплексний підхід дозволяє створювати оптимальні умови для розвитку емоційного інтелекту та формування здатностей дітей адаптуватися до різних життєвих ситуацій, виражати свої емоції та взаємодіяти з іншими в конструктивний спосіб.

Досліджуючи психічний розвиток та формування особистості дітей молодшого шкільного віку психологи (Л. С. Виготський, О. В. Запорожець, Д. Б. Ельконін, Г. С. Костюк, П. М. Якобсон та ін.) розкрили якісно нові вікові особливості інтелектуальної (виникнення теоретичного мислення, розвиток рефлексії, формування довільності пізнавальних процесів) та емоційної (втрата дитячої безпосередності, дитина починає усвідомлювати зміст почуттів, її переживання набувають смислу, розвивається вміння володіти своїми почуттями) сфер. Це дозволяє вважати молодший шкільний вік сензитивним для розвитку емоційного інтелекту, як внутрішньо-особистісного, так і міжособистісного

На основі системного дослідження та аналізу структурних компонентів емоційного інтелекту, критеріїв, показників та рівнів їх розвитку, Шпак М. М. визначено такі психологічні типи емоційного інтелекту в молодших школярів: раціональний, емоційний, соціально-адаптивний, соціально-комунікативний, гармонійний.

Шпак М. М. запропонувала підхід до класифікації психологічних типів емоційного інтелекту в молодших школярів, який відображає різноманітні аспекти їх емоційної сфери та спрямованості. Розглянемо кожен із зазначених типів:

Раціональний тип емоційного інтелекту характеризується високою здатністю до аналізу та розуміння власних емоцій і емоцій інших людей. Може виявлятися в здатності до логічного вираження емоцій та вибору стратегій саморегуляції.

Емоційний тип емоційного інтелекту особливою вразливою і емоційно насиченою. Це означає, що вона виявляє глибоке сприйняття емоцій, як своїх, так і інших, і може легко відчувати інтенсивність емоційних досвідів.

Соціально-адаптивний тип емоційного інтелекту передбачає здатність адаптуватися до різних соціальних ситуацій, виявлення емпатії, вміння будувати взаємовідносини з оточуючими.

Соціально-комунікативний тип емоційного інтелекту визначається здатністю взаємодіяти з іншими людьми в комунікативних ситуаціях, розвивати навички міжособистісного спілкування та вирішувати конфлікти.

Гармонійний тип може досягти рівноваги в емоційному житті, виявляючи гнучкість, саморегуляцію та позитивне ставлення до себе та інших.

Ці типи можуть бути взаємопов'язаними та проявлятися у різних пропорціях у кожного індивіда. Підходи до визначення та розвитку емоційного інтелекту важливі для створення ефективної педагогічної стратегії в роботі з молодшими школярами

Ігрова діяльність визнана однією з ключових складових педагогічного процесу, оскільки вона сприяє всебічному розвитку дитини, формує різні

аспекти її особистості та стимулює пізнавальну активність. Розуміння ігрової діяльності, яке було розроблене видатними психологами ХХ століття, зазначає, що гра є не лише розважальним засобом, але і важливим засобом навчання та розвитку. Л. Виготський, наприклад, вважав, що гра є інструментом, за допомогою якого дитина взаємодіє з навколишнім світом та іншими людьми. Він розглядав гру як зону найбільшого розвитку дитини, де вона може досягти вищого рівня розуміння та майстерності. О. Леонтьєв та С. Рубінштейн підкреслювали роль гри в розвитку творчості та уяви, формуванні особистісних якостей, а також у навчанні взаємодії з іншими. Використання гри в початковій освіті сприяє:

Психологічному комфорту Гра створює дитині атмосферу задоволення, сприяє розвитку позитивних емоцій та взаєморозуміння.

Розвитку особистості. Ігрова діяльність сприяє розвитку різних аспектів особистості, включаючи соціальні, емоційні та когнітивні.

Навчанню - Гра може бути використана як ефективний засіб для навчання різних предметів та навичок.

Стимулюванню творчості та уяви. Дитина у грі може виражати свою творчість, розвивати уяву та естетичний смак.

Лев Семенович Виготський підкреслював, що культурний контекст і соціальне середовище грають ключову роль у формуванні особистості. В контексті ігрової діяльності, Виготський наголошував на тому, що гра дозволяє дитині активно засвоювати культурні знання та навички, взаємодіяти з іншими членами суспільства та оволодівати мовою як ключовим інструментом цього процесу. Концепція зони найближчого розвитку стверджує, що існує різниця між рівнем діяльності, яку дитина може здійснювати самостійно, і рівнем, який вона може досягти за допомогою дорослих або досвідченіших товаришів. Гра, як інструмент, дозволяє дитині виходити за межі свого поточного рівня розвитку.

Визнання ігрової діяльності як динамічної системи взаємодії дитини з навколишнім середовищем відображає сутність цього явища в розвитку та

вихованні. Гра - це не тільки активність самої дитини, але й взаємодія з оточуючим світом, іншими дітьми або дорослими. Це дозволяє дитині розвивати способи спілкування, розуміння соціальних норм і правил. У процесі гри дитина експериментує, вирішує проблеми, та засвоює нові інформації. Гра стає невід'ємною частиною її процесу пізнання світу. Гра передає культурні та історичні аспекти, оскільки дитина часто моделює свої ігрові ситуації на основі сприйняття оточуючого світу. Гра сприяє розвитку творчих здібностей, оскільки вона часто включає у себе уяву, творчі ідеї, та власний підхід до розв'язання завдань. Гра виконує різноманітні функції, такі як соціалізація, розвиток мовлення, формування емоційної сфери, вивчення правил та структур.

Гра є складною та багатогранною активністю, що відображається у всій соціальній та культурній обстановці, в якій дитина зростає. Зазначені ознаки гри, які вивчені вітчизняними науковцями, розкривають різні аспекти її значущості та функціоналу: Гра є ефективним інструментом соціалізації, допомагаючи дитині вчитися правилам, нормам та взаємовідносинам, які панують у соціумі. Вона також дозволяє дитині розвивати соціальні навички, такі як спілкування, співпраця та конфліктні ситуації. Гра відбиває усе соціальне оточення дитини, включаючи дії дорослих, структуру сім'ї, та інші аспекти соціально-культурного середовища. Гра не є мимовільним явищем; вона виникає внаслідок активної участі дитини в своєму соціальному оточенні та індивідуальній творчості. Гра дозволяє дитині бути суб'єктом власного вивчення світу, формуючи її самостійність та творчий підхід до рішення завдань. Гра може відображати систему взаємодій та відносин, що існують у сім'ї, школі або інших соціальних групах. Ці ознаки гри свідчать про її глибокий соціальний контекст та важливість у формуванні особистості дитини в умовах суспільства.

Отже, емоційний інтелект – дітей розвивається на різних етапах їхнього життя, але молодший шкільний вік є важливим періодом для формування цієї складової особистості. Молодші школярі здатні вивчати та осмислювати

власні емоції, навчаються розпізнавати емоції інших, а також виробляють навички емпатії, співпереживання та ефективного спілкування.

Ефективність розвитку емоційного інтелекту у молодших учнів залежить від створення сприятливих психологічних умов в навчальних закладах. Для цього важливо враховувати індивідуальні особливості кожного учня та використовувати педагогічні підходи, які сприяють розвитку емоційного інтелекту. Загальна увага до розвитку емоційного інтелекту сприяє створенню повноцінного освітнього середовища для молодших школярів

Діти молодшого шкільного віку дійсно можуть реагувати на труднощі і перешкоди емоційними проявами, такими як гнів, страх чи образа. Це пов'язано, зокрема, з тим, що вони ще не завжди усвідомлюють свої власні переживання і можуть мати труднощі в розумінні причин, що їх викликали. Дорослі, такі як батьки і вчителі, мають ключову роль у підтримці та допомозі дітям у розумінні їхніх почуттів і переживань. Важливо створювати відкрите середовище для спілкування, де діти можуть безпечно ділитися своїми емоціями та отримувати відповідну підтримку. Батьки та вчителі можуть використовувати емпатію та розуміння, щоб підтримати дитину в складних ситуаціях, допомагати їй розібратися в її почуттях та навчати конструктивним способам вираження емоцій. Також важливо виявляти інтерес і розуміння до їхнього внутрішнього світу, щоб сприяти їхньому емоційному розвитку.

Емоційний розвиток в цьому віці грає ключову роль у формуванні особистості та її моральних уявлень. Дитина на цьому етапі вчиться розпізнавати, регулювати та виражати свої емоції, а це є основним елементом духовно-морального розвитку. Позитивне емоційне забарвлення навчальної діяльності важливе для створення позитивного мотиваційного середовища. Використання «очікуваної радості» через події та свята дійсно може бути ефективним методом для створення зацікавленості та позитивного налаштування учнів. Це може сприяти підвищенню їхнього інтересу до навчання та активніше залучення до навчального процесу. Важливо також розглядати емоційний розвиток в контексті гармонійного розвитку

особистості, враховуючи психологічні та соціальні аспекти. Такий підхід сприяє формуванню стійких моральних цінностей та позитивних відносин у шкільному колективі.

Розвитку емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку сприяє використання ігрових методів, які допомагають їм розпізнавати та виражати емоції.

1. Гра «Вираз обличчя» - робіть різні вирази обличчя, виражаючи різні емоції, і просіть дитину вгадати, яка емоція виражена на вашому обличчі. Потім дайте їй можливість виражати свої емоції.
2. Гра «Мандрівка емоцій» - створіть «маршрут» емоцій в кімнаті. Позначте різні місця (користуйтеся картками зі смайликами або зображеннями емоцій). Дитина проходить цей маршрут, показуючи, якою емоцією вона відчувається на кожному
3. Ігри з картками емоцій - використовуйте картки із зображенням різних емоцій. Просіть дитину розпізнавати та називати ці емоції. Також можна грати в ігри, де дитина повинна виразно виражати відповідні емоції.
4. Розповіді за картками - покажіть картку з обличчям, що виражає певну емоцію, і попросіть дитину розповісти історію або ситуацію, яка може викликати таку емоцію.
5. Гра «Я маю право» - розкажіть дитині про різні ситуації та попросіть її сказати, як вона відчувається у кожній з них. Наголосіть на тому, що у неї є право відчувати певні емоції.
6. Гра «Чому заплакав ведмедик?» - візьміть улюблену м'яку іграшку дитини або ляльку. Скажіть дитині, що лялька плаче. Малюк має визначити причину і заспокоїти.
7. Гра «Відгадай емоцію» - виготуйте картки із зображенням облич із різними почуттями. Найпоширеніші – радість, сум, здивування, страх, посмішка. Обговоріть із дитиною, які емоції на них зображені, за яких обставин вони можуть виникати.

8. «Ласкава гра». Основне правило: називати все довкола (або вибрані іграшки) пестливими назвами: татусечко, дивись який у мене малюночок; мамусю, пограй зі мною у машиночки і т. ін.
9. Гра «Упізнай за голосом» - е моці необхідно висловити за допомогою слів. Візьміть найпоширенішу фразу, яку говорять діти щодня в садочку – «Добрий ранок!» – і скажіть її з різною інтонацією. Дитина має відгадати ваші почуття. Поміняйтеся ролями.

Емоційний інтелект – це важлива складова розвитку особистості, яку можна розвивати і потрібно розвивати.. Розвиток емоційного інтелекту у дітей допомагає їм краще розуміти та управляти власними емоціями, а також взаємодіяти з іншими людьми. Сприяння позитивному емоційному розвитку дітей в шкільному середовищі визначає їхні можливості адаптації, соціальної взаємодії та навчання.

Гра є важливим елементом в їхньому житті, виконуючи різноманітні функції, включаючи емоційний розвиток. Гра надає можливість дітям виражати свої емоції, розвивати креативність, вчить спілкуватися та співпрацювати з іншими. В процесі гри діти можуть експериментувати з різними ролями, вирішувати конфлікти та вчитися керувати своїми емоціями. Отже, ігрова діяльність може слугувати ефективним інструментом для розвитку емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці.

Розділ III. Емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій.

3.1. Обґрунтування методик дослідження

Мета емпіричного дослідження – в межах дослідницької гіпотези виявити й інтерпретувати психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку.

Для реалізації поставленої мети були сформовані наступні **завдання дослідження**:

1. Здійснити підбір та апробацію методів дослідження, сформувати методичні процедури, адекватні завданням дослідження.
2. Виявити психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку засобами ігрових технологій.
3. Проаналізувати емпіричні дані з метою складання узагальнених висновків та перевірки основних положень висунутої гіпотези.

Для досягнення поставленої мети та перевірки гіпотези дослідження, були використані наступні **методи**:

1. Опитувальник Г. Холла «Діагностика емоційного інтелекту».
2. Методика Т. Котик «Назвіть почуття, що переживає людина».
3. Багатофакторний особистісний опитувальник Р. Б. Кеттела (дитячий варіант).
4. Бесіда.
5. Методика оцінки рівня розвитку моральної свідомості Л. Колберга.
6. Методика В. Бойко «Діагностика перешкод у встановленні емоційних контактів»

Опитувальник Г. Холла «Діагностика емоційного інтелекту» використано з метою формування вибірки (дослідження рівня розвитку

емоційного інтелекту молодших школярів), а також діагностування рівня розвитку його окремих компонентів.

Опитувальник складається з 30 тверджень і містить 5 шкал:

- 1) емоційна обізнаність;
- 2) управління своїми емоціями;
- 3) самомотивація;
- 4) емпатія;
- 5) розпізнавання емоцій інших людей.

Під час проходження методики, молодші школярі уважно читають запропоновані визначення та оцінюють їх по мірі погодження або непогодження з ними. Після чого отримані результати піддаються кількісному та якісному аналізу.

Методика Т. Котик «Назвіть почуття, що переживає людина» використана для того, щоб оцінити здатність молодших школярів впізнавати емоції інших людей та зображених емоцій. Процедура передбачає вступну бесіду, а також показ слайдів з 10 фотографіями на яких зображені люди з різними емоціями та 10 ілюстрацій смайликів з тими самими емоціями. Після показу кожного слайду обов'язково потрібно запитати: «Яку емоцію людини можна позначити цим фото (смайликом)? Чому ти так думаєш? Як ти здогадався?» Усі відповіді фіксуються.

Багатофакторний особистісний опитувальник розроблений Р.Б. Кеттелом і Р. В. Коаном для діагностики особистісних особливостей молодших школярів. Методика містить 60 дихотомічних тверджень, які об'єднуються в 12 шкал-факторів, спрямованих на вимір ступеня вираженості якостей особистості молодшого школяра, функціонально незалежна природа яких встановлена в ряді факторно-аналітичних досліджень.

Бесіда проводилася індивідуально з кожним молодшим школярем. Молодшим школярам пропонувались наступні питання:

1. Коли тобі радісно, а коли сумно? Чому?
2. Коли тобі страшно, а коли соромно? Чому?

3. Коли ти гніваєшся, а коли ображаєшся? Чому?
4. Коли ти відчуваєш здивування, а коли захоплення? Чому?
5. Відчувати відразу – це як? Чому?

Підраховуються ті емоції, які можуть пояснити молодші школярі. Аналізуються пояснення, визначається, на що вони при цьому спираються:

- на узагальнення,
- на конкретних людей,
- на самого себе,
- на сукупність життєвих ситуацій із власного досвіду,
- на конкретні дії,
- на оцінку,
- на відсутність уявлення.

Аналізуються, також, і помилки в уявленнях дітей про відповідні емоції:

- пояснення однієї емоції через іншу,
- названа дія не співвідноситься з відповідною емоцією.

Отримані дані співвідносяться з приблизним змістом уявлень про емоції та емоційні стани, властиві молодшим школярам.

Методика оцінки рівня розвитку моральної свідомості Л. Колберга.

У нашому дослідженні ми використовуємо гіпотетичні дилеми Колберга (одну з них, яка відповідає віку досліджуваних). «Аналізуючи думки, судження, пояснення, мотивацію умовисновків, висловлених респондентами, Колберг приходив до висновку, що вони є не окремими відповідями на поставлені у дилемах питання, а цілісною, базальною психологічною організацією. В її основі одні операції узгоджені одна з одною, а інші – неузгоджені. Чим вища стадія розвитку, тим більш узгодженою стає моральна система особистості.»[3, с.6]

Методика «Закінчи речення» містила 5 запитань, які досліджуваним необхідно було завершити одним чи декількома словами, а саме:

1. Якщо я знаю, що вчинив (вчинила) не правильно, то...
2. Коли я затрудняюся сам (сама) прийняти правильне рішення, то...

3. Вибираючи між цікавим, але не обов'язковим, і необхідним, але не цікавим, я зазвичай...

4. Коли в моїй присутності ображають іншого, я...

5. Коли обман стає єдиним засобом збереження гарного ставлення до мене, я ...

Обрахунок та обробка результатів здійснюється за запропонованою орієнтовною шкалою.

Дослідження поведінкового компоненту емоційного інтелекту здійснювалося методом експертних оцінок. Експертами в нашому дослідженні стали класний керівник та батьки молодших школярів.

Батькам пропонувалося оцінити за відповідною шкалою, наступне:

1. Справедливість у повсякденних діях та вчинках доньки (сина).
2. Ображає дитина слабших за себе чи захищає їх.
3. Дитина визнає свою вину в ситуаціях, очевидних для оточуючих чи відмовляється її визнавати, оправдовуючи себе.

Класний керівник оцінював:

1. Справедливість у повсякденних діях та вчинках учня.
2. Ображає учень слабших за себе чи захищає їх.
3. Учень визнає свою вину в ситуаціях, очевидних для оточуючих чи відмовляється її визнавати, оправдовуючи себе.

Методика В. Бойко «Діагностика перешкод у встановленні емоційних контактів» дозволяє встановити емоційні перешкоди на шляху встановлення емоційних контактів. Опитувальник містить 25 питань, з якими досліджувані молодші школярі або погоджуються, або ж заперечують їх.

Перешкоди у встановленні емоційних контактів автор методики виокремлює у 5 шкал:

1. Невміння управляти емоціями, дозувати їх.
2. Неадекватний прояв емоцій.
3. Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій.
4. Домінування негативних емоцій.

5. Не бажання зблизитися з людьми на емоційній основі.

Математичні методи статистичної перевірки гіпотези: t-критерієм Ст'юдента, кореляція Пірсона (автоматичний розрахунок коефіцієнту кореляції Пірсона, статистична програма SPSS.21 для Windows).

3.2. Аналіз результатів дослідження

Зіставляючи дані, отримані в результаті емпіричного дослідження, в якому взяло участь 122 досліджуваних, нами була сформована вибірка: 30 осіб молодшого шкільного віку з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту, які склали експериментальну групу та 30 осіб молодшого шкільного віку з середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту, які склали контрольну групу. У експериментальній групі 20 дівчаток та 10 хлопчиків, у контрольній – 18 дівчаток та 12 хлопчиків. Досліджувані з обох груп навчаються у 3-х класах і яким виповнилось на момент дослідження 8-9 років. В дослідженні, також, були залучені класні керівники учнів 3-х класів та один з їх батьків.

Опитувальник Г. Холла «Діагностика емоційного інтелекту» застосовувався двічі, як у контрольній, так і в експериментальній групі. Перший раз (вересень 2022 року), до участі експериментальної групи у розвиткових заняттях із використанням ігрових технологій. Другий раз (листопад 2022 року), після участі експериментальної групи у розвиткових заняттях із використанням ігрових технологій.

В таблиці 3.1 наведено розподіл досліджуваних експериментальної групи за рівнем розвитку емоційного інтелекту та статтю до та після участі у розвиткових заняттях.

Таблиця 3.1

Розподіл досліджуваних експериментальної групи за рівнем розвитку емоційного інтелекту.

	Рівень розвитку емоційного інтелекту до участі у розвиткових заняттях			Рівень розвитку емоційного інтелекту після участі у розвиткових заняттях		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Відсоток досліджуваних	50	50		10	65	25

У таблиці 3.2 наведено розподіл досліджуваних контрольної групи за рівнем розвитку емоційного інтелекту до (перша серія дослідження) та після (друга серія дослідження) участі у розвиткових заняттях експериментальної групи.

Таблиця 3.2

Розподіл досліджуваних контрольної групи за рівнем розвитку емоційного інтелекту.

	Рівень розвитку емоційного інтелекту до участі у розвиткових заняттях			Рівень розвитку емоційного інтелекту після участі ЕГ у розвиткових заняттях		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Відсоток досліджуваних	35	50	15	35	50	15

Отже, участь вибірки експериментальної групи у розвиткових заняттях з використанням ігрових технології сприяло розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. Статистична значимість показників за t-критерієм Ст'юдента на рівні 0,999.

Відповідно до отриманих результатів за Методика Т. Котик «Назвіть почуття, що переживає людина», що мала на меті з'ясування чи розвинена у

молодших школярів здатність диференціювати емоції інших людей можна передбачити, що у 60 % досліджуваних експериментальної групи діагностовано високий рівень коефіцієнту обізнаності зі словами, що позначають емоції. Середній рівень коефіцієнту обізнаності зі словами, що позначають емоції діагностовано у 25 % досліджуваних експериментальної групи, низький рівень – 15 %.

Звертаємо увагу на те, що визначаючи емоції за смайлами досліджувана вибірка експериментальної групи диференціювала емоції з дещо кращими показниками, ніж у дослідженні попередньої серії (використання фото). Припускаємо, що досліджувані не мали досвіду відчуття певних емоцій та не спостерігали їх прояв у взаємодії з людьми, але спостерігали дані емоційні вияви у героїв мультфільмів. Усереднені дані дозволяють прийти до висновку, що в середньому по фото й смайлах досліджувані експериментальної групи в проявах емоцій орієнтуються однаково.

Після проведення серії розвиткових занять, за результатами діагностики за методикою Т. Котик «Назвіть почуття, що переживає людина» у 100 % досліджуваних експериментальної групи діагностовано високий рівень коефіцієнту обізнаності зі словами, що позначають емоції.

У таблиці 3.3 наведено розподіл досліджуваних експериментальної групи за рівнем розвитку емоційного інтелекту та статтю до та після участі у розвиткових заняття.

Таблиця 3.3

Розподіл досліджуваних експериментальної групи за рівнем обізнаності у значеннях емоційного стану.

	Рівень обізнаності значення емоційного стану людини до участі у розвиткових заняттях			Рівень обізнаності значення емоційного стану людини після участі у розвиткових заняттях		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Відсоток досліджуваних	15	25	60			100

Результати діагностики контрольної групи наступні. Високий рівень коефіцієнту обізнаності зі словами, що позначають емоції 65 % досліджуваних, середній рівень діагностовано у 20 % досліджуваних експериментальної групи, низький рівень – 15 %. Дана група не приймала участі у розвиткових заняттях, але разом із експериментальною групою була залучена до повторного діагностування. Отримані діагностичні дані не відрізняються від попередніх.

У таблиці 3.4 наведено розподіл досліджуваних контрольної групи за рівнем розвитку емоційного інтелекту та статтю до (перша серія дослідження) та після (друга серія дослідження) участі у розвиткових заняттях експериментальної групи.

Таблиця 3.4

Розподіл досліджуваних експериментальної групи за рівнем обізнаності у значеннях емоційного стану.

	Рівень обізнаності значення емоційного стану людини до участі у розвиткових заняттях			Рівень обізнаності значення емоційного стану людини після участі у розвиткових заняттях		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Відсоток досліджуваних	15	25	60	15	25	60

Отже, участь вибірки експериментальної групи у розвиткових заняттях з використанням ігрових технологій сприяв розвиткові уміння диференціювати емоції, що відчують та переживають люди. Статистична значимість показників за t-критерієм Ст'юдента на рівні 0,95.

На основі методики В. Бойко діагностовано в молодших школярів експериментальної групи такі «перешкоди» як: невміння управляти емоціями, дозувати їх (10 % - низький, 30 % - середній, 60 % - високий рівні розвитку), неадекватний прояв емоцій (30 % - низький, 20 % - середній, 50 % - високий рівні розвитку), негнучкість, не виразність та не розвиненість емоцій (30 % - низький, 30 % - середній, 40 % - високий рівні розвитку), домінування негативних емоцій (60 % - низький, 30 % - середній, 10 % - високий рівні розвитку), відсутність бажання зблизитись з людьми на емоційній основі (40 % - низький, 30 % - середній, 30 % - високий рівні розвитку).

Після участі експериментальної групи у розвиткових заняттях діагностовано наступні показники. Невміння управляти емоціями, дозувати їх (30 % - низький, 60 % - середній, 10 % - високий рівні розвитку), неадекватний прояв емоцій (40 % - низький, 40 % - середній, 20 % - високий рівні розвитку), негнучкість, не виразність та не розвиненість емоцій (45 % - низький, 45 % - середній, 10 % - високий рівні розвитку), домінування негативних емоцій

(70 % - низький, 30 % - середній, 0 % - високий рівні розвитку), відсутність бажання зблизитись з людьми на емоційній основі (50 % - низький, 40 % - середній, 40 % - високий рівні розвитку).

Контрольна група має наступні діагностичні показники. Невміння управляти емоціями, дозувати їх (20 % - низький, 30 % - середній, 50 % - високий рівні розвитку), неадекватний прояв емоцій (50 % - низький, 40 % - середній, 10 % - високий рівні розвитку), негнучкість, не виразність та не розвиненість емоцій (25 % - низький, 25 % - середній, 50 % - високий рівні розвитку), домінування негативних емоцій (80 % - низький, 10 % - середній, 10 % - високий рівні розвитку), відсутність бажання зблизитись з людьми на емоційній основі (60 % - низький, 40 % - середній, 10 % - високий рівні розвитку). Див. Додаток А та А1.

Здійснивши кількісний аналіз Багатофакторного особистісного опитувальника Р. Б. Кеттелла, можемо передбачити, що 75 % досліджуваних властива афектомія (високі показники фактору А+). Тобто, даній групі молодших школярів властива схильність до афективних переживань, лабільність, когнітивний та емоційний відгук на події, що відбуваються. Мають виразну експресію та коливання настрою.

Шизотимія (низькі показники фактору А-) властиві 25% досліджуваних. Досліджувані не схильні до афектів, живих і яскравих емоційних проявів. Формальні в контактах, не цікавляться життям оточуючих, надають перевагу спілкуванню з речами. Намагаються виконувати діяльність усамітнівшись, а в конфліктних ситуаціях не схильні до компромісу. Обов'язки виконують відповідально, діють у точній відповідності до інструкцій, ригідні та інертні.

Високий інтелект (високі показники фактору В+) мають 100 % досліджуваних. Досліджувані мають високі загальні мисленнєві здібності, можуть вирішувати абстрактні завдання. Їм властиві широкі інтелектуальні інтереси. Швидко навчаються, швидко міркують, настійливі у пізнанні.

За фактором С досліджувана вибірка поділилася наступним чином: 46 % властива сила «Я» (високі показники фактору С+) тоді як 54 % – (низькі показники фактору С–). Сила «Я» характеризується здатність досягати поставлені цілі без особливих складнощів, сміливість, усвідомлення вимог навчальної дійсності. Адекватно сприймають недоліки, не засмучуються через дрібниці, не піддаються випадковим коливанням настрою.

Слабкість «Я» (низькі показники фактору С–), проявляється в тривожності й безпричинних страхах, надмірній стурбованості, схильності ображатися на інших. Вони контролюють власні емоційні імпульси та соціально бажано їх виражають. В поведінці це проявляється капризністю та відсутністю відповідальності.

За фактором D, 60 % вибірки збудливі (високі показники фактору D+). Досліджувані є імпульсивними. Для них характерна постійна стурбованість, схильність до відволікань, недостатня концентрація уваги. Дітям, майже, не властивий самоконтроль. Можливі бурхливі емоційні реакції. Поведінка обумовлюється наявним станом.

Флегматичність (низькі показники фактору D–) діагностовано у 40 % досліджуваних. Ці діти врівноважені та стримані. Їм властивий самоконтроль, навіть у несприятливих ситуаціях, що впливають на виконувану ними діяльність.

Домінантність (високі показники фактору E+) діагностовано у 35 % вибірки. Діти виявляють бажання домінувати та наказувати, контролювати та критикувати інших. Вони сміливі, енергійні та активні. Подобається відчувати перевагу над іншими.

Конформність (низькі показники фактору E–) властива 65 % вибірки. Досліджувані слухняні, конформні й залежні. Керуються думкою оточуючих, не можуть відстоювати свою точку зору, слідує за більш власними і легко піддаються авторитетам. Поведінка пасивна. Схильність приписувати вину собі. Характерні успішність у навчанні.

Силу «Над-Я» (високі показники фактору G+) мають 80% досліджуваних. Для цих дітей характерна відповідальність, добросовісність та почуття обов'язку. Вони точні й акуратні у деталях, прагнуть не порушувати правила.

Слабкість «Над-Я» (низький показник фактору G-) діагностовано у 20% вибірки. Ці діти не цікавляться суспільними нормами та не прикладають зусиль для виконання цих норм. Заради власної вигоди здатні бути не чесними та обманювати. Непостійні, можуть мати тенденцію до соціопатії.

За фактором Н, пармію (високий показник фактору Н+) мають 70 %. Досліджувані не чутливі до небезпеки, ризиковані, сміливі, комунікабельні, публічні. Діти не переймаються невдачами, з якими зіштовхуються й не приходять до відповідних висновків.

Трекція (низький показник фактору Н-) характерна 30 % досліджуваних. Діти надчутливі та надмірно реагують на будь-яку загрозу. Сором'язливі, не впевнені в собі. Повільні, стримані у вираженні почуттів, але проявляють турботу та увагу до оточуючих. Але не схильні до встановлення широких контактів, мають обмежене коло спілкування.

За фактором І, премсія (високий показник фактору І+) властива 75 % досліджуваних. Дітям характерна витонченість, образність, художнє сприйняття світу. Мають багату уяву та естетичний смак. Тривожні, схвильовані, піддаються враженням. Потребують любові, турботи, допомоги від оточуючих.

Харрія (низький показник фактору І-) мають 25 % досліджуваних. Їм властива мужність, стійкість, практичність. Надають перевагу логіці над почуттями. Притримуються власної точки зору та відповідають за свої дії, вчинки та помилки.

За фактором О, гіпотимія (високий показник фактору О+) діагностовано у 75 % досліджуваних, а гіпертимія (низький показник фактору О-) у 25%. Отже, 75% вибірки схильні до тривожності, усамітнення. Недооцінюють власні можливості, знання і здібності. Мають розвинене почуття

відповідальності, підвернені думці інших. Настрій та поведінка залежать від схвалення чи не схвалення з боку оточуючих. Решта вибірки, 25 %, бадьорі, веселі, життєрадісні. Не чутливі до оцінки з боку оточення.

Фактор Q_3 контроль бажань (високий показник фактору Q_{3+}) діагностовано у 25% вибірки. Це свідчення організованості та вміння контролювати свою поведінку та емоції. Діти спочатку думають, а потім вчиняють, долають перешкоди, не зупиняються зіштовхнувшись з труднощами. Закінчують розпочаті справи і завдання. Усвідомлюють соціальні вимоги. Більшість досліджуваних, 75 % виявили імпульсивність (низький показник фактору Q_{3-}). А отже, в них, майже, не розвинений самоконтроль. Відсутня здатність до організації часу та порядку виконання справ.

Фактор Q_4 фрустрованість (високий показник фактору Q_{4+}) мають 60% вибірки, а не фрустрованість (низький показник фактору Q_{4-}) – 40%. Більшість досліджуваних молодших школярів має тривожність. Вони постійно збуджені, втомлені, емоційно не стійкі, негативно сприймають критику. Решта вибірки спокійно ставиться до невдач, знаходить задоволення при любых обставинах. Відсутнє прагнення до досягнень та змін (див. Додаток Б).

Результати дослідження за методикою оцінки рівня розвитку моральної свідомості Л. Колберга, які свідчать про відсутність у досліджуваних молодших школярів аморально-асоціальних установок чи цінностей, можуть бути сприйняті як позитивний показник. Це може свідчити про те, що ці діти вже на ранньому етапі розвитку проявляють гармонійні та етичні орієнтації.

Важливо враховувати, що розвиток моральної свідомості є процесом, і результати дослідження можуть варіюватися в залежності від багатьох факторів, включаючи соціокультурні та виховні впливи. Крім того, дослідження моральної свідомості може бути додатково оцінене в контексті конкретного соціокультурного середовища та взаємодії з іншими аспектами розвитку особистості.

Незрілість, інфантильність позиції проявилась у 60 % молодших школярів. Формальність моральних суджень діагностовано в 48 % досліджуваних, що є свідченням недостатньої сформованості особистісної позиції. Описана орієнтація на авторитетну думку чи примусову мораль може вказувати на рівень морального розвитку у вибірці молодших школярів, що характеризується вираженою стадією "передконвенціонального моралітету" за класифікацією Л. Колберга. Це типовий етап розвитку, і багато дітей на молодшому шкільному віці можуть мати подібний підхід до моральних питань. Якщо це так, то у процесі зростання і соціалізації, їхня моральна свідомість може еволюціонувати, і вони можуть розвивати більш внутрішні та самостійні моральні цінності. Цей процес зазвичай пов'язаний з розвитком соціальної свідомості та здатності сприймати моральні питання з більш абстрактної та етичної перспективи.

Прояви морального пошуку у 42% досліджуваних молодших школярів свідчать про початок активного формування особистісної моральної позиції. Факт, що діти мають уявлення про корисність моральних дій, свідчить про їхню здатність оцінювати значення і внесок таких дій у спільноту чи відносини. Поєднання моральних вчинків із сприянням власним потребам та винагородою може бути типовим для етапу особистісного розвитку, коли діти починають розуміти, як моральні дії можуть призводити до задоволення власних потреб. Розуміння того, що моральні вчинки можуть задовольнити власні потреби, не завдаючи шкоди іншим, свідчить про деякий рівень етичності та урахування інтересів інших людей. Прояви морального пошуку свідчать про те, що діти розвивають власну особистісну позицію стосовно моральних питань, що є важливим етапом їхнього етичного розвитку.

Відсутність категоричності у 10 % досліджуваних може свідчити про початок гармонічного розвитку моральної свідомості. ідсутність категоричності може вказувати на готовність розглядати та переосмислювати свої моральні переконання, не будучи абсолютно закріпленими у певних догматах чи стереотипах. Гармонічний розвиток моральної свідомості може

супроводжуватися здатністю адаптувати свої моральні взгляди до конкретних ситуацій та урахування контексту. Гармонічний розвиток може включати у себе прагнення до гармонії в моральних роздумах та зусилля підтримувати збалансовані підходи до розв'язання етичних питань.

Аналізуючи дані, отримані за допомогою методу бесіди, можемо передбачити, що 100 % респондентів експериментальної групи після участі в розвиткових заняттях властиве уявлення та знання змісту й наповненості емоції «радість» і «сум», «страх» і «сором». 86 % досліджуваних мають уявлення та знання змісту й наповненості поняття «гнів» та «здивованість». Уявлення та знання змісту й наповненості поняття «образа» й «відраза» мають 80 %, «захоплення» і «інтерес» – 72. Але оцінка даних емоцій відбувається через те, чи призведе до заохочення чи покарання гарно чи погано здійснений вчинок.

Відповідаючи на питання діти орієнтувались на конкретні дії й оцінку якості. Молодші школяри здатні розрізнити притаманні оточуючим емоції, такі як радість й сум (86 % досліджуваних), захоплення та інтерес (80 % досліджуваних), (68 % досліджуваних), страх та сором (72 % досліджуваних). Відповіді дітей спиралися на конкретних людей, як носіїв певних якостей у конкретній ситуації та на самого себе.

У 96 % досліджуваних молодших школярів складається негативне ставлення до такої якості як відраза. У 60% – до страх. У 56 % досліджуваних молодших школярів складається негативне ставлення до такої емоції як сум.

Нейтральне особистісне ставлення до сорому має 40 % досліджуваних (див. Додаток В).

Досліджуваним контрольної групи, 80 % респондентів, властиве уявлення та знання змісту й наповненості емоції «радість» і «сум», «страх» і «сором». 46 % досліджуваних мають уявлення та знання змісту й наповненості поняття «гнів» та «здивованість». Уявлення та знання змісту й наповненості поняття «образа» й «відраза» мають 20 %, «захоплення» і «інтерес» – 45.

Молодші школярі (контрольна група) здатні розрізняти притаманні оточуючим емоції, такі як радість й сум (80 % досліджуваних), захоплення та інтерес (40 % досліджуваних), страх та сором (30 % досліджуваних). Відповіді дітей спиралися на конкретних людей, як носіїв певних якостей у конкретній ситуації та на самого себе.

У 16 % досліджуваних молодших школярів контрольної групи складається негативне ставлення до такої якості як відраза. У 80% – до страх. У 10 % досліджуваних молодших школярів складається негативне ставлення до такої емоції як сум.

Нейтральне особистісне ставлення до сорому має 20 % досліджуваних (див. Додаток В1).

Аналізуючи відповіді респондентів за методикою «Закінчи речення» приходимо до висновку, що 50 % молодших школярів схильні свій вчинок чи вибір пояснювати, посиляючись на емоційні установки. У 100 % досліджуваних емоційні реакції адекватні. У 20 % вибірки ставлення до моральних норм активне й стійке, тоді як 80 % мають недостатньо стійке ставлення до моральних суджень.

Аналізуючи відповіді експертів (батьків та класних керівників) на запропоновані питання, можемо передбачити, що справедливість у повсякденних діях та вчинках молодших школярів завжди виявляється у 8 % респондентів, часто виявляється у 56 % досліджуваних, іноді виявляється у 22 % досліджуваної вибірки, вияв ніколи не виявляється у 14 % респондентів.

Досліджувана вибірка за критерієм образи – захисту слабших за себе розподілилася наступним чином: 62% – захищають слабких і беззахисних, а 38 % досліджуваних ображають слабких і беззахисних.

За критерієм визнання своєї вини в ситуаціях, очевидних для оточуючих чи оправдовування себе, 52 % респондентів відмовляється визнавати вину, оправдовує себе. Визнають свою вину в ситуаціях, очевидних для оточуючих 48 % респондентів.

В результаті експериментального вивчення емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку було виявлено, що його психологічними особливостями є:

1. Емоційно-ціннісне ставлення до іншої людини, обумовлене потребою в єднанні з нею. Кореляційний аналіз показав достатньо високий зв'язок $-0,67$ між орієнтацією на розуміння емоційного стану іншого та фактором F+ сургенсія. Прийняття емоцій іншої людини, поважливе ставлення до її емоційного стану обумовлює розуміння та поійняття й власного емоційного стану, що пов'язано з комунікативністю, бадьорістю, імпульсивністю, рухливістю, винахідливістю дитини молодшого шкільного віку.

2. Емоційно забарвлені уявлення про взаємовідносини на засадах справедливості, людяності, відповідальності, чесності, людської гідності. Кореляційний аналіз показав високий позитивний зв'язок $-0,58$ між ціннісною орієнтацією моральна свідомість та фактором Q₃+ контроль бажань. Ступінь відповідальності за те, що трапляється з молодшим школярем: чи відчуває він потребу в обґрунтуванні й поясненні своїх дій, чи прагне аналізувати свої вчинки і чи вважає самоаналіз важливим для людини тісно пов'язане з організованістю та вмінням контролювати свою поведінку й емоції. Діти спочатку думають, а потім вчиняють, долають перешкоди, не зупиняються зіштовхнувшись з труднощами. Закінчують розпочаті справи і завдання. Усвідомлюють соціальні вимоги.

3. Емоційно забарвлені знання як цілісна система когнітивних утворень, які обумовлюються певними емоційно-ціннісними й емоційно-вольовими компонентами й є проявами у вчинках, поведінці та діяльності. Кореляційний аналіз показав достатньо високий зв'язок $-0,78$ між відчуттям такої емоції як радість та фактором H+ пармія. Широкі інтелектуальні інтереси, швидка научуваність, настійливі у пізнанні залежать від не чутливі до небезпеки, ризикованості, сміливості, комунікабельності, публічності.

4. Поява самосвідомості та свідомих компонентів Я-образу. Кореляційний аналіз показав достатньо високий зв'язок $-0,72$ між

моральною свідомістю та фактором С+ сила «Я». Позитивне самосприйняття, уміння самовиражатися, повага до себе як до особистості й індивідуальності у молодших школярів обумовлюється здатність досягати поставлені цілі без особливих складнощів, сміливістю, усвідомленням вимог навчальної дійсності, адекватним сприйняттям недоліків, не піддаванню випадковим коливанням настрою.

В таблиці 3.5 наведено коефіцієнти кореляції показників ціннісних орієнтацій та особистісних якостей

Таблиця 3.5

Коефіцієнти кореляції окремих складників емоційного інтелекту із особистісними якостями

Складові емоційного інтелекту	Кореляційний показник (p)
Радість та пармія (фактор Н+)	0,78
Моральна свідомість сила «Я» (фактор С+)	0,70
Розуміння емоційного стану іншого та сургенсія (фактор F+)	0,67
Моральна свідомість та контроль бажань (фактор Q ₃₊)	0,57

($p_{кр 0,05}=0,66$)

Виявлено достовірний позитивний кореляційний зв'язок цінністю-пізнання та пармією ($p= 0,78$), Я-цінністю та силою «Я» ($p= 0,70$), Інший-цінність та сургенсією ($p= 0,67$), відповідальністю як цінність та контролем бажань ($p= 0,57$), суспільно-корисною діяльністю та формальністю моральних суджень ($p= 0,58$).

Порівняння показників за критерієм Манна –Уїтні відмінностей не виявило. В таблиці 3.6 наведено показники за критерієм Манна –Уїтні та наявність відмінностей.

Таблиця 3.6

Порівняння показників за критерієм Манна –Уїтні та наявністю відмінностей

Показники	U _{емп}	Наявність відмінностей
Радість та пармія (фактор Н+)	192,4	Зона значимості відмінностей
Моральна свідомість сила «Я» (фактор С+)	194	Зона значимості відмінностей
Розуміння емоційного стану іншого та сургенсія (фактор F+)	174,5	Зона значимості відмінностей
Моральна свідомість та контроль бажань (фактор Q _{з+})	176,5	Зона значимості відмінностей

$$U_{кр0,01}=114, U_{кр0,05}=138$$

Грунтуючись на вище викладеному можемо говорити про достовірність отриманих результатів. Гіпотеза дослідження підтверджена.

ВИСНОВКИ

Емоційний інтелект – це інтегративна особистісна властивість, яка зумовлюється динамічною єдністю афекту та інтелекту через взаємодію емоційних, когнітивних, поведінкових та мотиваційних особливостей і спрямована на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечує управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму, сприяє самопізнанню та самореалізації через збагачення емоційного та соціального досвіду.

Емоційний інтелект виконує не тільки інформаційну, але й особливу функцію у структурі мотивації дитини. Емоції, які виникають у складі мотивації, виконують важливу функцію визначення напрямку та способів її виконання. Перебіг подій, які відбуваються з молодшим школярем, навколо нього, стають більш значимими, ніж просто розуміння емоцій. Спираючись на власні емоції й емоції інших людей, у молодшого школяра формується здатність розпізнавати й отримувати інформацію про те, що реально відбувається у житті суспільства.

Основними типами емоційного інтелекту молодших школярів є:

1) Раціональний тип емоційного інтелекту відображає факт розвитку когнітивної складової емоційного інтелекту. Це проявляється у здатності добре розуміти власні емоції та емоції інших людей. Дитина може встановити (усвідомити) факт емоційного переживання у себе чи іншої людини; розпізнати емоцію, тобто ідентифікувати те, яку саме емоцію переживає людина сама або інша особа; легко і швидко вербалізувати емоцію (її словесно виразити); розуміє причини, що викликали цю емоцію, та наслідки, до яких вона призведе. Така дитина характеризується високим рівнем емоційного самопізнання, розвиненою рефлексією.

2) Емоційний тип емоційного інтелекту (пов'язаний з особливостями емоційного реагування дитини в емоціогенних ситуаціях. Емоційність як одна з найважливіших, поряд з психічною активністю, характеристик

індивідуальності, зумовлює підвищену чутливість дитини до емоціогенних ситуацій. Така дитина характеризується стійкою схильністю до переживань емоцій певної модальності, сильнішого й частішого прояву емоційних реакцій, ніж інші діти.

3) Соціально-адаптивний тип емоційного інтелекту передбачає, що у цих молодших школярів добре розвинута конативна складова емоційного інтелекту. Така дитина здатна володіти собою, здійснювати емоційний самоконтроль та емоційну саморегуляцію. При цьому вона намагається контролювати як інтенсивність емоцій, так і їхнє зовнішнє вираження, може довільно стримувати чи викликати різні емоційні переживання, адекватно емоційно поводитися відповідно до ситуацій та умов, соціокультурних норм. Це забезпечує дитині високу соціальну пристосованість, розширює адаптивний потенціал поведінки в емоціогенних ситуаціях.

4) Соціально-комунікативний тип емоційного інтелекту характеризується умінням застосувати дитиною емоційні компетенції у сфері спілкування та соціальної взаємодії. У дитини цього типу добре розвинена емпатія, відсутні емоційні бар'єри у спілкуванні. Вона здатна легко і швидко встановлювати емоційний контакт з іншими людьми, виявляти емоційну гнучкість у стосунках з іншими, що забезпечує успішність соціальної взаємодії та ефективність міжособистісного спілкування.

5) Гармонійний тип передбачає внутрішню збалансованість усіх структурних складових емоційного інтелекту властивий. При цьому високий рівень розвитку усіх структурних компонентів зумовлює високий інтегральний показник емоційного інтелекту. Здатність особистості до емоційного самопізнання та емоційної саморегуляції забезпечує емоційну задоволеність образом «Я», стосунками з іншими людьми і життям в цілому. Дитина цього типу характеризується емоційно-інтелектуальною зрілістю, переживанням позитивних емоцій та відсутністю тривожно-депресивних переживань.

Ігрова діяльність – це динамічна система взаємодії дитини з навколишнім середовищем, у процесі якої відбувається його пізнання, засвоєння культурно-історичного досвіду і формування дитячої особистості.

Гра є ефективним засобом соціалізації особистості дитини, виникає не мимовільно, а під впливом соціального оточення, внаслідок чого у грі відображається усе соціальне, усе, що оточує дитину – діяльність дорослих, система їх взаємовідносин. Ігрова діяльність є ефективним засобом розвитку емоційного інтелекту особистості молодшого школяра.

В результаті експериментального вивчення розвитку емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку визначено що:

1. Емоційно-ціннісне ставлення до іншої людини, обумовлене потребою молодшого школяра у єднанні з нею. Прийняття емоцій іншої людини, поважливе ставлення до її емоційного стану обумовлює розуміння та поійняття й власного емоційного стану, що пов'язано з комунікативністю, бадьорістю, імпульсивністю, рухливістю, винахідливістю дитини молодшого шкільного віку.

2. Емоційно забарвлені уявлення про взаємовідносини на засадах проявів моральної свідомості: справедливості, людяності, відповідальності, чесності, людської гідності. Ступінь емоційної відповідальності за те, що трапляється з молодшим школярем: чи відчуває він потребу в обґрунтуванні й поясненні своїх дій, чи прагне аналізувати свої вчинки і чи вважає самоаналіз важливим для людини тісно пов'язане з організованістю та вмінням контролювати свою поведінку й емоції.

3. Емоційно забарвлені знання як цілісна система когнітивних утворень, які обумовлюються певними емоційно-ціннісними й емоційно-вольовими компонентами й є проявами у вчинках, поведінці та діяльності. Широки інтелектуальні інтереси, швидка научуваність, настійливі у пізнанні залежать від не чутливі до небезпеки, ризикованості, сміливості, комунікабельності, публічності.

4. Поява самосвідомості та свідомих компонентів Я-образу. Позитивне самосприйняття, вміння самовиражатися, повага до себе як до особистості й індивідуальності у молодших школярів обумовлюється здатність досягати поставлені цілі без особливих складнощів, сміливістю, усвідомленням вимог навчальної дійсності, адекватним сприйняттям недоліків, не піддаванню випадковим коливанням настрою.

5. Невміння керувати емоціями, домінування негативних емоцій, негнучкість, небажання зблизитися з іншими людьми на емоційній основі у молодшою шкільному віці пояснює низький рівень розвитку емоційного інтелекту.

Отже, показником розвитку емоційного інтелекту молодших школярів є здатність визначати емоції, враховуючи емоційний стан у власній діяльності, орієнтуватися на емоції інших людей у процесі організації взаємодії.

Психологічними особливостями розвитку емоційного інтелекту молодших школярів засобами ігрових технологій є: емоційно-ціннісне ставлення до іншої людини, обумовлене потребою в єднанні з нею; емоційно забарвлені уявлення і знання про взаємовідносини на засадах справедливості, людяності, відповідальності, людської гідності; поява свідомих компонентів образу «Я».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аршава І. Ф., Носенко Е.Л. Аспекти імпліцитної діагностики емоційної стійкості людини: монографія. Д.: Вид-во ДНУ, 2008. 468 с.
2. Березюк Г. Емоційний інтелект як детермінанта внутрішньої свободи особистості. Психологічні студії Львівського університету. 2003. С. 20-23.
3. Боковець, О. І. Емоційний інтелект як ресурс психічного здоров'я. Габітус. 2022. Вип. 37. С. 68-75. Бібліогр.: 34 назви. URL (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/47957>
4. Булка Н. І. Ресурси соціального інтелекту: адаптивність, комунікативність, креативність / Н. І. Булка // Практична психологія та соціальна робота 2004. № 6. С. 43-45.
5. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку / О. І. Власова. К. : ВПЦ «Київський університет», 2005. 308 с.
6. Дерев'янку С. П. Програма розвитку емоційного інтелекту, 2008 URL:http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/prog_raz_EQ_Derev_yan_ko.pdf (дата звернення: 15.08.2022).
7. Діомідова Н.Ю. Теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту / Н.Ю. Діомідова // Міжнародний науковий журнал «Науковий огляд», 2015. Т. 4. Вип. 14. С. 17 – 22.
8. Емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці. Психологічні перспективи URL:https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reform_s/ukrainskashkolacompressed.pdf
9. Журавльова Л. П. Психологія емпатії / Л. П. Журавльова. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.

10. Засекіна Л. В. Культурний інтелект: термінологічне новоутворення чи важливий особистісний конструкт // Україна та Польща: теоретичні проблеми соціокультурного процесу й практика формування діалогічної поведінки молоді : колективна моног. / За ред. Л. В. Засекіної, І. Ю. Філіппович. Вид. 2-ге доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2016. С. 22-41.
11. Засекіна Л. В. Структурно-функціональна організація інтелекту: монографія / Л. В. Засекіна. Острогоз: Вид-во Нац. ун-ту «Острозька академія», 2005. – 370 с
12. Історія розвитку дослідження емоційного інтелекту/
<https://www.empatia.pro/istoriya-vyunykennyya-ei-ta-empatiyi/> 93
13. Калошин В. Ф., Безносюк О. О., Лемешко Ю. П. Вплив емоцій на ефективність навчального процесу. Практична психологія та соціальна робота. 2018. №1. С. 70-74.
14. Карпенко Є. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості. Дрогобич: Посвіт. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/novaukrainkashkola-compressed.pdf>
15. Кіреєва У. В. Теоретичні підходи до психологічного вивчення Я-концепції / У. В. Кіреєва. Психологія і суспільство, – 2010. – № 4. – С. 111-119.
16. Концепція «Нова українська школа», 2016 URL: <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainskashkolacompressed.pdf>.
17. Котик Т.М. Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи: навч.-метод. посібник для вчителів початкової школи. Тернопіль: Астон, 2020. 192 с.

18. Куценко Я.М. Емоційний інтелект: проблеми діагностики / Я.М. Куценко // Проблеми сучасної психології. 2011. Випуск 14. С. 424-425.
19. Люсин Д.В. Сучасні уявлення про емоційний інтелект / Соціальний інтелект. Теорія, вимір, дослідження / Під ред. Д.В. Ушакова, Д.В. Люсіна. К., 2004. С. 29-39 94
20. Лящ О.П. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень. Проблеми сучасної психології. 2013. № 22. С. 324 – 335.
21. Милославська О.В. Емоційний інтелект як складова комунікативної компетентності студентів: монографія. Харків, 2019. С. 37
22. Мединська Ю. Я. Рівень емоційного інтелекту як детермінанта психологічної безпеки особистості. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справа. 2012. № 2. С. 354–360.
23. Науменко О.С. Соціальний та емоційний інтелект як складові соціальної обдарованості. Вісник Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. VI. Психологія обдарованості. Випуск 8. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2012. 262с.
24. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. Київ: Вища школа, 2003. С. 67–23.
25. Носенко Е.Л., Коврига Н. В. Емоційна розумність як детермінанта успішності життєдіяльності людини і шляхи її операціоналізації. Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія», 2000. №6. С. 3-9.

26. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості / Е. Л. Носенко // Психологія і суспільство. 2004. № 4. С. 95 - 109.
27. Носенко Е. Л., Четверик-Бурчак А. Г. Посібник до вивчення курсу «Теорія емоційного інтелекту». Дніпропетровськ, 2014. 73 с.
28. Опанасюк І.В. Психологічна сутність феномену «емоційний інтелект». Збірник наук. праць : філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ: ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. Василя Стефаника». 2013. Вип. 18. Ч. 1. 213 с.
29. Петрушина Л. Дидактична гра як засіб пізнавальної діяльності дітей. Така проста гра. 2005. № 2. С.28-30.
30. Ракітянська Л. Сутність та зміст поняття «емоційний інтелект». Вісник Педагогічний процес: теорія і практика (серія: педагогіка) № 4 (63), 2018, С. 35-40.
31. Собченко О. М. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості. Наука. Релігія. Суспільство. 2010. № 4. С. 84-87.
32. Стрельников В. Ю. Роль емоційного інтелекту у забезпеченні здоров'я людини. Пост Методика. 2010. № 6 (97). С. 15-21.
33. Черножук Ю. Г. Індивідуальні відмінності емоційності у співвідношенні з особливостями інтелекту. Дис. ... канд. психол. наук / Ю. Г. Черножук. Одеса, 2006. 197 с.
34. Четверик-Бурчак А. Г. Механізми впливу емоційного інтелекту на психічне здоров'я особистості / А. Г. Четверик-Бурчак // Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна, серія «Психологія». – № 47 – 2011. – С.47-54.
35. Шпак М. М. Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. Педагогіка та психологія. VI (68). 2018. С.71-74.

36. Шпак М. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. Психологія особистості. 2011. № 1 (2). С. 282–288.
37. Шпак М. М. Емоційний інтелект як особистісний ресурс забезпечення психологічного благополуччя молодших школярів. Наука і освіта. 2016. № 5. С. 266–270.
38. Шпак М. М. Психологічні типи емоційного інтелекту молодших школярів. Психологічний часопис. №2(6), 2017.С.88-98.
39. Шпак М. М. Психологія розвитку емоційного інтелекту молодших школярів: монографія Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2016. 372 с.
40. Юркевич В. Проблема розвитку емоційного інтелекту [Текст] / В. Юркевич // Вісник практичної психології. № 3. 2005.
41. Bar-On, R. Emotional Intelligence Inventory (EQ-i): Technical Manual. – Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 1997.
42. Gardner H. Frames of mind: The theory of multiple intelligences. New York: Basic Books, 1983, 449 p
43. Holmogorova A. Emotsionalnyie rasstroystva i sovremennaya kultura / A. Holmogorova, N. Garanyan // Moskovskiy psihoterapevticheskiy zhurnal. – 1999. – № 2. – S. 61-90.
44. Marlowe, H.A. Social intelligence: Evidence for multidimensionality and construct independence. Journal of Educational Psychology. 1986. 78. P. 52-58. 83
45. Mayer, J.D., Salovey P., Caruso D. Emotional intelligence: Theory, Findings, and Implications. Psychological Inquiry. 2004. Vol. 15, № 3. P. 197-215.
46. Psihicheskoe razvitie mladshih shkolnikov / Pod red. V. V. Davyidova. – M.: Pedagogika, 1990. – 168 s.

ДОДАТКИ:

Розподіл досліджуваних експериментальної групи за рівнем розвитку перешкод у встановленні емоційних контактів

Перешкоди у встановленні емоційних контактів	Рівень розвитку перешкод у встановленні емоційних контактів до участі у розвиткових заняттях			Рівень розвитку перешкод у встановленні емоційних контактів після участі у розвиткових заняттях		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Невміння управляти емоціями, дозувати їх.	10 %	30 %	60 %	30 %	60 %	10 %
Неадекватний прояв емоцій.	30 %	20 %	50 %	40 %	40 %	20 %
Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій	30 %	30 %	40 %	45 %	45 %	10 %
Домінування негативних емоцій	60%	30 %	10 %	70 %	30 %	0 %
Відсутність бажання зблизитися з людьми на емоційній основі	40 %	30 %	30 %	50 %	40 %	10 %

Розподіл досліджуваних контрольної групи за рівнем розвитку перешкод у встановленні емоційних контактів

Перешкоди у встановленні емоційних контактів	Рівень розвитку перешкод у встановленні емоційних контактів до участі у розвиткових заняттях			Рівень розвитку перешкод у встановленні емоційних контактів після участі ЕГ у розвиткових заняттях		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Невміння управляти емоціями, дозувати їх.	20 %	30 %	50 %	20 %	30 %	50 %
Неадекватний прояв емоцій.	50 %	40 %	10 %	50 %	40 %	10 %
Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій	25 %	25 %	50 %	25 %	25 %	50 %
Домінування негативних емоцій	80%	10 %	10 %	80 %	10 %	10 %
Відсутність бажання зблизитися з людьми на емоційній основі	60 %	40 %	10 %	60 %	40 %	10 %

**Розподіл досліджуваних експериментальної та контрольної групи
групи за вираженістю особистісних якостей**

№/№	Фактор	Вираженість фактору	Домінуюча особистісна якість	Кількість досліджуваних	Відсоток
1.	A	A+	Доброта	15	25
		A-	відчуженість	45	75
2.	B	B+	високий інтелект	60	100
		B-	низький інтелект	0	0
3.	C	C+	емоційна стійкість	39	65
		C-	емоційна нестійкість	21	35
4.	D	D+	стурбованість	18	30
		D-	врівноваженість	42	70
5.	E	E+	домінантність	33	55
		E-	конформність	27	45
6.	F	F+	Безпечність	30	50
		F-	Тривожність	30	50
7.	G	G+	Моральність	60	100
		G-	недобросовісність	0	0
8.	H	H+	Сміливість	54	90
		H-	сором'язливість	6	10
9.	I	I+	Залежність	45	75
		I-	реалістичність	15	25
10.	O	O+	відчуття вини	21	35
		O-	самовпевненість	39	65
11.	Q₃	Q ₃ +	контроль бажань	27	45
		Q ₃ -	імпульсивність	33	55
12.	Q₄	Q ₄ +	фрустрованість	36	60
		Q ₄ -	не фрустрованість	24	40

Розподіл досліджуваних експериментальної групи за розумінням емоцій та ставленням до них

Досліджувана емоція	Уявлення та знання змісту поняття				Особисте ставлення					
	Наявні		Відсутні		Позитивне		Негативне		Нейтральне	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
Сум	30	100	0	0	28	56	16	60	14	40
Радість	30	100	0	0	30	100	0	0	0	0
Страх	30	100	0	0	0	0	16	60	16	40
Сором	30	100	0	0	9	30	9	30	12	40
Гнів	26	86	4	14	0	0	15	50	15	50
Здивованість	26	86	4	14	10	33	10	33	10	33
Образа	24	80	6	20	12	40	9	30	9	30
Відраза	24	80	6	20	0	0	29	96	1	4
Захоплення	22	72	8	28	30	100	0	0	0	0
Інтерес	22	72	8	28	30	100	0	0	0	0

Розподіл досліджуваних контрольної групи за розумінням емоцій та ставленням до них

Досліджувана емоція	Уявлення та знання змісту поняття				Особисте ставлення					
	Наявні		Відсутні		Позитивне		Негативне		Нейтральне	
	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%	К-ть	%
Сум	24	80	6	20	18	56	6	12	6	32
Радість	24	80	6	20	6	12	18	56	6	32
Страх	24	80	6	20	46	92	0	0	4	8
Сором	24	80	6	20	0	0	48	96	2	4
Гнів	14	46	16	54	28	56	6	12	16	32
Здивованість	14	46	16	54	6	12	28	56	16	32
Образа	6	20	24	80	28	56	6	12	16	32
Відраза	6	20	24	80	6	12	28	56	16	32
Захоплення	14	45	16	55	41	82	0	0	9	18
Інтерес	14	45	16	55	0	0	30	60	20	40