МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

Виконала: студентка ІІ курсу
групи 7.С4.25-6-з
спеціальності С4 – Психологія
освітньо-професійної програми: Психологія
Черненко Альбіна Станіславівна
Керівник: д-р психол. наук, професор
кафедри психології Горбань Г.О.
Рецензент: д-р психол. наук, професор
кафедри психології Клопота Є.А.

Запоріжжя – 2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти другий (магістерський)
Спеціальність С4 Психологія
Освітньо-професійна програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ
в.о. завідувача кафедри психології
канд. психол. наук, доцент Н.О. Губа
_____
«____»_____2026 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Черненко Альбіні Станіславівни

1. Тема роботи: Особливості соціалізації учнів старших класів в умовах воєнного стану

керівник роботи Горбань Г.О. д-р психол. наук, доцент, професор кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «25» 09 2026 року № 1323-с

Строк подання студентом роботи ____24.10.2026_____

2. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

3. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: критично проаналізувати поняття соціалізація та підходи до її класифікації в науковій літературі; визначити особливості соціалізації в період ранньої юності (15-17 років); провести дослідження рівня емоційного інтелекту, обґрунтувати його результати та кореляцію з соціалізацією; розробити психологічні рекомендації щодо ефективної соціалізації старшокласників в умовах воєнного стану.

4. Перелік графічного матеріалу: 5 таблиць. 1 рисунок.

5. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Горбань Г.О., професор		
Розділ 1	Горбань Г.О., професор		
Розділ 2	Горбань Г.О., професор		
Розділ 3	Горбань Г.О., професор		
Висновки	Горбань Г.О., професор		

Дата видачі завдання _____2026 рік_____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень –лютий 2026 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2026 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2026 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2026 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень -серпень 2026 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2026 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2026 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2026 р.	Виконано

Студент _____ А. С. Черненко

Керівник роботи _____ Г. О. Горбань

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ А. О. Неманежина

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 60 сторінок, 5 таблиці, 62 джерела, 4 додатки.

Об'єкт дослідження: соціалізація старшокласників.

Предмет дослідження: особливості соціалізації учнів вікової категорії рання юність.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично виявити психологічні особливості соціалізації учнів старших класів в умовах воєнного стану; довести, що рівень розвитку емоційної компетентності виступає важливою складовою успішної соціалізації особистості.

Гіпотеза дослідження: характер перебігу соціалізації старшокласників в умовах війни визначається специфікою поєднання їхніх особистісних якостей, суб'єктивного сприйняття безпеки й підтримки учнів їхнім найближчим оточенням.

Методи: теоретичні: теоретичний аналіз наукових джерел, аналіз базових понять дослідження; емпіричні: психодіагностичне вимірювання;

статистичні: описова статистика, статистичні критерії.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що:

- уточнено соціально-психологічні чинники, що впливають на ефективність соціалізації старшокласників в умовах воєнного часу;
- сформульовано практичні рекомендації, спрямовані на оптимізацію та фасилітацію процесу соціалізації.

Галузь використання: навчальні заклади (школи, технікуми, ВНЗ), де навчаються здобувачі освіти 15-17 років.

СОЦІАЛІЗАЦІЯ, МОТИВАЦІЯ, САМОМОТИВАЦІЯ, ЕМОЦІЯ, ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ, РАННЯ ЮНІСТЬ.

SUMMARY

Chernenko A.S. Features of Socialization of High School Students under Martial Law Conditions

The qualifying work consists of Introduction, 3 Chapters, Conclusion, References (56 items, 6 of foreign origin), 4 appendixes on 9 pages. The qualifying work volume is 76 pages long, 60 of them – main text. There are 5 tables and 1 illustration.

The research Object: socialization of high school students.

The research Subject: features of socialization of students in the early youth age category.

The research goal: to provide a theoretical substantiation and empirical identification of the psychological characteristics of senior school students' socialization during martial law, as well as to demonstrate that the level of emotional competence is a vital component of an individual's successful socialization.

The research tasks are:

1. To substantiate the nature, structure, and key approaches to investigating the concept of "socialization" in contemporary psychology.

2. To characterize the psychological characteristics of development and the specifics of social challenges for adolescents under martial law.

3. To characterize the psychological features of development and the specifics of social challenges for adolescents under martial law.

4. Based on the research findings, to develop recommendations for further work on the socialization of high school students.

Chapter 1 «Theoretical aspects of the problem of socialization» provides theoretical analysis of the development of the problem of socialization. The genesis of scientific views from subject-object models of passive adaptation to subject-subject concepts of active socialization is analyzed**.** Special attention is paid to the scientific works of V. Moskalenko, M. Lukashevych, the

ecopsychological approach, and Y. Shvalb's socialization model. The features of the age period of early youth (15–17 years old) as a time for the formation of self-concept, as well as personal and professional self-determination, are highlighted**.** The specifics of socialization under conditions of prolonged war distress, quarantine isolation, and future deprivation are investigated. Positive and negative consequences of digitalization are systematized (Table 1.1), and it is proved that a high level of emotional intelligence reduces the risks of digital degradation and cyberbullying.

In the Chapter 2 «Student socialization and the role of emotional intelligence in personality development during early youth» negative influencing factors on four categories of high school students depending on their location during the war have been systematized (Table 2.1). Global and domestic theories of emotional intelligence (E. Thorndike, J. Guilford, H. Gardner, P. Salovey and J. Mayer, D. Goleman, R. Bar-On, E. Nosenko, N. Kovryha) have been analyzed, confirming the role of EQ as a regulatory and stress-protective resource of the personality. Psychodiagnostic tools for assessing the emotional sphere have been described.

Chapter 3 «Specifics of the development of affective-cognitive properties of high school students under martial law » explains the design and methods of research. Empirical evidence regarding the influence of EQ components on the social adaptation of high school students is generalized (Table 3.3). It is proved that emotional awareness protects against conformism, empathy prevents conflicts, and self-regulation protects youth from disinformation, manipulation, and hostile recruitmen.

Research Materials were presented at the conference (ZNU, April 2026).

Key words: socialization, motivation, self-motivation, emotion, emotional competence.

ЗМІСТ

ВСТУП 8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ 11
1.1. Поняття та сутність соціалізації в науковій літературі 11
1.2. Особливості соціалізації учнів старших класів 18
1.3. Психологічні особливості соціалізації старшокласників в умовах воєнного стану 24
РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛІЗАЦІЯ УЧНІВ ТА РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОЦЕСІ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ДОБУ РАННЬОЇ ЮНОСТІ 33
2.1. Теоретико-методологічні засади дослідження емоційного інтелекту як чинника соціалізації та адаптації особистості 33
2.2. Психодіагностичний інструментарій та методика на визначення емоційного інтелекту Н. Голла 42
РОЗДІЛ 3. СПЕЦИФІКА РОЗВИТКУ АФЕКТИВНО-КОГНІТИВНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ 45
3.1. Організація та здійснення діагностичного зрізу з використанням стандартизованого інструментарію 45
3.2. Обґрунтування впливу емоційного інтелекту на перебіг соціалізації учнів старших класів 53
ВИСНОВКИ 57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 61
ДОДАТКИ 68

ВСТУП

Актуальність дослідження. Період ранньої юності (що відповідає 10-11 класу) є важливим етапом у формуванні особистості молодої людини, бо формується готовність до особистісного та професійного самовизначення, завершується побудова системи цінностей і етичних принципів як орієнтирів власної поведінки, створюється стійка і незалежна Я-концепція, відбувається перехід до самодетермінації поведінки. В умовах сьогодення цей процес зазнає значного зовнішнього впливу: тривала війна обумовлює додаткове психологічне навантаження на кожного громадянина, а на підлітків та юнацтво через їхні гостре сприйняття тим паче. У сучасній психологічній науці відбуваються зміни в підходах до визначення поняття соціалізація. Усе це робить дослідження актуальним.

У максимально широкому розумінні під соціалізацією особистості розуміють комплексний процес засвоєння, інтеграції та подальшого відтворення людиною суспільного досвіду та культурних цінностей, що забезпечує повноцінне входження в соціум і становлення як суб’єкта суспільних відносин. Цей процес триває все життя людини, а період ранньої юності є одним з важливіших, бо він може стати або потужним стартом, або загальмувати подальші етапи.

Термін у науковий обіг ввів соціолог Франклін Р. Ґіддінгс у 1887 році в дослідженні «Теорія соціалізації», після чого концепція була допрацьована в роботах багатьох дослідників. Сьогодні термін «соціалізація» використовується декількома суміжними науками, але в кожній галузі має специфічне трактування. В.В. Москаленко, детально дослідивши різноманітні підходи до інтерпретації цього поняття у вітчизняній та світовій науці, погодилась із висновком М. М. Слюсаревського щодо панування в сучасній науці принципу методологічного плюралізму, який орієнтує на пошук пошук спільного та інтеграцію різних теоретичних підходів. Дослідниця пропонує трактувати соціалізацію як інтердисциплінарний

психолого-соціальний феномен, де зовнішній вплив суспільства на людину завжди заломлюється через її унікальні індивідуально-психологічні властивості.

Різним аспектам соціалізації та виховання підлітків і молоді присвятили дослідження Л.С. Виготський (увага до процесу інтеріоризації), Ю. М. Швалб (екологічна психологія), Г. О. Горбань (процес соціалізації з позиції екопсихології), Е. Еріксон (теорія психосоціального розвитку, яка доводить, що процес соціалізації триває все життя), І. Д. Бех (концепція особистісно-орієнтованого виховання та психологічні механізми соціалізації), О. І. Власова (психологія соціальних здібностей), М. Ф. Головатий (проблеми адаптації, інтеграції та формування нової генерації в умовах суспільних трансформацій і криз) та інші. На сучасному етапі є дослідження, які пропонують нові класифікації деяких явищ.

Об’єкт дослідження – соціалізація учнів старших класів в умовах воєнного стану.

Предмет дослідження – особливості соціалізації у віці ранньої юності.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично виявити психологічні особливості соціалізації учнів старших класів в умовах воєнного стану.

Гіпотеза дослідження: характер перебігу соціалізації старшокласників в умовах війни визначається специфікою поєднання їхніх особистісних якостей (емоційної стійкості, вміння контролювати власні емоції) та суб'єктивного сприйняття безпеки й підтримки у найближчому оточенні.

Мета зумовила постановку наступних завдань дослідження:

1. Обґрунтувати сутність, структуру та основні підходи до вивчення поняття «соціалізація» у сучасній психологічній науці.
2. Охарактеризувати психологічні особливості розвитку та специфіку соціальних викликів для підлітків в умовах воєнного стану.
3. Проаналізувати комплекс діагностичних методик та узагальнити емпіричні дані щодо сучасного стану, рівнів та тенденцій перебігу соціалізації учнів старших класів.

4. За підсумками дослідження розробити рекомендації для подальшої роботи щодо соціалізації старшокласників.

Під час написання кваліфікаційної роботи було використано наступні методи дослідження: теоретичні: аналіз наукових джерел (для класифікації сучасних підходів до поняття соціалізація), узагальнення теоретичних положень; метод діагностики та математичного аналізу даних.

Новизна роботи полягає в тому, що:

- уточнено соціально-психологічні чинники, що впливають на ефективність соціалізації старшокласників в умовах воєнного часу;
- поглиблено уявлення про оптимізацію та фасилітацію процесу соціалізації старшокласників.

Практична значущість дослідження полягає у можливості застосування його матеріалів для подальших досліджень, використання в процесі підготовки майбутніх педагогів, психологів та інших фахівців, які працюють із учнями в закладах загальної середньої або професійної освіти.

Надійність та вірогідність результатів дослідження забезпечувались методологічним обґрунтуванням вихідних положень; використанням методів, адекватних меті та завданням дослідження.

Апробація результатів дослідження: Черненко А. Особливості соціалізації учнів старших класів в умовах воєнного стану. ЗНУ. Молода наука. 2026. Т.1. С. 441-443. URL : https://sites.znu.edu.ua/stud-sci-soc//--nzhenernij-navchalno-naukovij-institut--im--yu-m--potebni-2024/tom_1.pdf (дата звернення 18.11.2026)

Структура кваліфікаційної роботи. Складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (62 джерела) та 4 додатків. Текст роботи викладено на 76 сторінках. Робота містить 5 таблиць.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ

1.1. Поняття та сутність соціалізації в науковій літературі

Термін «соціалізація» сьогодні можна вважати міжгалузевим, оскільки його використовують у соціології, психології, педагогіці, економіці, політології, етнографії, історії та інших споріднених галузях. М. М. Слюсаревський вважав, що в сучасній науці «бере гору принцип методологічного плюралізму»: пошук спільного в різних теоріях та визначеннях [35]. Вважаємо доцільним визначитися з чітким тлумаченням та підходами до вивчення процесу соціалізації саме в психологічній царині.

У психологію термін прийшов наприкінці XIX століття завдяки праці соціолога Ф. Ґідінґса «Теорія соціалізації», де науковець називає соціалізацією пристосування людей один до одного. За останній час змінилися погляди і на сам процес, і на підходи до його класифікації.

У першій половині XX століття соціалізацію розглядали як процес поступового входження дитини в суспільство. З 60-х років почали звертати увагу на те, що соціалізація триває все життя, бо саме в дорослому віці людина здатна більше впливати на оточення та соціум, у той час як дитина чи юнак тільки накопичує досвід та привласнює певні норми поведінки. Одним із перших звернув на це увагу американський соціолог О. Г. Брім, а Е. Еріксон описав 8 стадій соціалізації особистості (так звана «еволюційна концепція»), пов’язавши ці стадії з певним віковим проміжком [9]. На думку науковця, кожна з цих фаз має «своє специфічне еволюційне завдання – вирішення певної проблеми соціального розвитку» [9, 161].

Особливої уваги заслуговує період юності (12-20) та ранньої зрілості (20-25), бо саме в ці роки відбувається ідентифікація особистості, вона усвідомлює свої потреби та задачі. Якщо саме в ці роки не будуть вирішені

проблеми соціалізації, людина не зможе реалізувати свій потенціал, не зможе виконувати певні соціальні ролі, як наслідок – деліквентна поведінка.

Варто зазначити, що питання щодо соціалізації порушували такі зарубіжні науковці, як Д. Джос, Д. Доллерд, Т. Кемпер, Л. Колберг, Дж. Кольман, А. Маслоу, Дж. Мід, Т. Ньюком, А. Оллпорт, А. Парк, К. Роджерс, В. Уолтер, Д. Хорке [45]. Процес соціалізації людини вивчали французький соціальний психолог Г. Тард, американські вчені А. Гослін, І. Толмен, Є. Маккобі, серед українських науковців варто відзначити – В. П. Андрущенко, В. П. Бех, М. Й. Варій, Г. О. Горбань.

Оскільки соціалізація особистості відбувається в різних площинах, виділяють такі види соціалізації :

- ейкуменна (взаємодія з живою та неживою природою);
- сімейно-побутова (стосунки людини в батьківській родині та створення власної сім'ї);
- мезосоціалізація (виховання і освіта, основи здоров'я, вільний час);
- економізація (засвоєння певних професій, участь у виробництві матеріальних благ);
- політизація (засвоєння людиною політичної культури);
- етнокультурна (здатність до збереження національної культури та традицій) [29].

Аналізуючи погляди дослідників на роль індивіда в процесі соціалізації, можна вирізнити два підходи. Перший, на думку Г.В. Лещук, можна назвати суб'єкт-об'єктним (суспільство – суб'єкт впливу, а людина – його об'єкт). Засновниками такого підходу були французький вчений Е. Дюркгейм і американський Т. Парсонс [29]. Людина сприймалася як пасивна істота, яка пристосовується до суспільства та його культури.

Другий підхід – суб'єкт-суб'єктний. Його основоположниками вважаються американці Ч. Кулі і Дж. Герберт Мід. Особистість активно бере участь у самому процесі, не лише засвоює певні норми соціуму, але й змінює його власними ідеями, працею, творчістю.

М. П. Лукашевич розробив адаптивно-розвиваючу концепцію, сутність якої полягає в тому, що на кожному етапі життя особистість адаптується до певних умов і розвивається далі. Вчений довів, що соціалізація не є пасивним процесом. Це безперервна взаємодія між соціальною адаптацією (пристосуванням індивіда до умов середовища, норм та цінностей суспільства) та власне соціалізацією (активним засвоєнням і відтворенням людиною соціального досвіду) [31].

О. О. Авраменко, В. В. Москаленко у своїх дослідженнях аналізують різні підходи до тлумачення цього поняття як у світовій, так і у вітчизняній психології. Так, звертається увага на те, що соціум не є константою, що він змінюється, тому змінюються і принципи його існування, і вимоги до людини, і моральні норми, і цінності. Але саме соціум пропонує умовні стандарти, яким має відповідати людина.

В. В. Москаленко, зокрема, зазначає, що соціалізація поєднує дві тенденції: типізацію (засвоєння типових для даного суспільства норм) та індивідуалізацію (формування особистісних норм, переконань, цінностей) [35, 9]. У структурі соціалізації вона виокремлює чітку ієрархію трьох взаємопов’язаних рівнів:

– макросоціальний рівень розкриває соціалізацію в загальносоціологічному та філософсько-історичному вимірах – як процес історичної зміни соціально-історичних типів особистості відповідно до розвитку культури, суспільного ладу та цивілізаційних трансформацій;

– соціально-груповий (мезорівень) обумовлюється безпосереднім соціальним середовищем і груповою життєдіяльністю: наприклад, соціалізація в окремих спільнотах (сім’я, учнівська та студентська молодь) та її галузеві форми: гендерну (статеворольову), економічну, політичну, професійну;

– індивідуально-особистісний рівень аналізує внутрішню структуру соціалізації через призму вікових стадій розвитку людини, зміну провідних видів діяльності, інтеріоризацію зовнішніх соціальних дій у внутрішні структури психіки та динаміку становлення ідентичності особистості.

Соціалізація нерозривно пов’язана з процесом опанування суб’єктом культурних кодів, мови, значень і смислів – інкультурацією. Культура та мораль стають нормативним регулятором життєдіяльності: їх норми та ідеали поступово переходять із зовнішніх приписів у внутрішні переконання особистості.

Трансляція соціального досвіду забезпечується через оточення особистості. Можна виділити наступні групи за характером функціонального впливу на особистість:

1) опікуни (батьки й оточення, що забезпечують задоволення базових матеріальних і фізичних потреб);

2) авторитети (носії зразків поведінки, які власним прикладом прищеплюють ціннісні орієнтації);

3) дисциплінатори (інстанції контролю норм і санкцій);

4) вихователі та педагоги (суб'єкти цілеспрямованої інституційної освіти й передачі знань);

5) компаньйони та референтні групи ровесників (простір рівноправної інтеракції, дружби та взаємної атракції).

У сучасну епоху співвідношення між цими групами зазнає змін: інформаційна революція породила префігуративний тип культури (за М. Мід), коли молодь завдяки прозорості віртуального простору опановує ресурси світу паралельно або навіть випереджаючи дорослих.

В. В. Москаленко трактує соціалізацію не як пасивне пристосування до середовища (конформізм), а як процес, що базується на принципі діяльності та суб’єктної активності. Конформне підкорення без внутрішнього саморозвитку та рефлексії розглядається не як адаптація, а як прихована дезадаптація.

Р. Зозуляк-Случик стверджує: «Соціалізація відбувається як за умов стихійного впливу на особистість різних обставин життя, так і цілеспрямованого формування особистості» [24, 16]. Дослідниця пропонує свій підхід, який враховує саме рівень і джерело впливу на особистість. Вона виділяє чотири компоненти, з яких складається процес соціалізації:

1. Стихійна соціалізація людини у взаємодії і під впливом об’єктивних обставин життя суспільства, зміст, характер і результати якої визначаються соціально-економічними і соціокультурними реаліями (приклад: вибір професії, виїзд за кордон).

2. Дещо спрямована соціалізація з боку держави здійснюється за умови певних економічних, законодавчих, організаційних заходах задля вирішення завдань, що об’єктивно впливають на зміну можливостей і характеру розвитку, на життєвий шлях тих чи інших вікових соціально-професійних груп населення.

3. Дещо соціально контрольована (виховна) соціалізація складається з сімейного виховання, релігійного виховання, соціального виховання, адаптаційно-корекційного виховання.

4. Більш-менш свідоме самозмінювання особи, якій притаманне самовдосконалення відповідно до з власних ресурсів і відповідно або наперекір об’єктивним умовам життя [24, 18-19].

Зауважимо, що дослідниця достатньо обережно висловлюється стосовно контрольованої чи спрямованої соціалізації, тому вживає слово «дещо». Також пам’ятатимемо, що вплив кожного компонента на конкретну особистість може бути різним.

Отже, за сто тридцять років до питання соціалізації особистості зверталися різні вчені, багато хто пропонував власні визначення терміна соціалізація. Якщо спочатку зверталася увага на те, що особистість має стати частиною суспільства, то за останні роки все більше психологів акцентують увагу на тому, що особистість аналізує, наскільки соціум задовольняє її бажання та здібності, наскільки «своє життя» вона проживає, наскільки ідентифікує себе як частину спільноти, угруповання тощо.

Найбільш структуровано основні моделі соціалізації подано в статті Ю. М. Швалба «Психологічні моделі соціалізації особистості»: «Соціалізація вважається провідним процесом і механізмом становлення особистості як соціальної істоти. Саме через неї відбувається засвоєння індивідом

соціальних цінностей, норм, правил і моделей поведінки і взаємодії» [50, 503].

Перша модель склалася в рамках поведінкового підходу та передбачала існування сталих груп із певними структурами відносин. Вважалося, що всі члени групи демонструють одну модель поведінки, носієм групових норм є лідер. Особистість може бути членом одразу декількох груп або не належати до жодної. В останньому випадку він стає дезадаптантом. Високий рівень дезадаптації може призвести до маргіналізації – виключення з усіх соціально-прийнятних груп. Агентами соціалізації визнавалися сім'я, школа, інші групи. Особистість розглядалася виключно як об'єкт соціальних впливів.

Друга модель – теорія соціальних ролей: «Для того щоб певна функція чи роль здійснювалася, повинна існувати певна ситуація, яка у своїй динаміці утворює певний сценарій існування» [50, 506]. За такою системою Бетмен і Геракл мають одну роль – роль героя. На базі цієї моделі була розроблена психопрактика, яка використовується для допомоги клієнтам, – «психодрама».

Третя модель – теорія діяльності: «Соціальне життя представлено як систему діяльності і відносин, що регулюються культурними нормами» [50, 507]. Становлення індивіда відбувається у процесі оволодіння все більш складними формами діяльності і відносин. Якщо є діяльність – є поняття суб'єкта, якщо відносини – особистості.

Далі Ю. М. Швалб аналізує поняття соціальної ситуації розвитку, яке запропонував Л. С. Виготський. У цьому випадку виділялося три етапи: родинно-шкільна соціалізація, професійно-трудова та пост-трудова (пенсійна). Люди пенсійного віку уособлювали героїчне минуле і мали певний виховний вплив на молодь. Мінус такої моделі в тому, що вона можлива тільки в дуже стабільних умовах, до того ж є дуже сильний тиск на особистість.

Наступна – теорія моделювання генези особистості С. Д. Максименка. У такій структурі соціальні відносини і міжособистісні стосунки

ускладнюються і інтегруються як соціальні здатності. Ю. М. Швалб виділяє п’ять етапів у цьому процесі:

1. Етап первинного диференціювання взаємодій (до 6 років).

2. Етап диференціювання формальних і неформальних стосунків (з переходом до школи і до 11-12 років).

3. Етап диференціювання самоставлення (підлітковий вік та юність). Етап завершується самовизначенням особистості відносно власного майбутнього.

4. Етап соціальної інтеграції (трудова діяльність). Одна з вершин цього етапу – усвідомлене бажання мати дітей та виховувати їх.

5. Етап соціальної дезінтеграції – відчуття завершеності власних соціальних зобов’язань і здійсненності власних соціальних функцій.

На думку науковця, за особливостями механізму диференціації-інтеграції індивіда з суспільством можна виокремлювати етапи соціалізації і не завжди вони будуть пов’язані з віком людини.

Упродовж останніх 20 років у своїх дослідженнях Ю. М. Швалб акцентував увагу на зміни, які відбулися в суспільстві та в напрямку взаємодії «людина – середовище». Він був одним із перших вітчизняних психологів, які запропонували екопсихологічний підхід (або екологічну психологію). Цей підхід пропонує враховувати ті фактори довкілля, які безпосередньо включені у сфери життєдіяльності людини та усвідомлюються людиною як значущі (їх треба враховувати під час організації життєдіяльності). Науковець підкреслював, що «соціальні форми організації спільноти стають умовами соціалізації, яка відбувається як психологічний процес самовизначення і самоідентифікації особистості в соціальному просторі життєдіяльності» [47, 257]. Тобто важливим залишається вплив родини, оточення людини та інших соціальних груп на людину та процес її соціалізації.

Неможливо не враховувати ті зміни, які відбулися в суспільстві за останні роки. На думку Ю. М. Швалба, «інформаційне суспільство» призвело

до росту впливів соцмереж та інших форм «соціальних організованостей», тому до традиційних просторів соціалізації (сім'я, освітній заклад, професійні спільноти, політичні організації) додалися ще віртуальні. «Однією з головних характеристик простору соціалізації індивіда є необхідність і його здатність вибору, оскільки (умовно) він сам визначається, до яких спільнот йому належати, які ідентичності приймати» [47, 262].

Хочемо навести і думку нейробіолога, психолога-когнітивіста Деніела Левітіна. У монографії «Структуроване мислення. Ясний розум в інформаційному хаосі» він пише: «Наш мозок завантажений як ніколи. Нас накриває лавина фактів , вигадок, нісенітниць і чуток під виглядом інформації» [29, 15]. Якщо частина дорослих розуміє неможливість відстежування всього і обмежує споживання інформації, учням старших класів це важко зробити, бо виникає тривога пропустити якийсь важливий мем чи тренд. Дуже важливо, на думку дослідника, навчитися класифікувати та відрізняти справжню цінну інформацію від загального інформаційного шуму. Також важливими є навички структурування власної діяльності.

Отже, майже півтора століття підходи до вивчення соціалізації змінювалися. Цілком логічно, що змінювалося і визначення терміна. Вважаємо вичерпним наступне визначення соціалізації, запропоноване Г. О. Горбань: «У найбільш загальному трактуванні соціалізація особистості – це складний процес привласнення, освоєння та подальшої трансляції соціального змісту як власного суспільного й індивідуального досвіду, реалізація якого шляхом послідовних змін детермінант у взаємовідносинах людини в соціумі визначає її входження в це суспільство як особистості» [12, 118].

1.2. Особливості соціалізації учнів старших класів

Більшість науковців погоджуються, що кожний віковий період має свої особливості соціалізації. У центрі даного дослідження – вік ранньої юності, це 15-17 років. Але багато дослідників об'єднують деякі періоди. До

вивчення проблем соціалізації підлітків та юнацтва зверталися різні фахівці, бо саме у ці роки формується та складова особистості, яка привласнює досвід соціуму, завдяки якому особистість поступово стає його частиною – соціалізується. На нашу думку, цікавим є підхід Н. В. Гаркавенко, С. С. Доскач: науковці пропонують розділити складові соціалізації та три групи факторів, які впливають на цей процес саме у цьому віці: макрофактори – суспільство, мезофактори – населенний пункт, ЗМІ, навчальні заклади, мікрофактори – сім'я, навчальний колектив [10]. Також уточнюється, що соціалізація має пасивну та активну форму, остання передбачає креативну діяльність людини, що може призвести до створення нових або руйнування попередніх соціальних зв'язків. Безумовно, ідею трьох рівнів вже пропонувала В. В. Москаленко, але ці дослідниці розглядають проєкцію ідеї на прикладі підліткового та юнацького віків.

Авторки більше уваги приділяють підлітковому віку, який передує молодшому юнацтву. Їх висновок – соціалізація молоді відбувається в трьох напрямках: діяльність, спілкування, самовизначення та самореалізація. На думку дослідниць, проблеми соціалізації пов'язані з трьома обставинами. По-перше, через зміну системи цінностей попереднє покоління не завжди може підготувати молодь: цінності попереднього покоління більше не є важливими для молоді. По-друге, зміни відбуваються дуже швидко, тому деякі соціальні групи не здатні самовідтворюватися. Третя обставина – ослаблення формального та неформального контролю. З останнім варто погодитися. По-перше, суспільство в цілому стало більш толерантним то проявів особистості. По-друге, через війну та психологічний тиск цієї події на населення країни частина батьків менше контролює дітей, вважаючи сильний контроль додатковим навантаженням.

Я. Г. Невідома, досліджуючи особливості соціалізації в юнацькому віці, звертає увагу на те, що головною діяльністю залишається навчання, але дозвілля та вибір подальшого шляху (навчання чи праця) створюють вагому конкуренцію. На її думку, саме в юнацтві важливу роль відіграють «потреба

в спілкуванні і оволодінні способами його побудови;… теоретичне мислення і вміння орієнтуватися в різноманітних формах теоретичного пізнання; потреба у праці і здатність оволодівати трудовими навичками» [36, 340]. Також психологиня погоджується з тим, що важливу роль у подальшому виборі грає саме родина та оточення юнака.

Г. Д. Грищук вважає важливою саме громадянську соціалізацію молоді, оскільки саме молодь з часом стане основою соціуму: успішна соціалізація є запорукою збереження стабільності в суспільстві та прав і свобод людини.

Дослідження О. Є. Данилової та І. П. Стрельцової виявили, що «важкими в уявленні підлітків та юнаків є типові, буденні ситуації, що часто зустрічаються у їхньому житті й котрі торкаються їхньої самооцінки та самоповаги, тобто різних аспектів «Я». Складність цих ситуацій для юнаків та підлітків зумовлюється насамперед блокуванням потреб, що пов’язанні з «Я» [37].

І. С. Булах досліджує переважно соціалізацію підлітків, але вона робить цікавий висновок: «Впродовж останніх років у молодого покоління, з одного боку значно зросли потреби в самоствердженні, самовизначенні, самореалізації, з іншого – з’явилися факти поступової примітивізації у свідомості та самосвідомості. Наслідком останньої є втрата підростаючим поколінням почуття відповідальності, інфантилізм, егоїзм, духовна спустошеність» [6, 4]. С цим важко не погодитися, бо процес соціалізації є дуже складним та тривалим. А головне – не стовідсотковим та гарантованим. До того ж особливостями підліткового віку та юності (і ранньої юності також) є певне протиставлення себе соціуму, пошук чогось нового або небажання сприймати ідеали попереднього покоління.

В. С. Курило, В. С. Савченко та О. Л. Караман висувають припущення, що сьогодні на зміну традиційній моделі соціалізації «засвоєння навичок – практична реалізація» прийшла нова: «Пропонована нами трирівнева модель відбиває нове уявлення про процес соціалізації особистості й уявляє собою поєднання трьох компонентів: 1) засвоєння соціальних норм, досвіду,

цінностей, ролей, зв'язків, зразків поведінки тощо; 2) їх відтворення завдяки власній активності; 3) створення нового в соціальному середовищі (здатність до соціальних інновацій)» [26, 87]. Вони вводять у вживання поняття аберaційна соціалізація : «формування особистості з вираженими негативними й хибними соціальними характеристиками під впливом зовнішніх негативних факторів та в залежності від рівня сформованості індивідуально-психологічних якостей особистості» [26, 81]. Варто зазначити, що дослідники вживають цей термін у першу чергу до тих людей, які перебувають під безпосереднім впливом пропаганди ворога. Але сучасні технології (інтернет та месенджери) зробили можливим і вплив на аудиторію, яка перебуває за сотні кілометрів від зони бойових дій або окупованих територій.

На нашу думку, некоректно вважати, що саме В. С. Курило, В. С. Савченко та О. Л. Караман запропонували «третій компонент» першими, оскільки про процес створення людиною нового в процесі соціалізації вже писали Е. Еріксон, М. П. Лукашевич. Проте варто погодитися із використанням терміна аберaційна соціалізація, оскільки в країні п'ятий рік триває війна, яка є безумовним зовнішнім негативним фактором. У дослідженні науковці звертають увагу, що аберaційна соціалізація властива й іншим віковим групам, проте саме підлітки та представники періоду ранньої юності найчастіше підпадають під негативні впливи, бо їхня система аналізу справжніх мотивів вчинків та коригування власних емоцій ще формується.

Ю. М. Швалб, досліджуючи різні проблеми психології, одним із перших вводить поняття екологічної психології в науковий обіг: «Актуальним завданням сучасної психологічної науки є вивчення системи регуляції поведінки, релевантного проблем антропогенних змін в екосфері планети» [45, 17].

Аналізуючи соціалізацію української молоді в сучасних умовах, він фіксує наступні негативні моменти. «По-перше, це соціалізація за явної

нестачі або повної відсутності позитивно орієнтованих агентів соціалізації. Таку форму можна визначити як дефіцитарну соціалізацію. По-друге, це соціалізація в умовах масового поширення і легалізації різноманітних маргінальних груп у суспільстві» [47, 267].

І. С. Булах також фіксує різновекторну спрямованість різних груп сучасної молоді в широкому тлумаченні цього слова: є високомотивовані особистості, але є й асоціальні представники. Дослідниця акцентує увагу на зниженні загального рівня залученості молоді до життя громади та збільшенні кількості молоді (у порівнянні з попередніми роками), яка не прагне повної соціалізації [6].

Отже, аналіз наукових підходів свідчить, що соціалізація як феномен є складним, багатовимірним і безперервним процесом взаємодії особистості із соціальним середовищем. У ранньому юнацькому віці вона проявляється через становлення соціальної зрілості, розвиток самосвідомості, формування навичок конструктивної взаємодії та здатності адаптуватися до змінних умов життя.

На думку Ю. М. Швалба, у цей період «необхідно сформувати в учнів шість глобальних компетентностей, для того щоб індивід мав спроможності ефективно діяти у взаємопов’язаному динамічному середовищі:

- характер (розвиток рис і властивостей стійкості, саморегуляції, відповідальності);

- громадянство (формування розуміння новітніх глобальних тенденцій, активна участь у житті громади, соціальна відповідальність);

- співпраця (розвиток уміння працювати в команді, вести діалог, розподіляти ролі);

- комунікація (набуття здатностей ефективно передавати й сприймати ідеї у різний спосіб);

- креативність (розвиток вміння знаходити оригінальні рішення, продукувати нові ідеї);

- критичне мислення…» [47, 264].

З огляду на це доцільно розглядати самооцінку, емоційний інтелект і соціально-психологічну адаптацію як взаємопов'язані психологічні показники, що характеризують особливості соціалізації старшокласників та можуть бути використані для її емпіричного дослідження.

Ще хочемо звернути увагу на таку складову соціалізації, як взаємодія з культурою і субкультурами. Особливо в підлітковому та віці ранньої юності особистість відчуває потребу виокремитися серед однолітків, довести право самостійно приймати якісь рішення. Часто своєрідним способом виходу з кризи ідентичності стає залученість до якоїсь субкультури. Більшість субкультур існують всередині загальної, і людина сама вирішує, до якої субкультури вона хоче належати. Підкреслюємо, що це не є обов'язковою умовою соціалізації, але частина сучасних старшокласників вважає себе належними і до української культури, і до якоїсь субкультури (наприклад, фріки, брейкери, аніме, гламур тощо).

Оскільки ми не досліджували цю тему глибинно, не можемо навести конкретні дані, але можна зробити такі припущення. По-перше, субкультура може бути складовою адаптації старшокласника до нестабільних умов існування, особливо зараз. По-друге, це додаткова можливість створити нові соціальні контакти та знайти однодумців, особливо якщо є дефіцит спілкування у звичайному житті. Нарешті, субкультура може виступати альтернативою реальності, і старшокласник знову має шанс створити нову особистість для інших членів. Безумовно, це окрема тема, бо серед субкультур є суттєві розбіжності і в ставленні до культури, і до суспільства. Проте деякі з них (наприклад, байкери) мають багату історію.

Отже, ми бачимо різні підходи до визначення особливостей соціалізації старшокласників. Можна дійти наступних висновків. По-перше, на цей процес впливають фактори трьох рівнів: макрофактори (суспільство в цілому), мезофактори (населений пункт, заклад навчання), мікрофактори (родина). По-друге, у віці ранньої юності соціалізація відбувається в трьох напрямках: діяльність (основна – навчання: взаємодія з однокласниками,

вчителями), спілкування (як безпосереднє, так і віртуальне), самореалізація (хобі, спорт, творчість тощо). По-друге, виділено три фактори, який впливають на соціалізацію у віці 15-17 років: розрив між поколіннями, ослаблення контролю (це є наслідком більш толерантного ставлення до людини взагалі) та потреба у самоствердженні, яка достатньо актуальна в учнів старших класів. По-третє, результатом впливу вищеназваних факторів може бути дефіцитарна соціалізація або аберраційна. В подальшому ми доведемо, що емоційний інтелект суттєво впливає на рішення старшокласників.

1.3. Психологічні особливості соціалізації старшокласників в умовах воєнного стану

Сьогоднішні старшокласники, як і все суспільство, є свідками та учасниками подій, які мають психотравмувальний характер. Але діти є більш незахищеною частиною населення, бо не мають розвинутих навичок пристосування до конфліктних та травмувальних ситуацій. Про це пишуть сучасні дослідниці О. М. Басенко [3], І. М. Беліменко [5], Т. А. Цюпенко [46] та інші науковці.

По-перше, пандемія COVID-19 на певний час позбавила дітей можливості відвідувати навчальні заклади та гуртки. Згодом проблему було вирішено через дистанційне навчання, яке дозволило повернутися до спілкування хоча б через екрани моніторів. Зауважимо, що карантинні заходи не забороняли виходити на вулицю та спілкуватися поза межами квартир, тому була можливість зустрічатися з друзями та однолітками, але таке спілкування могло мати пригнічений емоційний фон через ризик хвороби або вже пережитий негативний досвід (наприклад, якщо хворіла сама дитина або хтось із її рідних, оскільки перші мутації вірусу часто призводили до летальних наслідків через загострення інших захворювань).

По-друге, війна, яка триває п’ятий рік, і зараз є головним чинником, який суттєво впливає на психоемоційний стан дітей, молоді та всього населення. Постійна небезпека, повітряні тривоги, інформація про бойові дії, переживання за рідних, вимушені зміни освітнього процесу та обмеження соціальних контактів призводять до підвищеного рівня тривожності, емоційного напруження, невпевненості у майбутньому та психологічного виснаження. Разом із тим реакція кожного підлітка чи юнака є індивідуальною і залежить від особистісних ресурсів, сімейної підтримки, соціального оточення та сформованих навичок психологічної саморегуляції.

У таких же умовах перебувають і батьки учнів. Окрім тривоги за власне життя та життя дітей, вони можуть відчувати тривогу через проблеми з різними економічними факторами: наявність або відсутність роботи, можливість забезпечити основні потреби, наявність захворювання тощо. Отже, зараз батьки не завжди є моральною опорою для власних дітей, бо самі перебувають у стані постійного стресу.

Отже, умови соціалізації сучасної молоді значно відрізняються від тих, яким вони є у мирному суспільстві, коли умови розвитку особистості, що формується, не обтяжуються складними травмувальними подіями, спричиненими агресією з боку росії, та їх наслідками. У часи війни важко створити умови для всебічного розвитку та зростання кожного підлітка чи юнака. До того ж втрата дитиною безпечного оточення, яке її підтримувало (спілкування з однолітками, гуртки, колективний відпочинок родиною тощо), теж є чинником, який впливає на процес соціалізації.

Ю. М. Швалб та О. Л. Вернік у статті «Динаміка стратегій життєдіяльності в умовах війни» акцентують увагу на тому, що пролонгована війна стала причиною зниження активності людей, бо втрачається сенс: «Майбутнє —це те, що надає сенс сьогоденню, складає певну напруженість і енергетичну базу власного існування людини. Депривація майбутнього робить людину неспроможною до активності у теперішньому» [53, 1]. На думку фахівців, війна в Україні змінила життя мільйонів людей в усьому

світі та стала проблемою і країн Європи, і США. Науковці стверджують, що війна призвела до «суттєвих змін у гуманітарному вимірі», проте ще не існує «диференційованої моделі психологічних наслідків катастроф для різних типів постраждалих від дії руйнуючих чинників». Отже, негативний вплив війни носить глобальний характер, тому можна стверджувати, що має суттєвий вплив і на процеси соціалізації учнів старших класів.

Рання юність є періодом активного формування особистості, розвитку самосвідомості, світогляду та системи цінностей. У цей час відбувається становлення життєвої позиції, професійне самовизначення, розвиток моральної відповідальності, громадянської свідомості та готовності до самостійного життя. За нормальних умов ці процеси проходять поступово, однак воєнний стан значною мірою змінює звичний перебіг вікового розвитку.

Одним із головних завдань соціалізації в цьому віці є формування соціальної компетентності та життєстійкості. Вона включає здатність ефективно взаємодіяти з іншими людьми, конструктивно розв'язувати конфлікти, працювати в команді, дотримуватися соціальних норм, брати відповідальність за власні рішення та проявляти громадянську активність. Ці компетентності набувають вагомого значення в період воєнного стану, оскільки молоді люди змушені швидше адаптуватися до нових соціальних умов і брати участь у вирішенні завдань, які раніше були нехарактерними для їхнього віку.

Самооцінка визначає ставлення людини до власних можливостей, здібностей і соціальної значущості, вона є частиною самосвідомості та регулює поведінку особистості . У старшому шкільному віці вона стає більш усвідомленою та стійкою, хоча залишається чутливою до зовнішніх впливів. Умови воєнного стану можуть як посилювати невпевненість у собі, так і сприяти розвитку відповідальності, самостійності та внутрішньої зрілості. Учні, які мають адекватну самооцінку, зазвичай легше встановлюють соціальні контакти, відкриті до співпраці, активніше долучаються до колективної діяльності та ефективніше долають труднощі.

У цьому сенсі варто зазначити внесок В. М. Ямницького в розвиток вікової та соціальної психології. Він аналізує психологічні чинники, які дозволяють людині залишатися суб'єктом власного життя у мінливому соціумі. Його підхід базується на тому, що криза – це не лише руйнація, а й поштовх до мобілізації внутрішніх емоційно-когнітивних ресурсів особистості [55].

У сучасній психології емоційний інтелект розглядається як здатність людини розпізнавати власні емоції, розуміти переживання інших людей, керувати емоційними реакціями та використовувати емоційну інформацію для прийняття рішень. В умовах воєнного стану саме він допомагає молоді ефективніше справлятися зі стресом, підтримувати позитивні міжособистісні стосунки та конструктивно реагувати на складні життєві обставини.

Ще однією складовою процесу соціалізації виступає соціально-психологічна адаптація. Вона відображає здатність людини підтримувати психологічну рівновагу, ефективно функціонувати в нових умовах, приймати себе та інших, зберігати соціальну активність і продуктивно взаємодіяти з оточенням. Воєнний стан вимагає від старшокласників високої гнучкості, уміння швидко пристосовуватися до змін форм навчання, умов проживання, кола спілкування та способу організації повсякденного життя.

Разом із ризиками війна створює й умови для розвитку окремих особистісних якостей. Дослідження останніх років свідчать, що частина молоді демонструє високий рівень психологічної стійкості, соціальної відповідальності, готовності допомагати іншим, волонтерської активності та громадянської свідомості.

Водночас соціалізація сучасних старшокласників характеризується значним впливом цифрового середовища. У роботі вже наводилася думка певних дослідників (Ю. М. Швалба, Д. Левітіна). Зараз хочемо звернутися до «Концепції виховання дітей та молоді в цифровому просторі», яку підготувала плеяда українських науковців у 2021 році. Окрім перспектив розвитку, там зазначено наступне: «Homo digitalis, опанувавши інформаційні

технології, усебічно застосовуючи їх у своїй діяльності, постає у такий спосіб «конструктом» нової пасивної людини, що зручно розташувалася в інтер'єрах суспільних розваг. Одномірність буття Homo digitalis у рамках інформаційно-цифрового суспільства формує «філософію селфі», або несправжнього буття, яке покликане бути кращим за реальне. Така людина, практикуючи власну самобутність за допомогою різних комп'ютерних програм і платформ, насамперед зосереджена на собі. Комунікативний простір інтернету, який структурує життєвий світ Homo digitalis, перенасичений порадами, квазісенсаціями, інсинуаціями, стає місцем зустрічі дилетантно орієнтованих людей, переповнених зневагою до інших. Вони далекі від ідеалів освіченості минулого та є недостатньо ерудованими» [24]. Отже, фахівці визнають, що в епоху цифровізації відбувається певна соціокультурна деградація людини, точніше, тих членів суспільства, які обмежують своє життя екраном ґаджетів.

Але не можна заперечувати, що соціальні мережі, месенджери та онлайн-платформи у часи воєнного стану на частині території України стали основним засобом навчання, бо традиційна очна форма стала неможливою через агресію росії. І зараз, на п'ятому році війни, вони залишаються основним простором соціальної взаємодії. В умовах війни цифрове спілкування допомагає підтримувати контакти з друзями та родичами, організовувати спільну діяльність, отримувати психологічну підтримку. Однак надмірне перебування в медіапросторі, постійний потік новин і поширення тривожного контенту можуть негативно впливати на емоційний стан, підвищувати рівень тривожності та інформаційного перевантаження.

З метою систематизації інформації та наочного порівняння переваг та недоліків процесу цифровізації (з точки зору впливу на учнів старших класів) ми склали наступну таблицю (табл.1.1).

Таблиця 1.1 – Вплив цифровізації та соціальних мереж на учнів старших класів

Позитивний	Негативний
Можливість навчатися дистанційно	Обмеження «живого» спілкування
Можливість розширити коло знайомих	Ризик стати жертвою кібербулінгу
Пошук однодумців, робота в одному напрямі	Поверхневість спілкування (коли багато «друзів» і спілкування переростає в обмін лайками)
Можливість творчості (створення відеороликів)	Кліпове мислення (перегляд великої кількості відеороликів)
Можливість знайти додатковий заробіток	Ризик стати жертвою шахраїв
Можливість здобути нову професію (наприклад, відеоблогерство)	Ризик сниження самооцінки через критичні коментарі тощо
Зростання самооцінки через здобуті результати	Зниження самооцінки через невдачі або хейт
Можливість створення нової віртуальної особистості	Синдром FOMO (постійне гортання стрічки, щоб не упустити щось важливе

Отже, ми бачимо однакову кількість позитивних та негативних наслідків цифровізації. І кінцевий результат залежатиме перш за все від індивідуальних характеристик особистості старшокласника. Тож логічно припустити, що його самооцінка, вміння налагодити контакти з іншими особами безпосередньо впливають на знак впливу цифровізації: за умов високої самооцінки, емпатії та самоконтролю вплив буде позитивним, а за умов низької самооцінки та низької емпатії — скоріше негативним, тому можна стверджувати, що саме високий рівень розвитку емоційного інтелекту може знизити ризики негативного впливу цифровізації.

Ще один ризик – використання кіберпростору ворогом для створення фейкових повідомлень та вербування молоді. Ці ризики детально класифікували В. С. Курило, В. С. Савченко, О. Л. Караман [26].

Особливого значення в умовах постійного емоційного напруження та невизначеності набуває роль сім'ї як провідного інституту соціалізації. На думку деяких дослідників, результативність соціалізації особистості на 40% залежить саме від родини. Теоретико-методологічні засади взаємодії сім'ї з іншими соціальними інститутами висвітлено у працях Б. Ковбаса, В. Костіва, Т. Кулікової та інших дослідників.[1] Емоційна підтримка батьків, атмосфера взаєморозуміння, стабільність сімейних стосунків і спільне подолання труднощів сприяють формуванню психологічної стійкості старшокласників. Навіть за умов вимушеної розлуки або дистанційного спілкування підтримувальні сімейні взаємини залишаються тим захисним чинником, який допомагає молодій людині зберігати відчуття безпеки та довіри до світу.

Успішна соціалізація , як вважають сучасні дослідники, також залежить від сформованості навичок психологічної саморегуляції. Уміння керувати власними емоціями, долати стрес, приймати рішення в умовах невизначеності, звертатися по допомогу та використовувати конструктивні стратегії подолання труднощів значною мірою визначає рівень адаптації молодої людини до сучасних умов життя.

Відтак, соціалізація старшокласників в умовах воєнного стану є складним і багатокомпонентним процесом, на який впливають як зовнішні соціальні чинники, так і внутрішні психологічні ресурси особистості. Особливого значення набувають адекватна самооцінка, розвинений емоційний інтелект і високий рівень соціально-психологічної адаптації, оскільки саме вони забезпечують успішне функціонування особистості в умовах тривалої невизначеності, сприяють ефективній взаємодії з оточенням та підтримують процес її соціалізації. Саме тому зазначені психологічні характеристики доцільно розглядати як основні показники соціалізації старшокласників у межах емпіричного дослідження.

Отже , можна підбити підсумки і визначити, що:

1. Аналіз теоретико-методологічних засад свідчить, що категорія «соціалізація» є міжгалузевим поняттям, вивчення якого базується на

засадах методологічного плюралізму. Наукова думка пройшла шлях від класичних суб'єкт-об'єктних концепцій пасивного пристосування до суб'єкт-суб'єктних підходів, де особистість виступає активним творцем суспільних змін, інновацій та власного життєвого простору. У психологічному вимірі соціалізація постає як складний, безперервний процес привласнення, освоєння та трансляції соціального змісту у власний індивідуальний досвід, що органічно поєднує тенденції типізації та індивідуалізації особистості. Сучасний перебіг соціалізації відбувається в умовах війни.

2. Віковий етап 15–17 років (учні старших класів) є важливим для становлення соціальної зрілості, формування світогляду, системи ціннісних орієнтацій, особистісного й професійного самовизначення та громадянської ідентичності. Соціалізація учнівської молоді розгортається в площинах діяльності, спілкування та самореалізації, зазнаючи впливу як традиційних інститутів (сім'я, заклад освіти), так і віртуального простору цифрових комунікацій, де набуває ваги здатність до свідомого вибору власних ідентичностей.

3. Тривалий перебіг війни, досвід попередніх карантинних обмежень, хронічна загроза життю, повітряні тривоги та руйнування звичного безпечного середовища спричиняють емоційне виснаження, високий рівень тривожності та дефіцитарність позитивно орієнтованих агентів соціалізації (за Ю.М. Швалбом). Водночас під дією зовнішніх негативних чинників та інформаційного тиску зростає ризик аберраційної соціалізації молоді, свідомість якої ще перебуває у процесі формування. Поряд із цим екстремальні умови стимулюють прискорене дорослішання, життєстійкість, активність та громадянську відповідальність старшокласників.

4. Успішність соціалізації та адаптації старшокласників в умовах кризи й невизначеності безпосередньо зумовлена розвитком внутрішніх регуляторних механізмів особистості. Провідними психологічними ресурсами виступають:

- адекватна самооцінка, яка забезпечує впевненість у власних силах та відкритість до співпраці;

- розвинений емоційний інтелект, що уможливлює розпізнавання власних та чужих емоцій, конструктивне керування переживаннями й подолання дистресу;
- соціально-психологічна адаптація, що визначає гнучкість поведінки, збереження психологічної рівноваги та продуктивність міжособистісної взаємодії.

Саме взаємозв'язок самооцінки, емоційного інтелекту та соціально-психологічної адаптації виступає цілісним діагностичним комплексом для подальшого емпіричного дослідження соціалізації учнів старших класів.

РОЗДІЛ 2
СОЦІАЛІЗАЦІЯ УЧНІВ ТА РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОЦЕСІ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ДОБУ РАННЬОЇ ЮНОСТІ

2.1. Теоретико-методологічні засади дослідження емоційного інтелекту як чинника соціалізації та адаптації особистості

Ще раз зупинимося на тому, що в умовах воєнного часу старшокласники, як і все населення України, перебувають у різних умовах. З деякою обережністю можна виділити 4 категорії:

1 – людина залишилася на тимчасово окупованій території;

2 – людина виїхала з тимчасово окупованої території або з іншого регіону за кордон;

3 – людина переїхала в більш спокійне місце в межах країни (ВПО);

4 – людина залишилася за місцем постійного проживання.

Відповідно, у кожної категорії учнів старших класів будуть додаткові потреби та умови, які впливають на їхню соціалізацію. Так, наприклад, вивчити іноземну мову, якщо опинився в іншій країні, прилаштовуватися до її традицій та норм поведінки.

Також змінюються соціальні ролі. Дитина вже не є частиною класу, де навчалася до цього 9 чи 10 років (якщо брати старшокласника), а вимушена шукати нове амплуа в новому шкільному колективі. До того ж втрачаються зв’язки з друзями, які залишилися в Україні: практика доводить, що в багатьох випадках майже щоденне спілкування через соцмережі згодом скорочується до коротких повідомлень. Але це не є метою нашого дослідження. Вважаємо, що сучасна соціалізація в Україні має градієнтний характер: вона має поступову зміну певних характеристик. У дослідженні ми проаналізуємо особливості процесу соціалізації старшокласників, які залишилися в Запоріжжі (тобто за місцем попереднього проживання).

Якщо дотримуватися наведеної класифікації, слід зазначити, що важливість соціальної адаптації в умовах війни дітей різних вікових категорій усвідомлена не тільки психологами, а й державними структурами, які опікуються цим питанням. Міністерство освіти розробило певні рекомендації, які стосуються роботи з вимушеними переселенцями, законодавством передбачено пільги для цієї категорії населення взагалі та дітей насамперед. Багато міжнародних фондів створюють програми підтримки учнів, пропонують гранти обдарованим учням або цілим колективам. Але це не вирішує всі питання. Навіть серед дітей, які переїхали з тимчасово окупованих територій, можна виділити різні групи, і кожна з них буда мати свої проблеми. Наприклад, родини, які зупинилися в містах, що розташовані ближче до лінії фронту, сьогодні перебувають в стані постійного стресу через обстріли та ракетні атаки, через постійні тривоги та руйнування.

Ми спробували систематизувати можливі чинники, які впливають на перебіг соціалізації дітей, у тому числі й у віці ранньої юності (табл.2.1).

Таблиця 2.1 – Чинники негативного впливу на перебіг соціалізації

Чинники	**Залишилися на ТОТ**	**Переїхали на території, близькі до ЛБЗ**	**Переїхали на території, далекі від ЛБЗ**	**Виїхали за кордон**
1.Нестача базових життєвих ресурсів	+	+	-/+	-
2.Постійний страх за життя та здоров’я	+	+	-/+	-
3.Порушення вольової та емоційної сфери	+	+	-/+	-/+
4.Виникнення когнітивного дисонансу	+	+	+	-/+
5.Зниження мотивації та практичної діяльності	+	+	-/+	-/+
6.Деформація навичок інтерактивної взаємодії	+	+	+	+
7.Порушення психічних функції	+	+	-/+	-/+

Продовження таблиці 2.1.

8.Індивідуальні особливості (наявність хронічних хвороб тощо)	+	+	+	+
9.Втрата зв’язку з рідними	+	+	+	+
10.Можливість втрати рідних через військові дії	+	+	+	+
11.Необхідність пристосовуватися до нових колективів	+	+	+	+
12.Необхідність вивчати нову іноземну мову	-	-	-	+
13.Необхідність змінювати мову та переконання	+	-	-	+

Зауважимо, що чинники у різній комбінації трапляються в роботах багатьох дослідників, ми лише спробували згрупувати. Також ми не бачили дослідження, яке б кількісно визначило рівень впливу того чи іншого чинника, тому в колонках ставили плюс, якщо чинник наявний, плюс-мінус — якщо помірний, мінус — якщо відсутній. Наша таблиця не претендує на абсолютну достовірність, але, можливо, дозволяє комплексно побачити глибину проблеми.

Соціалізація особистості на етапі раннього юнацтва тісно пов'язана із формуванням внутрішніх психологічних механізмів саморегуляції, міжгрупової взаємодії та емоційної зрілості. У сучасній психологічній науці емоційний інтелект (EQ) розглядається як ключовий психологічний феномен, що визначає здатність особистості ефективно усвідомлювати, інтерпретувати та регулювати власні емоції. Його розвиток є вирішальним чинником успішної соціальної адаптації, ефективної міжособистісної взаємодії та досягнення особистісного благополуччя.

З точки зору змісту, емоційний інтелект є здатністю людини усвідомлювати, розуміти та управляти власними емоціями, мотивацією, думками й поведінковими реакціями. Цей феномен включає не лише вміння

регулювати свій емоційний стан, а й розпізнавати емоційні прояви інших людей та впливати на них. Важливою складовою емоційного інтелекту в процесі соціалізації є здатність помічати емоційні потреби оточуючих, співпереживати їм (емпатія) та сприяти розвитку їхніх сильних сторін. Його розвиток допомагає старшокласнику стати більш уважним до власного внутрішнього світу – відчуттів, бажань і потреб, одночасно забезпечуючи глибше розуміння мотивів, поведінки та емоційних станів інших людей, що становить основу гармонійних соціальних стосунків.

Про можливість існування різних аспектів загального інтелекту активно заговорили після публікації статті американського психолога Е. Торндайка «Intelligence and its use» для журналу «Harper's Magazine» у 1920 р. Стаття включала декілька рядків, однак цього було достатньо, щоб запустити великий механізм з дослідження поняття соціального інтелекту, а відтак, і емоційного інтелекту. Автор статті виокремив три складові загального інтелекту: абстрактно-логічний (здатність розуміти абстрактні символи та ідеї і оперувати ними), конкретний (речами і предметами матеріального світу) і соціальний (людьми) інтелекти. Е. Торндайк вперше використав термін «соціальний інтелект» на позначення здатності досягати успіху та ефективності в міжособистісній взаємодії з іншими людьми. Потім були роботи Д. Векслера та Г. Олпорта, дослідження Г. Ліпера та Г. Айзенка.

Теорія Дж. Гілфорда заслуговує окремої уваги. Дослідник створив кубічну модель інтелекту зі 120 інтелектуальних здібностей, які поєднав з певними характеристиками. Він зазначив, що «конкретна складова його системи відповідає конкретному (практичному) інтелекту, символічна й семантична складові – абстрактному, а поведінкова – соціальному інтелекту, що пов'язаний зі сприйняттям та переробкою інформації про поведінку» [4, 259]. Щоб скласти повний портрет людини, треба вивчити усі 120 складових, використавши розроблені ним тести та методики. У подальшому науковець вивчав соціальний інтелект та виділив дві його складові: розуміння поведінки людей та адаптивна взаємодія з ними. Дж. Гілфорд зосередився на пізнанні

поведінки людини та значно трансформував модель соціального інтелекту, запропонувавши шість складових.

Г. Гарднер у 1983 році припустив множинність інтелекту, поставивши під сумнів існування лише одного інтелекту, з яким людина народжується [5, 107]. Він не заперечував зв'язок інтелекту з генетичною складовою, проте звернув увагу на вплив оточення, культури, соціальних норм на його формування. Г. Гарднер запропонував вживати термін «множинність виявлення інтелекту» як такий, що найбільш повно відображає поняття єдиного інтелекту, що існувало раніше. Він висловив припущення, що успішність життєдіяльності людини детермінована не одним загальним інтелектом, а сімома видами автономних інтелектів: просторовим, музичним, лінгвістичним, логіко-математичним, тілесно-кінестетичним, міжособистісним і внутрішньоособистісним. Дещо пізніше, у 1998 р., Г. Гарднер доповнив свою теорію натуралістичним й екзистенціальним інтелектами» [4, 261]. Саме внутрішньоособистіний інтелект і є тією складовою, яка допомагає людині будувати модель власного «Я» для подальшої активної взаємодії в суспільстві.

Історико-теоретичний аналіз свідчить, що термін «емоційний інтелект» (EQ) було вперше введено в науковий обіг Пітером Селовеєм та Джоном Маєром у 1990 році. На думку цих дослідників, емоційний інтелект є вимірюваним психологічним утворенням, яке здатне до цілеспрямованого розвитку. У 1995 році Деніел Гоулман опублікував монографію «Емоційний інтелект», обґрунтувавши його значення для практичної успішності особистості.

У наукових концепціях представлені різні фундаментальні тлумачення сутності даного поняття:

1. Концепція П. Селовея та Дж. Маєра спирається на чотири складові: «диференціація та вираження емоцій, рефлексія, опанування ними та інтеграція в процесі осмислення ситуації. Науковці виділяють критерії, що покладені в основу емоційного інтелекту: емпатія, обізнаність, рівновага і

відповідальність. Розпізнавання емоцій інших людей, чуйність та прояв співчуття до іншого є емпатією. Розвиток емпатії сприяє формуванню емоційної культури особистості» [52, 10].

2. Підхід Д. Гоулмана: дослідник трактував емоційний інтелект як «здатність розпізнавати власні почуття та почуття інших людей, мотивувати себе та ефективно керувати емоціями у себе та інших» [5]. При цьому емоційна компетентність розглядалася ним як набута здатність, що базується на EQ і сприяє ефективному виконанню діяльності. У структурі емоційного інтелекту за Д. Гоулманом виділено чотири ключові компоненти, які можна описати так:

- розуміння себе (самосвідомість): вміння чітко розпізнавати власні емоції та помічати, як вони впливають на думки й поведінку; тверезa оцінка своїх переваг і недоліків, що формує здорове почуття власної гідності та впевненість у своїх силах;

- володіння собою (самоконтроль): здатність опановувати свої пориви та керувати емоційними реакціями, що проявляється через гнучкість, чесність перед собою та іншими, цілеспрямованість, уміння швидко адаптуватися до змін, а також через ініціативу та позитивне мислення;

- відчуття інших (соціальна чутливість): емпатія – вміння зчитувати емоційний стан оточуючих, помічати приховані сигнали в спілкуванні, щиро співпереживати й розуміти мотиви та турботи інших людей;

- мистецтво взаємодії (керування стосунками): набір навичок для побудови успішних контактів. Це здатність надихати людей, м'яко впливати на них, допомагати в розвитку, конструктивно вирішувати суперечки та ефективно працювати в команді заради спільної мети.

3. Концепція Р. Бар-Она (Reuven Bar-On): автор наголошував, що емоційний інтелект являє собою «набір некогнітивних здібностей, компетентностей та навичок, які впливають на здатність людини успішно справлятися з вимогами та тиском навколишнього середовища» [4, 263]. Він виокремив такі складники емоційного інтелекту:

– пізнання себе, усвідомлення власних емоцій, а також пов’язані із цим упевненість у собі, самоповага, самоактуалізація, незалежність;

– навички міжособистісного спілкування на основі емпатії та соціальної відповідальності;

– здатність до адаптації, гнучкість реагування, конструктивне розв’язання проблем;

– управління стресовими ситуаціями, контроль за імпульсивністю, стійкість до стресу;

– переважаючий позитивний настрій, оптимізм, щастя [43, 112].

Отже, поняття емоційний інтелект існує у світовій наці більше ста років, але і досі не існує чіткої концепції його структури та формулювання.

Зазначимо, що одними з перших, хто порушив питання існування та дослідження емоційного інтелекту в українській психології, були Е.Л. Носенко та Н.В. Коврига [43]. У монографії «Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції» у 2003 році дослідниці значну увагу приділили аналізу історії питання, починаючи від його витоків у минулому столітті. Так, наводиться думка Г. Гарднера про дві складові емоційного інтелекту: міжособистісний (або соціальний), який сприяє налагодженню стосунків у сіспільстві, та внутрішньо-особистісний, який дозволяє побудувати внутрішню модель «я» та відповідає за самомотивування та саморегуляцію поведінки.

Психологині погоджуються, що емоційний інтелект можна розвивати. Також наводять дані про «деякі дослідження» (але не називають їх), які прослідковують кореляцію рівня емоційного інтелекту з правою чи лівою півкулею. Українські науковиці висловлюють думку, що на даному етапі важко дослідити цей зв’язок, як і довести існування залежності емоційного інтелекту від когось із батьків.

Аналізуючи вплив емоційного інтелекту на дитячу чи підліткову соціалізацію, дослідниці наводять дані досліджень С. Новицькі, результати яких доводять, що дитині, яка не може розпізнати емоції за мімікою, позою,

рухами важче вибудовувати соціоемоційну комунікацію, влиття в колектив займає більше часу. Що стосується гендерних особливостей, то є дослідження Л. Броді та Дж. Холла, що дівчата раніше за хлопців опановують навички вербального вираження почуттів, заміщуючи фізичні емоційні реакції мовними. У віці до 10 років хлопці й дівчата однаково виявляють фізичну агресію при відчутті гніву, проте до 13 років дівчата переходять на гнучкі вербальні й невербальні тактики взаємодії, тоді як хлопці частіше залишаються на рівні фізичних виявів афекту. Звісно, ми детально аналізуємо іншу вікову групу, але також спробуємо звернути увагу і на гендерні особливості.

Авторки презентують результати власних досліджень. На їхню думку, можна виділити три рівні емоційного інтелекту: високий, середній та низький. Людина з високим рівнем більш доброзичлива, відкрита новому досвіду, у неї переважають позитивні емоції, рівень нейротизму низький. Середній рівень характеризується довільним реагуванням, у поведінці переважає продуктивна стратегія концентрації на завданні при розв’язанні конфліктних ситуацій. Низький рівень відрізняється високою тривожністю, ситуативно-реактивною поведінкою та домінуванням негативних емоцій. Таким чином, результати доводять, що різниця у рівні емоційного інтелекту найсильніше проявляється в ставленні людини до себе – в самооцінці та внутрішньому комфорті. Трохи менше це помітно в спілкуванні з людьми і майже не фіксується в ставленні до нейтральних подій.

Головний висновок, який робиться в монографії, – емоційний інтелект виконує дві основні функції: дозволяє протистояти стресу (стресозахисна) та емоційна (здатність адаптуватися до оточення).

У подальших дослідженнях Е.Л. Носенко дотримується трирівневої характеристики рівня сформованості емоційного інтелекту та доходить висновку: «Інтегрованим відображенням внутрішніх детермінант ЕІ у свідомості людини можна вважати почуття психологічного благополуччя, у формі якого фіксується позитивне ставлення індивідуума до себе як суб’єкта

життєдіяльності. Крім цього формою внутрішньої оцінки ставлення індивідуума до оточуючого світу, себе як суб'єкта діяльності і спілкування є також самооцінка, яку можна вважати диференційованою формою відображення внутрішньоособистісних факторів емоційного інтелекту» [44, 160].

Багато сучасних науковців погоджуються з необхідністю вивчення рівня сформованості емоційного інтелекту у школярів саме з метою надання підтримки та комфортної подальшої соціалізації. Так, С. А. Прахова і Н. М. Макаренко в статті «Формування емоційного інтелекту як необхідної компетенції на шляху соціалізації дитини» пропонують певний алгоритм, який складається із 7 етапів, передбачає діагностування початкового рівня емоційного інтелекту дитини з метою створення подальших рекомендацій для батьків та педагогів саме для розвитку ЕІ у школярів. [40].

Таким чином, світова психологічна наука давно визнала існування емоційного інтелекту як складової особистості. Погодимося, що існують певні проблеми щодо єдиного визначення цього поняття, щодо інструментарію (тести, методики), який дозволяє точно описати його рівень перш за все через суб'єктивне оцінювання. Людина сама дає оцінку власним почуттям, вчинкам, емоціям тощо, відповідно, стверджувати, що висновки будуть стовідсотково правильними важко. Проте якщо є навіть незначна можливість допомогти людині, треба цим скористатися.

Вивчення емоційного інтелекту набуло особливого значення сьогодні, під час повномасштабної війни в Україні, адже війна створює фоновий стрес, змушуючи українців стикатися з психотравмувальними ситуаціями, саме здатність розуміти емоції та керувати ними є надзвичайно важливою умовою здатності особистості чинити опір негативним зовнішнім впливам і розвивати власну психологічну стійкість [43].

2.2. Психодіагностичний інструментарій та методика дослідження емоційного інтелекту Н. Голла

Для діагностування рівня емоційного інтелекту в науці використовують різні тестові методики. Найбільш поширені – «Тест емоційного інтелекту MSCEIT-V 2.0» (автори Дж. Маєр, П. Селовей, Д. Карузо), опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» (Д. В. Люсін) та методика діагностики емоційного інтелекту – MEI.

Дж. Маєра, П. Селовея, Д. Карузо містить 8 секцій із завданнями на оцінювання виразів облич, візуальних образів (пейзажів, абстракцій), власних станів та поведінкових дій. Результати фіксуються за чотирма базовими шкалами («гілками») емоційного інтелекту, що інтегруються в загальний показник.

Методика достатньо об’ємна та потребує багато часу.

Наступна методика – опитувальник емоційного інтелекту «ЕмІн» Д. В. Люсіна, який спирається на розуміння емоційного інтелекту як здатності до розуміння своїх і чужих емоцій та управління ними. Опитувальник містить 46 тверджень, певну шкалу оцінювання та підрахунок результатів за цими шкалами. Потім сирі бали переводяться в загальний результат.

Систематизований огляд основних методик наведено в роботах С. П. Дерев’янко [14] та М. Яцюк [52]. У Додатках наведено опросник ECI (emotional creativity inventory).

Зазначимо, що інструментарію, який би дозволяв виявити рівень розвитку емоційного інтелекту дитини набагато менше, ніж для дорослих. На цей факт звертала увагу С. П. Дерев’янко, яка систематизувала наявні методики та підготувала окремий посібник. Так, на її думку, для діагностування ЕІ дітей 10-13 років краще використовувати методику SREIT (запропонована Н. Шуте у 1998 році).

Дане дослідження спирається на результати опитування старшокласників, які залишилися в Запоріжжі. Для оцінки рівня розвитку емоційного інтелекту учнів використовується методика «Діагностика емоційного інтелекту Н. Голла». Зазначена методика дає змогу виявити здатність особистості розуміти відносини, репрезентовані в емоціях, та управляти емоційною сферою на основі прийняття рішень.

Тест містить 30 питань. Респондентам пропонується висловити ступінь своєї згоди або незгоди з 30 твердженнями за 6-бальною шкалою від -3 до +3 балів:

-3 бали – повністю не згоден;

-2 бали – в основному не згоден;

-1 бал – почасти не згоден;

+1 бал – частково згоден;

+2 бали – в основному згоден;

+3 бали – повністю згоден.

Для зручності учням була запропонована таблиця, яка містила питання та шкалу оцінювання. На нашу думку, така структура легше сприймається, оскільки є шкала результатів. Після аналізу всіх анкет була проведена загальна робота, спрямована на пояснення можливих проблем у спілкуванні, та індивідуальні бесіди з учнями, які мали низький рівень емоційного інтелекту. Передусім зверталася увага на те, що емоційний інтелект розвивається впродовж всього життя.

Варіант тесту у вигляді таблиці додано до розділу Додатки (Додаток Б).

Методика визначає 5 парціальних шкал емоційного інтелекту:

- «Емоційна обізнаність»: пункти 1, 2, 4, 17, 19, 25;
- «Управління своїми емоціями»: пункти 3, 7, 8, 10, 18, 30;
- «Самомотивація»: пункти 5, 6, 13, 14, 16, 22;
- «Емпатія»: пункти 9, 11, 20, 21, 23, 28;
- «Розпізнавання емоцій інших людей»: пункти 12, 15, 24, 26, 27, 29.

Рівні парціального емоційного інтелекту (за окремими шкалами):

14 і більше балів – високий рівень;

8–13 балів – середній рівень;

7 і менше балів – низький рівень.

Інтегративний (загальний) рівень емоційного інтелекту:

70 і більше балів – високий рівень;

40–69 балів – середній рівень;

39 і менше балів – низький рівень.

Перевага цього тестування – зрозумілі для учнів твердження та швидкість обробки результатів. У багатьох дослідженнях використовують саме цей тест.

Цікаво, але лише цього року у вітчизняній науці з’явилося стаття, яка, фактично, доводить правомірність використання цього тесту. Група молодих дослідників під керівництвом Б. В. Плескача дослідили історію виникнення опитування Н.Голла (Н.Холла) в українській психологічній науці та провели діагностування самого тесту на валідність [41]. Дані, отримані за методикою Н.Голла, корелюються з даними, які отримані за методиками Соціального інтелекту Дж. Гілфорда і М. Саллівена. Також вчені апелюють до результатів турецьких колег, які також визнали валідність методики, бо в США методика не пройшла необхідні випробування.

Отже, оскільки ефективність цієї методики доведена вітчизняними фахівцями та збігається з результатами інших, було обрано лише цей тест.

Таким чином, у цьому розділі ми переконалися, що емоційний інтелект (EI або EQ) виступає і психологічним механізмом, і внутрішнім ресурсом особистості в процесі соціалізації в період ранньої юності.

РОЗДІЛ 3
СПЕЦИФІКА РОЗВИТКУ АФЕКТИВНО-КОГНІТИВНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

3.1. Організація та здійснення діагностичного зрізу з використанням стандартизованого інструментарію

В опитуванні брали участь 33 учні старших класів (10 та 11 клас), які весь цей час залишались у Запоріжжі. Отримано наступні результати: (розподіл за рівнями інтегративного емоційного інтелекту):

- високий рівень (70 балів і більше) – 12,1% (4 учні):
- середній рівень (40–69 балів) – 33,3% (11 учні):
- низький рівень (39 балів і менше) – 54,5% (18 учнів).

Респонденти, які мають високий рівень, показують високі бали за переважною більшістю парціальних шкал, що свідчить про сформований емоційний інтелект та високу готовність до соціальної адаптації. Зазначимо, що в навчанні ці учні також мають оцінки переважно високого рівня. Ми не стверджуємо, що рівень навчальних досягнень залежить виключно від емоційного інтелекту, але вважаємо важливим підкреслити цей факт. Отже, можна стверджувати, що частина учнів старших класів має високу мотивацію до навчання, щоб в подальшому мати можливість вступу на обраний факультет та здобуття омріяної професії. Кінцева мета – реалізуватись у суспільстві, тобто втілити свої бажання в життя.

Цікавим є випадок братів-близнюків (серед респондентів були брати-близнюки). Респонденти виховуються в одній родині, показують високу успішність у навчанні та обидва професійно займаються футболом. Однак перший демонструє найвищий рівень емоційного інтелекту в класі (79 балів, високий рівень), тоді як другий досягає лише середнього рівня (58 балів). Це

підтверджує індивідуалізований характер формування EQ навіть за однакових соціально-родинних умов.

Гендерний аналіз показників теж доволі передбачуваний.

У вибірці дослідження брали участь 21 дівчина та 12 хлопців. Середній бал дівчат становить 41,8 бала, що відповідає середньому рівню розвитку емоційного інтелекту. У хлопців середній бал становить 26,58 бала, що відповідає низькому рівню.

Отриманий розподіл загалом відповідає віковим психологічним нормам розвитку, оскільки у дівчат процес психофізіологічного та соціального дорослішання розпочинається раніше. Також варто звернути увагу, що кількість хлопців майже вдвічі менша за кількість дівчат. Можливо, при однакових пропорціях результат міг бути іншим.

Загальні суми балів учасників опитування за окремими шкалами розподілилися наступним чином.

Таблиця 3.1 – Порівняльний аналіз результатів тесту Н. Голла (в балах)

№	Критерій	Середній показник	Р	Юнаки	Р	Дівчата	Р	Різн.
1	Емоційна обізнаність	9,36	С	8,0	С	10	С	2,0
2	Управління своїми емоціями	1,7	Н	2,83	Н	1,05	Н	1,78
3	Емпатія	9,58	С	6	Н	11	С	5
4	Розпізнавання емоцій інших людей	8,48	С	3,9	Н	11	С	7,1
5	Самомотивація	6,76	Н	5,7	Н	7,3	Н	1,6
	Загальний	36	Н	26,58	Н	41,38	С	14,8

Примітка: Н – низький рівень, С – середній, В – високий відповідно.

«Емоційна обізнаність» – 9,36 бала: свідчить про те, що старшокласники добре знають про існування різних емоційних станів та сприймають емоції як складову спілкування та пізнання.

«Емпатія» – 9,58 бала (найвищий показник): показує наявність чутливості до емоційного стану інших респондентів. Не дивно, що за цим критерієм маємо найвищий бал, бо вже кілька років саме емпатія допомагає нашому суспільству підтримувати одне одного.

«Розпізнавання емоцій інших людей» – 8,48 балів: відображає здатність орієнтуватися в зовнішніх проявах почуттів оточуючих.

«Самомотивація» – 6,76 бала: вказує на наявність середнього рівня вольової мобілізації.

«Управління своїми емоціями» – 1,7 балів (найнижчий показник): підтверджує прогнозований дефіцит навичок саморегуляції у ранньому юнацькому віці. Учні 14-17 років ще не завжди вміють пояснити свій стан та почуття і часто діють під впливом спонтанних імпульсів.

Таблиця 3.2 – Порівняльний аналіз результатів у відсотках

№	Критерій	Н	С	В	Юнаки			Дівчата		
					Н	С	В	Н	С	В
1	Емоційна обізнаність	33,3	42,4	24,2	41,7	33,3	25	28,6	47,6	23,8
2	Управління своїми емоціями	78,7	15,2	6,1	75	16,7	8,3	81	14,3	4,8
3	Самомотивація	45,5	36,4	18,2	58,3	25	16,7	38,1	42,9	19
4	Емпатія	36,4	27,3	36,4	50	41,7	8,3	28,6	19	52,4
5	Розпізнавання емоцій інших людей	39,4	30,3	30,3	66,7	25	8,3	23,8	33,3	42,9
	Інтегративний	54,5	33,3	12,2	66,7	25	8,3	47,6	38,1	14,3

Результати можна представити у вигляді діаграм для більшої наочності.



Рисунок 3.1 – Результати тесту Н. Голла

Примітка: Створено автором за допомогою ШІ

Емоційна обізнаність (або емоційна компетентність) є важливою складовою формування особистості. По-перше, вона впливає на психічне здоров'я та стійкість до стресу. Якщо учень старших класів вміє розрізнити свої емоції, він може помітити ознаки стресу та звернутися по допомогу. По-друге, учень зможе контролювати поведінку під час виконання контрольних (знизити рівень паніки, наприклад) або конфліктів і зменшити кількість імпульсивних дій. По-третє, вміння аналізувати емоії однокласників чи вчителів допомагає уникати конфліктів, будувати глибокі дружні стосунки та підтримувати інших. Також замість агресії або замикання в собі, обізнаний учень старших класів може спокійно висловити свої почуття («Я відчуваю образу, коли...») та почути позицію іншої сторони. Нарешті, розуміння власних цінностей допомагає відрізнити свої справжні бажання та інтереси від очікувань батьків чи трендів серед однолітків. Уміння протистояти зовнішньому впливу та самореалізуватися важливо в подальшому житті.

Отже, це ще один доказ впливу емоційного інтелекту (емоційної компетентності) на процес соціалізації (табл.3.3).

Таблиця 3.3 – Вплив рівня емоційної обізнаності

Сфера життя	**Висока емоційна обізнаність**	**Низька емоційна обізнаність**
Реакція на критику	Аналізують зауваження, відокремлюють емоції від фактів.	Ображаються, агресують або повністю замикаються в собі.
Стосунки з батьками та однолітками	Здатні пояснити свій стан, шукають конструктивний діалог.	Проявляють бунт, скритність, часті спалахи гніву.
Підготовка до навчання (контрольних, іспитів)	Уміють відпочивати, розподіляють сили, долають паніку.	Страждають від безсоння, прокрастинації, хронічного стресу.
Вибір майбутньої професії	Орієнтуються на власні цілі та мотиви	Не усвідомлюють власних бажань, діють під впливом оточення

Емпатія та розпізнавання емоцій інших людей – це схожі поняття, але не тотожні. Розпізнавання дозволяє ідентифікувати емоції та почуття іншої людини, спираючись на міміку, жести, погляд, мову. Емпатія – це процес емоційного відгуку, здатність відреагувати емоційно на почуття іншої людини. Результати опитування показали майже однакову кількість балів за цими критеріями. У пропорційному відношенні вона відповідає середньому рівню і є функціональним покажчиком: учень знає про емоції інших людей, вміє співчувати близьким, але не переобтяжений емоційною підтримкою інших, виснажуючи власні ресурси.

Як бачимо з таблиці, рівень емпатії у юнаків нижче, ніж у дівчат, у той час як загальний рівень відповідає середньому. Цікаво, що найвищий результат за цим критерієм належить юнакові, а найнижчий – дівчині.

Варто зазначити, що у декількох учнів рівень емпатії був вищим за рівень емоційної обізнаності. На нашу думку, така різниця може пояснюватися як індивідуальними особливостями, так і об'єктивними умовами.

По-перше, шостий рік поспіль процес соціалізації відбувається в змінених умовах: пандемія та війна обумовили дистанційне навчання (або навчання у змішаному форматі), в процесі якого зменшена кількість умовних ситуацій, які переживає учень. Наприклад, менше взаємодії з однокласниками та вчителями, менша участь у позакласних заходах (кількість їх обмежена безпековою нормою). Також змінюється варіативність можливих ситуацій, бо зменшена кількість учасників. Тому учень має менше (у порівнянні зі звичайним навчанням) ситуацій для аналізу емоцій інших людей. Безумовно, спілкування в месенджерах та фото і відеорепортажі дають базу для емоцій та роздумів, але учень там є спостерігачем, а не учасником.

По-друге, в умовах війни рівень емоційного напруження в родинах учнів вищий, ніж у мирний час. Накладаються і тривоги, і мобілізація деяких батьків, і інформаційна складова (фото, відео, повідомлення про загибель

людей тощо). Учні вимушені підтримувати власних батьків або інших членів родини, тому мають більш високий рівень емпатії. Таким старшокласникам варто вчитися раціонально контролювати власні емоції та почуття, щоб не опинитися в ситуації емоційного вигорання. Також можна порадити ставити уточнюючі питання щодо емоційного стану іншої особи: «Ти чимось засмучений чи просто не виспався?»

«Самомотивація – це психічний процес, який передбачає контроль над будь-якою діяльністю чи діями, метою якого є розвиток та вдосконалення особистості» [33, 67].

Результати дослідження демонструють, що є певна кількість учнів (18,2%), які мають високу самомотивацію. Ці учні здатні ставити амбітні цілі та досягати їх. Але у значної кількості учнів (45,5 %) її рівень наближається до 0 або має від'ємний показник. Це можна, на нашу думку, пояснити насамперед тим, що старшокласник не бачить перспективи через тривалий воєнний стан. Йому важко усвідомити, для чого вчитися або щось робити, якщо щоденно стикається з руйнуваннями і власних, і чужих планів. Звісно, низька самомотивація може бути обумовлена і емоційною виснаженістю людини, що також пояснюється впливом війни (про це вже було сказано вище). Зауважимо, що не можна виключити відсутність «нульової самомотивації» у мирний час, але тоді б її наявність пояснювалася іншими причинами.

Варто зазначити, що в умовах воєнного стану низька самомотивація може пояснюватися й внутрішніми мотивами. Наприклад, учень кілька разів щось робив за власною ініціативою, але зазнавав невдачі або критики. Якщо він має низьку самооцінку, надалі щось робити він вже не буде. На жаль, ця методика не дозволяє з'ясувати причину отриманих результатів.

Отже, аналізуючи дані опитування, фіксуємо середній рівень самомотивації. Старшокласник із середнім рівнем мотивації має стійкий інтерес до взаємодії із суспільством (навчання, друзі, соціальні ролі), але не перевантажує свою психіку. Його прагнення подобатися іншим або досягати

успіху є помірним, що дозволяє йому гнучко адаптуватися до змін (зокрема, в умовах воєнного стану) без надмірного стресу.

Низька мотивація веде до соціальної апатії, ізоляції та дезадаптації. Занадто висока (гіпермотивація) – породжує страх помилки, хронічну тривожність, емоційне вигорання та перфекціонізм, що блокує природну соціалізацію.

Отже, ми виявили зв'язок між складовою емоційного інтелекту (самомотивацією) та успішною соціалізацією.

Управління власними емоціями – це зона критичного рівня, бо результати низькі і у хлопців, і у дівчат. Глибокий дефіцит саморегуляції (78,8% низького рівня) та самомотивації обумовлений хронічним дистресом в умовах воєнного стану, тривожністю та обмеженістю безпосереднього очного спілкування. Відсутність живого спілкування стримує закріплення конструктивних моделей соціоемоційної адаптації. Тому сьогодні учням у віці 15-17 років особистості важко керувати емоціями. Але варто зазначити наступне.

По-перше, у добу ранньої юності ще продовжується формування тих частин мозку, що відповідають за контроль емоцій, тому низький показник обумовлено біологічними процесами.

По-друге, старшокласник не завжди вміє кваліфікувати власні емоції та розрізнити схожі (наприклад, образу та роздратованість).

По-третє, період ранньої юності відрізняється від підліткового тим, що зменшується кількість конфліктів, бо особистість поступово вчилася їх долати саме у віці підлітка. За нинішніх обставин (про це вже було зазначено вище) кількість умовно можливих конфліктних ситуацій зменшилася через зменшення самих контактів, тому час набування певних навичок розв’язання таких конфліктів подовжився і на добу ранньої юності. З іншого боку, виникли нові виклики, яких не було в мирному житті (про це теж велася мова). Це також сприяло тому, що старшокласник продовжує вчитися керувати власними емоціями.

По-четверте, перебування в стані стресу впродовж чотирьох з половиною років теж вплинуло на здатність саморегуляції. Відчуття небезпеки, напруженості, пригніченості, звуки сирен, біль утрати викликають стрес і тривогу і призводять до емоційного виснаження [46, 110]. Мозок, який не відновлюється (брак сну через обстріли та тривоги), не може контролювати негативні емоції або врівноважено приймати рішення.

Нарешті, не можна виключати того, що учень старших класів наслідує поведінку батьків чи близького оточення, коли поводиться агресивно.

Частина учнів, як доводить опитування, має навички саморегуляції. Такі учні чітко усвідомлюють, що до емоційно врівноваженої людини будуть ставитися з повагою, доручатимуть важливі справи, на таку особистість можна розраховувати. Такий старшокласник, скоріш за все, не буде піддаватися раптовим бажанням отримати гроші нечесним шляхом (та сама ворожа пропаганда) або дезінформації, бо усвідомлює можливі наслідки і для себе, і для родини. Опанування процесу саморегуляції продовжується і в старших класах. Вплив війни асимілюється з біологічними та соціальними причинами та ускладнює його перебіг та можливі наслідки.

На нашу думку, низький рівень керування власними емоціями вказує на те, що юнаки та дівчата у віці 15-17 років потребують допомоги фахівців та підтримки дорослих саме в питаннях саморегуляції. Після аналізу результатів були розроблені рекомендації для подальшої роботи з учнями (Додаток В).

Можна констатувати, що культура звернення за психологічною допомогою недостатньо сформована в суспільстві та навчальних закладах середньої освіти. Іноді і батьки, і учні вважають, що психолог має допомагати лише учням з особливими освітніми потребами або тоді, коли справа зайшла вже в глухий кут і потребує серйозного втручання. Насправді вчасно надана професійна допомога – це запорука ефективності і збереження подальших ресурсів. Тому несвоєчасне звернення по допомогу – перша проблема.

Друга – часто заходи, які відбуваються в закладах освіти, проводять «на загал». У такий ситуації не кожен учень готовий щиро ділитися власними переживаннями, побоюючись негативної реакції однокласників. Тому суспільству варто замислитися над можливістю індивідуальної роботи з учнями в школах та дошкільних закладах. Якщо треба позбутися проблеми, треба не лише її визначити, а й розглянути різні шляхи усунення.

3.2. Обґрунтування впливу емоційного інтелекту на перебіг соціалізації учнів старших класів

Проаналізувавши результати емпіричного дослідження, можна дійти наступних висновків щодо впливу емоційного інтелекту та його складових (за тестом Н. Голла, це емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивація, емпатія та розпізнавання емоцій інших людей) на перебіг процесу соціалізації.

По-перше, емоційна обізнаність (емоційна компетентність) дозволяє старшокласникам відокремлювати факти від емоцій під час спілкування та критики, спокійно висловлювати власну точку зору та уникати агресії. Адекватна поведінка сприяє продуктивному спілкуванню та взаємодії, це дозволяє вирішувати усі питання, що виникають у процесі соціалізації. На суб’єктивному рівні – учень 15-17 розрізняє власні емоційні стани, може ідентифікувати ознаки стресу та звернутися по допомогу, якщо власний ресурс буде обмежений. Також усвідомлення власних симпатій та вподобань відіграє суттєву роль у процесі вибору майбутньої професії або сфери діяльності, що теж є складовою соціалізації.

По-друге, емпатія та вміння розпізнавати емоції інших дозволяє надавати підтримку близьким та уникати переобтяження власної психіки. Звісно, ця навичка лише формується у цьому віці, але в подальшому вона допоможе будувати здорові стосунки з оточенням.

По-третє, середній рівень самомотивації дозволяє зберігати інтерес до спілкування з однолітками та іншими представниками соціуму, на суб’єктивному рівні – пристосовуватися до змін без додаткових емоційних переживань. Під час дослідження було виявлено низький рівень самомотивації. Ми спробували визначити можливі його причини та розробили певні рекомендації для подальшого розвитку учнів. Однак у процесі соціалізації низький рівень самомотивації може спричинити соціальну апатію та ізоляцію, особливо якщо додати негативний вплив цифровізації (про це було сказано раніше).

Нарешті, шкала «Управління своїми емоціями» виявилася найнижчою (1,7 бала) в усій вибірці, що свідчить про гострий дефіцит навичок саморегуляції. Можливі причини такого результату було наведено вище. У майбутньому людина з високим рівнем самоконтролю може посісти більш важливе місце в суспільстві та мати вплив на інших. У суб’єктному вимірі – контролюватиме власні емоції та зможе протистояти впливам ворожої агітації та пропаганди.

Таким чином, прослідковується фундаментальний зв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту та успішністю соціалізації старшокласника: емоційний інтелект визначає якість соціальної адаптації: високий рівень EQ забезпечує перехід від спонтанного реагування до усвідомленої поведінки, дозволяючи зберігати самоконтроль і конструктивність у стосунках із батьками, вчителями та однолітками, захищає учнів 15-17 років від маніпуляцій, сприяє прийняттю усвідомлених рішень щодо власного майбутнього. Зазначимо, що EQ у більшості учнів у цей період лише формується.

Отже, емоційний інтелект – це потужний внутрішній ресурс людини, який розвивається протягом усього життя. Він допомагає працювати продуктивніше завдяки контролю над власними почуттями та легше знаходити спільну мову з оточуючими, розуміючи їхні емоції.

У кінці розділу можна підбити підсумки. По-перше, теоретичний аналіз проблеми підтвердив, що емоційний інтелект (EQ) є вагомим психологічним

чинником соціалізації та соціально-психологічної адаптації учнівської молоді в добу ранньої юності. Розвинений емоційний інтелект забезпечує старшокласникам гнучкість поведінки, оптимізує міжособистісні контакти, сприяє вибору адекватних копінг-стратегій у стресових ситуаціях та виступає надійним підґрунтям для формування життєвої стійкості (резильєнтності) і професійного самовизначення.

По-друге, результати емпіричного дослідження за методикою Н. Голла (вибірка старшокласників м. Запоріжжя) засвідчили переважання низького рівня інтегративного емоційного інтелекту у більшості респондентів: низький рівень у 54,5%, середній у 33,3% учнів, високий – у 12,1%. Середнє інтегративне значення по вибірці становить 36,00 балів, що кількісно відповідає зоні низьких значень і свідчить про незавершеність процесу формування емоційно-вольової сфери в ранньому юнацькому віці. Водночас учні з високим рівнем EQ демонструють успішність у навчанні, чіткішу внутрішню спрямованість на самореалізацію та розвинені ресурси соціальної адаптованості. За критерієм «самомотивація» 45,5% респондентів показали низький рівень. Але справжньою дефіцитарною зоною стало керування власними емоціями – 78,8% респондетнів мають низький рівень. Це свідчить про нездатність стримувати негативні імпульси, слабкість навичок релаксації та схильність до гострого переживання образ і тривоги.

Нарешті, за гендерними показниками прослідковується чітка градація: за чотирма критеріями дівчата випереджають юнаків (за розпізнаванням емоцій інших – майже втричі), проте за шкалою «Управління своїми емоціями» юнаки мають дещо вищий середній бал, ніж дівчата (2,83 проти 1,05), що зумовлено схильністю хлопців до витіснення чи стримування зовнішніх проявів переживань. У дівчат переважають міжособистісні навички: 52,4% (11 осіб) мають високий рівень емпатії (проти 8,3% / 1 учень у хлопців), а розпізнавання емоцій — 42,9% (9 осіб проти 8,3% / 1 учень у юнаків). Хлопці демонструють більшу дефіцитарність міжособистісної чутливості (50,0% мають низьку емпатію, 66,7% — низький рівень

розпізнавання емоцій). Водночас за шкалою саморегуляції хлопці випередили дівчат (2,83 проти 1,05), що пов'язано зі схильністю стримувати зовнішній вияв переживань.

Додамо, що не виявлено 100% кореляції між рівнем емоційного інтелекту та рівнем навчальних досягнень учня. Так, респондент Уляна має оцінки переважно високого рівня, але її загальний результат 14 – низький рівень. Респондент Єгор має низький результат, проте навчається на достатньому та високому рівні. Безумовно, є відповідності. Наприклад, 20% учнів із низьким рівнем ЕІ мають навчальні досягнення середнього рівня. 10% учнів із високим рівнем ЕІ також мають і високий рівень у результатах навчання. Оскільки це не було завданням нашої роботи, ми детально не зупинялися на цьому питанні. До того ж, рівень навчальних досягнень не є відповідністю рівня когнітивних здібностей (або коефіцієнту інтелекту). Але оскільки навчання є важливою складовою соціалізації в добу ранньої юності, ми зупинилися на цьому, щоб ще раз підкреслити, що здорова самооцінка, вміння контролювати власні емоції сприяють кращим результатам, але не гарантують їх.

Якісний аналіз показав, що тривалий перебіг війни та попередні обмеження дистанційного навчання наклали відбиток на процес соціалізації учнівської молоді в прифронтовому Запоріжжі.

ВИСНОВКИ

Соціалізація є об'єктом дослідження, тому робота містить скрупульозний аналіз літератури з питань соціалізації як закордонних науковців, так і вітчизняних. Акцент зроблено саме на дослідженнях українських психологів, бо це безпосередньо стосується теми роботи. Отже, можна зазначити наступне:

1. Термін соціалізація використовується різними спільними науками, але його тлумачення має певні нюанси у кожній царині.

2. У сучасній українській психології не існує єдиного загальноприйнятого

визначення. це обумовлено і різними підходами до вивчення цього феномена, і глибиною занурення в тему, і конкретними завданнями кожного дослідження. До того ж, сучасне суспільство дуже швидко змінюється, тому і підходи, критерії визначення поняття також змінюються. У найбільш широкому формулюванні формулюванні її можна визначити як складний процес, у результаті якого відбувається інтеріоризація та подальша реалізація соціального змісту і власного досвіду особистості з метою впровадження власних цілей та входження в суспільство. Соціалізація є і результатом, і процесом, який триває все життя людини. Знання особливостей перебігу соціалізації у різному віці дозволить психологу допомогти людині більш свідомо ставитися до життя та отримувати більше позитивних емоцій в процесі привласнення надбань суспільства та своєї практичної діяльності в соціумі.

3. Багато науковців висловлюють думку, що запорукою успішної соціалізації є самомотивація, уміння будувати стосунки з оточуючими, емпатія, уміння керувати власними емоціями. Усі ці якості є складовими емоційного інтелекту, який активно формується в особистості в період ранньої юності.

Наступне завдання, яке реалізовано, – визначено особливості соціалізації в період ранньої юності. Зауважимо, що всі науковці єдині у висновках, що є певні вікові особливості соціалізації, але деякі фахівці пов'язують ці особливості ще з трудовою діяльністю людини. Отже, за цим напрямом отримано наступні результати:

1. Соціалізація в період ранньої юності відбувається в малих соціальних групах (одина, клас, групи однолітків).

2. Значно впливає на цей процес постійний стрес як наслідок війни та подальшої невизначеності.

3. На сучасному етапі соціалізація у період ранньої юності відбувається в умовах інформаційної лавини (Д.Левітін) та відсутності чітких позитивних орієнтирів (Ю.М.Швалб) для всіх учасників цього процесу, тому виникають дефіцитарна або аберацийна соціалізації.

4. Найбільш ймовірні ризики, які впливають на перебіг соціалізації, визначено. За підсумками створено таблицю.

Емоційний інтелект як складовий елемент соціалізації почали визнавати та вивчати лише в минулому столітті. Сьогодні більшість дослідників вважає його важливою складовою усього життя людини. Також останні експерименти доводять, що, на відміну від звичайного, інтелектуальний можна розвивати. Успішність соціалізації та адаптації старшокласників в умовах кризи й невизначеності безпосередньо зумовлена розвитком внутрішніх регуляторних механізмів особистості. З метою виявлення рівня емоційної стійкості та самомотивації було проведено дослідження емоційного інтелекту учнів старших класів (вік ранньої юності) та систематизовано результати. Виявлено:

1. Уміння регулювати власний емоційний стан дуже слабо сформовано у респондентів. Провідною причиною може бути постійний стресовий емоційний стан, обумовлений війною. Психіка старшокласника виснажена довгими тривогами, переживаннями за рідних та близьких, хоча зовні це може бути і не помітно.

2. Є певні гендерні розбіжності, на які звертала увагу Е.Л.Носенко. Середній інтеграційний бал дівчат трохи вище, ніж у хлопців. Така ж ситуація і з окремими показниками: емоційна обізнаність, емпатія, самомотивація у дівчат розвинена краще, ніж у хлопців.

Наукова новизна полягає в тому, що проведено вивчення рівня емоційного інтелекту учнів старших класів, які постійно перебувають у місті Запоріжжі з початку повномасштабного вторгнення. Результати доводять, що переважає низький рівень інтегративного емоційного інтелекту у більшості респондентів: низький рівень у 54,5%, середній у 33,3% учнів, високий – у 12,1%. Середнє інтегративне значення по вибірці становить 36,00 балів, що кількісно відповідає зоні низьких значень і свідчить про незавершеність процесу формування емоційно-вольової сфери в ранньому юнацькому віці.

Аналізуючи наукову література, ми не знайшли інформації (даних інших досліджень чи науково обґрунтованих припущень), яка б стосувалася вивчення емоційного інтелекту саме у старшокласників. Е. Л. Носенко наводить результати вивчення рівня емоційного інтелекту студентської молоді та працівників компаній. Ймовірно, така ситуація склалася тому, що у віці ранньої юності ще продовжується формування емоційного інтелекту, його структура ще змінюється, тому зарано фіксувати остаточні результати. Але саме в цьому віці закладаються ключові механізми емпатії та самоконтролю, які відіграють важливу роль у подальшій соціалізації. Саме тому наше дослідження можна вважати актуальним.

Зона практичного застосування результатів роботи доволі широка. По-перше, систематизовано загальні рекомендації для педагогів і психологів, які працюють у старших класах. Ми погоджуємося з іншими фахівцями, що будь-яка робота має починатися з діагностики. На нашу думку, тест Н.Голла добре відповідає віковим особливостям учнів старших класів, до того ж його валідність доведено українськими фахівцями. Для учнів середньої ланки краще застосовувати інший інструментарій. Для індивідуальної роботи чи вивчення соціальних зв’язків частіше використовується методика Т. Лірі.

По-друге, практичні дані можуть бути використані для подальшого вивчення перебігу соціалізації учнів періоду ранньої юності.

Таким чином, емоційний інтелект має критичне значення для особистісного розвитку, психологічного благополуччя та практичної (професійної) реалізації сучасної людини. Розуміння власних емоцій і здатність до емпатії допомагають долати хронічний стрес та уникати професійного вигорання, будувати здорові стосунки в колективі (чи мікрогрупі) та соціумі. За умов автоматизації та впровадження технологій на базі штучного інтелекту навички емпатії, контроля власних емоцій, емоційної гнучкості та адаптивності можуть стати перевагою на ринку праці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Актуальні проблеми теорії та практики соціальної роботи на межі тисячоліть : монографія / В. П. Андрущенко та ін. Київ : УДЦССМ, 2001. 344 с. (Соціальна робота ; кн. 1).

2. Аршава І. Ф. Емоційна стійкість людини і її діагностика. Дніпропетровськ : ДНУ, 2006. 336 с..

3. Басенко О. М. Особливості переживання підлітками стресових подій воєнних конфліктів : дис. … д-ра філософії : 053 Психологія / Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія». Київ, 2023. 213 с. URL : https://ekmair.ukma.edu.ua/items/c3dcb0ff-4eef-4794-993a-761b69a7ba2b (дата звернення: 18.11.2026).

4. Басюк Н.А. Емоційний інтелект : становлення та розвиток поняття в зарубіжних дослідженнях. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка.* Серія : Педагогічні науки. Вип. 3 (110). С. 254-270. URL : https://eprints.zu.edu.ua/36117/ (дата звернення 19.11.2026).

5. Беліменко М. Р. Діти в умовах війни. Сучасні проблеми екологічної психології. *Психологічні механізми суб'єктивного відновлення майбутнього* : матеріали XIX Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (м. Київ, 12–13 трав. 2023 р.) / за ред. Ю. М. Швалба. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 81–83.

6. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи : монографія. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2016. 324 с. URL : https://surl.li/crltdd (дата звернення 19.11.2026).

7. Варава Л. А. Створення мрії як умова проєктування власного майбутнього. *Сучасні проблеми екологічної психології: Життєві стратегії особистості в умовах воєнного стану* : матеріали XX Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Київ, 14–15 трав. 2024 р.). Київ : Ін-т психології імені Г. С. Костюка, 2024. URL : https://surl.li/urbdli.

8. Виногородський А. М. Розвиток особистісної рефлексії підлітків (на матеріалі сприйняття музики) : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / НПУ ім. М. П. Драгоманова. Київ, 1999. 232 с..

9. Гарасимів Т.З, Базарник Б.І. Самореалізація як розвиток особистості. *Вісник національного університету «Львівська політехніка».* Серія : Юридичні науки. 2016. № 837. С. 218–223.

10. Гаркавенко Н.В., Доскач С.С. Вплив карантинних обмежень на соціалізацію сучасних підлітків. *Молодий вчений.* Серія : Психологічні науки. 2021. № 4 (92). 2021 р. С. 162-170.

11. Гіденс Е. Соціологія / пер. з англ. В. Шовкун, А. Олійник ; наук. кер. О. Іващенко. Київ : Основи, 1999. 726 с..

12. Горбань Г. О. Соціалізація особистості та екологічність освітнього простору. *Актуальні проблеми психології*. Т. VII. Серія : Екологічна психологія. 2016. Вип. 41. С. 117–126.

13. Горбань Г.О. Сучасна екологічна ситуація та освіта: Актуальні проблеми психології: *Зб.наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України* / За ред. С.Д. Максименка. Київ, 2005. Вип. 5: Серія : Екологічна психологія. С. 103-108.

14. Горбань Г. О., Шевченко Н. Ф. Стратегічне мислення як ресурс ефективної життєдіяльності в умовах невизначеності. *Сучасні проблеми екологічної психології: життєві стратегії особистості в умовах воєнного стану* : матеріали XX Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Київ, 14–15 трав. 2024 р.). Київ : Ін-т психології імені Г. С. Костюка, 2024. URL : https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742144/1/2024_05_14-15_EcoPsy_Tes.pdf (дата звернення 18.11.2026).

15. Готич В. О. Resiliens, hardiness, психологічна стійкість, життєстійкість: порівняльний аналіз понять у соціально-психологічних дослідженнях. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського.* Серія : Психологія. 2023. Т. 34 (73), № 3. С. 7–12.

16. Готич В. О. Посттравматичне зростання як чинник формування психологічної стійкості студентів в умовах війни : дис. … д-ра філософії : 053 Психологія. Київ, 2025.

17. Грищук Д. Г. Громадянська соціалізація молоді в діяльності молодіжних козацьких організацій : дис. … канд. пед. наук : 13.00.05. Житомир, 2017. 250 с..

18. Дерев'янко С. П. Психологія емоційного інтелекту : навч.-метод. рекомендації. Чернігів : НУЧК ім. Т. Г. Шевченка, 2023. 80 с.

19. Екологічна психологія : хрестоматія / за ред. Ю. М. Швалба. Київ : Ін-т психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. 224 с..

20. Етичні норми і цінності: проблема обґрунтування / Т. Г. Аболіна та ін. Київ : Стилос, 1997. 243 с..

21. Єфімова О. А. Роль емоційності у переживанні психотравмуючих ситуацій. *Вісник Харківського державного університету*. 2005. № 439'99. С. 194–197.

22. Загрядська Н. М. Психологічна підтримка старшокласників у вирішенні їх екзистенційних проблем : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07 / АПН України. Київ, 1999. 201 с..

23. Занюк С. С. Психологія мотивації : навч. посіб. Київ : Либідь, 2002. 304 с..

24. Зозуляк-Случик Р. В. Основи соціалізації особистості : навч. посіб. для студ. закл. вищ. освіти. 2-ге вид., переробл. та доповн. Івано-Франківськ : НАІР, 2022. 206 с..

25. Кремень В.Г, Сисоєва С.О., Бех І.Д., Вознесенська О.Л. Концепція виховання дітей та молоді в цифровому просторі. *Вісник Національної академії педагогічних наук.* 2022, 4(2). С. 1-30. URL : https://surl.li/lgdncd (дата звернення 18.11.2026).

26. Курило В. С., Савченко С. В., Караман О. Л. Соціалізація особистості в умовах гібридної війни на сході України : монографія.

Старобільськ : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2018. 240 с. URL : https://surl.li/jvzrpx (дата звернення 18.11.2026 .

27. Лановенко Ю. І. Психологічні особливості переживання суб'єктом молодіжної кризи : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2005. 210 с..

28. Левітін Д. Структуроване мислення. Ясний розум в інформаційному хаосі. Київ : Наш формат, 2020. 456с.

29. Лещук Г. В. Соціалізація особистості як соціально-педагогічне явище. *Науковий вісник Ужгородського університету.* Серія : Педагогіка. Соціальна робота. 2011. Вип. 20. С. 71–73.

30. Ліндеманн Е. Клініка гострого горя. Психологія емоцій / за ред. В. К. Вілюнаса, Ю. Б. Гіппенрейтер. Київ, 2004. С. 212–219.

31. Лукашевич М. П. Соціалізація: виховні механізми і технології : навч.-метод. посіб. Київ : ІЗМН, 1998. 112 с..

32. Мей Р. Становлення екзистенційної психології. *Гуманістичні підходи в Західній психології XX ст.* Київ : Пульсари, 2001. С. 124–164.

33. Мирончук Н. М. Самомотивація як складова самоорганізації викладача у професійній діяльності. *Проблеми освіти* : зб. наук. пр. / ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» МОН України. Вінниця : ТОВ «Ніланд-ЛТД», 2018. Вип. 88, ч. 2. С. 65–74.

34. Москаленко В. В. Проблема виховання в контексті соціалізації особистості. *Соціальна психологія.* 2005. № 3. С. 3–17.

35. Москаленко В. В. Соціалізація особистості : монографія. Київ : Фенікс, 2013. 540 с. URL : https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/5319 (дата звернення 18.11.2026).

36. Невідома Я. Г. Проблеми соціалізації у юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України.. 2012. Вип. 17. С. 337-346.

37. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ, 2003 р.

38. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу – рефлексивної свідомості. *Вісник ДНУ.* Серія : Педагогіка і психологія. 2012. Вип. 18. Т. 20. № 9/1. URL : https://surl.li/cqlhvc (дата звернення 18.11.2026)

39. Основи соціальної психології : навч. посіб. / О. А. Донченко та ін.; за ред. М. М. Слюсаревського. Київ : Міленіум, 2008. 495 с..

40. Прахова Н. А., Макаренко С. М. Формування емоційного інтелекту як необхідної компетенції на шляху соціалізації дитини. *Psychological journal.* Т.6. №2. С.134-142. URL : https://surl.li/nmdcie (дата звернення 18.11.2026)

41. Плескач Б. В., Лисенко К. Є, Четвертак А.В. Психометричні характеристики тесту емоційного інтелекту Н. Холла. *Наука в умовах глобальної трансформації суспільства* : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Чернігів, 24–25 липня 2026 р.). С.33-37. URL : https://molodyivchenyi.ua/omp/index.php/conference/catalog/view/183/3331/6895-1 (дата звернення 19.11.2026).

42. Савченко С. В., Курило В. С. Формування критичного мислення як одна з умов успішної соціалізації сучасної особистості. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка.* Серія : Педагогічні науки. 2019. № 6 (329), ч. 1. С. 64–71.

43. Сила Т. І. Соціально-психологічні особливості професійної інтеракції у соціальній роботі : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.05 / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2007. 20 с..

44. Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості : монографія / Ю. М. Швалб та ін. ; за ред. Ю. М. Швалба. Київ : Педагогічна думка, 2015. 216 с..

45. Циба В. Г. Соціологія особистості: системний підхід (соціально-психологічний аналіз) : навч. посіб. Київ : МАУП, 2000. 152 с..

46. Цюпенко Т. А. Емоційний інтелект як засіб розвитку психологічної стійкості в умовах сьогодення. *Наукові записки.* Серія : Психологія. 2024. № 4 (6).

47. Шапошнікова І. В. Моделювання процесу соціалізації сучасної молоді. *Вісник Львівського університету.* Серія : Соціологічна. 2012. Вип. 6. С. 141–152.

48. Швалб Ю. М. Майбутнє як проблема і смисл сьогодення. Сучасні проблеми екологічної психології: *Психологічні механізми суб'єктивного відновлення майбутнього* : матеріали XIX Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (м. Київ, 12–13 трав. 2023 р.). Київ : Ін-т психології імені Г. С. Костюка, 2023. С. 78–80. URL : https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737868/2/tezy_ecopsy_12-13_05_2023.pdf.

47. Швалб Ю. М. Модель соціалізації особистості як фазовий процес. *Український психологічний журнал.* 2025. № 1 (23). С. 257-270. URL : https://drive.google.com/file/d/1id0EZ1mkqISdmylBw3wSAD7d0mFrZ9gt/view (дата звернення 18.11.2026).

50. Швалб Ю. М. Психологічні моделі соціалізації особистості. *Актуальні проблеми психології* : збірник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія : Екологічна психологія. Т.VII. С. 503-517. URL : http://appsychology.org.ua/data/jrn/v7/i38/45.pdf (дата звернення 18.11.2026).

51. Швалб Ю. М. Просторово-психологічна організація середовища буття і життєдіяльності. *Актуальні проблеми психології.* Серія : Екологічна психологія. 2015. Т. 7. Вип. 40. С. 198–207.

52. Швалб Ю. М. Психологічні механізми соціалізації особистості в онтогенезі : монографія. Харків : Літера Нова, 2020. 214 с..

53. Швалб Ю. М. , Вернік О. Л. «Динаміка стратегій життєдіяльності в умовах війни». *Вісник Національної академії педагогічних наук України.* 2025. Т. 7. № 2. С. 1–5. URL : https://surl.li/mrbxqw (дата звернення 18.11.2026)

54. Шинкарук В. Л. Культура і освіта: світоглядний аспект. Шлях освіти. 1996. № 1. С. 2–5.

55. Ямницький В. М. Розвиток життєтворчої активності особистості: теорія та експеримент : монографія. АПН України, Півден. наук. центр АПН України, Рівнен. держ. гуманіт. ун-т. О., 2006. 363 с..

56. Яцюк М. В. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи) : навч.-метод. посіб. Вінниця : Діло, 2019. 105 с..

57. Bar-On R. Emotional and social intelligence: insights from the Emotional Quotient Inventory. *Handbook of emotional intelligence* / ed. by R. Bar-On, J. D. A. Parker. San Francisco : Jossey-Bass, 2000. P. 363–388.

58. Gardner H. Frames of Mind : the theory of multiple intelligences. New York : Harper and Row, 1983. 430 p.

59. Gardner H. Multiple intelligences: the theory in practice. New York : Basic Books, 1993. 304 p.

60. Giddings F. H. The Theory of Socialization: A Syllabus of Sociological Principles for the Use of College and University Classes. New York : MacMillan & Co., Ltd., 1897. 72 p.

61. Goleman D. Primal leadership. Boston, MA : Harvard Business School Press, 2002. 140 p.

62. Guilford J. P. Three faces of intelligence. American Psychologist. 1959. Vol. 14, № 8. P. 469–479.

ДОДАТКИ

Додаток А

Опросник ECI (EMOTIONAL CREATIVITY INVENTORY)

Інструкція: Необхідно оцінити кожне з наведених нижче тверджень, при цьому використовувати шкалу від 1 (якщо це твердження є менш правдивим щодо оцінки Ваших емоційних здібностей, або Ви зовсім не згодні з ним) до 5 балів (якщо це твердження є більш правдивим щодо оцінки Ваших емоційних здібностей, або Ви повністю згодні з ним).

1. Коли в мене виникають сильні емоційні переживання, я намагаюсь знайти їх причини.

2. Я впевнений, що для емоційного розвитку слід докладати не менше зусиль, ніж для інтелектуального.

3. Я розмірковую про свої емоційні переживання та намагаюсь зрозуміти їх.

4. Моє емоційне життя не дуже мене цікавить.

5. Я обмірковую свій минулий досвід для того, щоб краще владнати наявні емоційні проблеми.

6. Після переживання сильних емоцій я намагаюсь пригадати їх та об’єктивно оцінити мої емоційні реакції.

7. Я уважно ставлюся до переживань інших людей, оскільки це допомагає мені краще зрозуміти власні емоції.

8. Мої емоційні переживання не схожі на переживання інших людей.

9. Я можу уявити себе самотнім, розлюченим та радісним одночасно.

10.Іноді я переживаю емоції та почуття, які непростото характеризувати звичайними словами.

11.Я переживав такі поєднання емоцій, які інші люди, ймовірно, ніколи не переживали.

12.Мені подобаються музика, танці та картини, які викликають нові та незвичайні емоційні переживання.

13.У мене є незвичайний та унікальний емоційний досвід.

14.Коли виникає емоційна ситуація, зазвичай я реагую не так, як інші люди.

15.Мені подобається уявляти ситуації, які викликають незвичайні емоційні реакції.

16.Мої емоційні переживання можуть бути незвичайними та новими.

17.Мені слід було стати поетом або романістом, тоді я мав би можливість описати ті емоції, які я іноді переживаю, настільки вони унікальні.

18.Я можу переживати різні емоції одночасно.

19.Я надаю перевагу фільмам та книгам, в яких показані складні та неймовірні емоційні ситуації.

20.Іноді мені складно описати усю різноманітність моїх емоційних переживань.

21.Я здатний переживати велику кількість різних емоцій.

22.Я легко можу пристосовуватися до ситуацій, які потребують переживання нових або незвичайних емоцій.

23.Я без усяких труднощів виражаю свої емоції.

24.Вираження емоцій допомагає мені у стосунках з іншими людьми.

25.Мої емоції допомагають мені у досягненні життєвих цілей.

26.Мої емоції відіграють важливу роль у житті: без них вона не мала би смислу.

27.Я намагаюсь бути щирим в емоційних реакціях на події, навіть якщо це призводить до певних проблем.

28.Емоції, які я переживаю, майже завжди виражають мої справжні думки та почуття.

29.Мої зовнішні емоційні реакції точно відображають мої внутрішні почуття.

30.Я намагаюсь маскувати та приховувати свої емоції.

Підрахунок балів:

– сума балів за твердженнями 1 – 7 включно характеризує рівень підготовленості;

– сума балів за твердженнями 10 – 21 – новизни;

– сума балів за твердженнями 22 – 26 – ефективності;

– сума балів за твердженнями 27 – 30 – автентичності.

Бали за твердженнями 4 та 30 нараховуються за інверсною шкалою.

Додаток Б

Тест на емоційний інтелект Н.Голла

Ім’я _____ Клас_____

№	Питання	Повністю не згоден (-3)	Здебільшого не згоден (-2)	Частково не згоден (-1)	Частково згоден (+1)	Здебільшого згоден (+2)	Повністю згоден (+3)	Рез-т
1	Як негативні, так і позитивні емоції служать для мене джерелом знання про те, як чинити в житті.							
2	Негативні емоції допомагають мені зрозуміти, що я маю змінити в моєму житті.							
3	Я спокійний, коли відчуваю тиск збоку.							
4	Я здатний спостерігати зміну своїх почуттів.							
5	Коли потрібно, я можу бути спокійним і зосередженим, щоб діяти відповідно до запитів життя.							
6	Коли необхідно, я можу викликати у себе широкий спектр позитивних емоцій, такі як веселощі, радість, внутрішній підйом і гумор.							
7	Я стежу за тим, як я почуваюся.							
8	Після того як щось засмутило мене, я можу легко впоратися зі своїми почуттями.							
9	Я здатний вислуховувати проблеми інших людей.							
10	Я не зациклююсь на негативних емоціях.							
11	Я чутливий до емоційних потреб інших.							
12	Я можу діяти заспокійливо на інших людей.							
13	Я можу змусити себе знову і знову долати перешкоди.							

14	Я намагаюся підходити творчо до життєвих проблем.							
15	Я адекватно реагую на настрої, спонукання та бажання інших людей.							
16	Я можу легко входити в стан спокою, готовності та зосередженості.							
17	Коли дозволяє час, я звертаюсь до своїх негативних почуттів та розбираюся, у чому проблема.							
18	Я здатний швидко заспокоїтись після несподіваного засмучення.							
19	Розуміння моїх істинних почуттів є важливим для підтримки «хорошої форми».							
20	Я добре розумію емоції інших людей, навіть якщо вони не виражені відкрито.							
21	Я добре можу розпізнавати емоції за виразом обличчя.							
22	. Я можу легко відкинути негативні почуття, коли потрібно діяти.							
23	Я добре розпізнаю знаки при спілкуванні, які вказують на те, чого інші потребують.							
24	Люди вважають мене добрим знавцем переживань інших людей.							
25	Люди, які усвідомлюють свої справжні почуття, краще керують своїм життям.							
26	Я здатний покращити настрій інших людей.							
27	Зі мною можна порадитися з питань відносин між людьми.							
28	Я добре налаштовуюсь на емоції інших людей.							
29	Я допомагаю іншим використовувати їх спонукання для досягнення особистих цілей.							
30	Я можу легко відключитися від переживання неприємностей.							

Результати

№	Шкала	Питання	Сума	Рі-вень
1	Емоційна обізнаність	1, 2, 4, 17, 19, 25		
2	Управління своїми емо-ціями	3, 7, 8, 10, 18, 30		
3	Самомотивація	5, 6, 13, 14, 16, 22		
4	Емпатія	9, 11, 20, 21, 23, 28		
5	Розпізнавання емоцій інших людей	12, 15,24, 26, 27,29		
	Загальний рівень			

Додаток В

Рекомендації щодо розвитку навичок самоконтролю

Рекомендація	Мета	Очікуваний результат
Впровадження технік емоційної саморегуляції та розвантаження (використання пауз, дихальних вправ, самоконтролю та «заземлення» під час емоційних сплесків)	Навчити підлітків опановувати імпульсивність, долати тиск і керувати спонтанними реакціями	Зниження рівня конфліктності у класному колективі, збереження самоконтролю та зменшення кількість деструктивних імпульсивних дій
Розвиток навичок активного слухання, емпатії та міжособистісної взаємодії	Підвищити якість співпраці та взаєморозуміння в колективі	Краща взаємодія, конструктивне вирішення конфліктів, підтримка психологічного комфорту
Ведення «щоденника емоцій» та самоаналізу (щоденна фіксація ситуацій, власних думок, відчуттів та їх точне називання)	Поглибити емоційну обізнаність, аналізувати першопричини власних реакцій та незадоволені потреби	Перехід від спонтанної поведінки до усвідомленої рефлексивної позиції, підвищення рівня самоповаги та здатності керувати власним життям
Розвиток емпатії, активного слухання та «Я-висловлювань» (навчання ненасильницькому спілкуванню та розпізнаванню потреб інших).	Сформувати чутливість до переживань оточуючих, навчити висловлювати почуття екологічно без звинувачень та долати міжстатевий дисбаланс у розвитку ЕІ	Покращення психологічного клімату в групі, зростання міжгрупової згуртованості, підтримка та конструктивне вирішення непорозумінь
Формування навичок самомотивації, наполегливості (використання позитивних емоцій, зацікавленості для досягнення цілей і творчого вирішення проблем)	Підвищити внутрішню мотивацію та залученість учасників	Зростання ініціативності, наполегливості в досягненні особистісних і навчальних результатів, підвищення резильєнтності

Формування культури безперервного навчання та обміну знаннями	Розвивати компетентність та адаптивність до зовнішніх умов	Зростання рівня внутрішньої мотивації, набуття нових навичок та знань
Залучення та гармонізація взаємодії із соціальним оточенням (спільна просвітницька роботи з батьками, вчителями та ровесниками)	Створити безпечне емоційне середовище, оскільки саме це оточення є ключовим чинником формування емоційного інтелекту старшокласника	Зміцнення довіри між учнями та дорослими, єдність психолого-педагогічних вимог та покращення соціальної адаптації

Додаток Г

Вплив EQ на соціалізацію старшокласників

Створено за допомогою ШІ (за підсумками дослідження)

