МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Виконала: студентка 2 курсу, групи 8.0533-з
спеціальності 053– Психологія
Якушева Олена Євгенівна
Керівник: Железнякова Ю.В., к.психол.н., доцент кафедри психології
Рецензент: к.психол.н., доц. Грандт В.В.

Запоріжжя – 2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2024 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Якушевій Олені Євгенівні

Тема роботи Особливості формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку

керівник роботи Железнякова Ю.В., к.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «24» 09 2024 року № 1446-с

2. Строк подання студентом роботи _____

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

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: розкрити поняття емоційного інтелекту; проаналізувати розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі; визначити фактори, що впливають на формування емоційного інтелекту; розглянути роль сім'ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелект; провести емпіричне дослідження особливостей формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

5. Перелік графічного матеріалу: 5 таблиць, 5 рисунків

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Железнякова Ю.В., доцент		
Розділ 1	Железнякова Ю.В., доцент		
Розділ 2	Железнякова Ю.В., доцент		
Розділ 3	Железнякова Ю.В., доцент		
Висновки	Железнякова Ю.В., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень –лютий 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2024 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2024 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень -серпень 2024 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2024 р.	Виконано

Студент _____ О.Є. Якушева

Керівник роботи _____ Ю.В. Железнякова

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ О. М. Гредінарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 85 сторінки, 5 таблиць, 5 рисунків, 64 джерела.

Об'єкт дослідження: феномен емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження: особливості формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Мета дослідження: проаналізувавши наукову літературу, провести емпіричне дослідження та визначити особливості формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Перша гіпотеза дослідження полягає в тому, що розвиток емоційного інтелекту дитини в дошкільному віці є дуже важливим фактором, бо це обумовлено переходом від інтелектуального егоцентризму до інтелектуальної децентрації, що обумовлює формування здатності розуміння як своїх емоції та почуття, так і оточуючих.

Друга гіпотеза дослідження полягає в тому, що: запропонована програма розвитку емоційного інтелекту буде ефективним засобом для формування вмінь та навичок у дітей дошкільного віку в розпізнаванні своїх емоцій і почуттів, так і оточуючих.

Для досягнення і вирішення поставлених завдань нами використано такі методи, як метод аналізу науково-теоретичних джерел, систематизації та узагальнення психологічних даних за обраною темою дослідження, психодіагностичні методи, а також методи математичної обробки даних.

Наукова новизна полягає в тому, що нами було систематизовано основні етапи розвитку емоційного інтелекту, визначено роль сім'ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелекту, проведено емпіричне дослідження, щодо визначення рівня емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку та розроблено програму спрямовану на розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку з комплексним підходом, у якому сім'я та дошкільний заклад будуть рівноправними партнерами.

Практичне значення роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані в професійній діяльності психологів та вихователів що працюють з дітьми дошкільного віку.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ, ДІТИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, СІМ'Я, ДОШКІЛЬНИЙ ЗАКЛАД.

SUMMARY

Yakusheva O.E. Peculiarities of the Formation of Emotional Intelligence in Preschool Children.

Master's qualification work: 85 pages, 5 tables, 5 figures, 64 figures.

Object of investigation: the phenomenon of emotional intelligence in preschool children.

Subject of investigation: features of the formation of emotional intelligence in preschool children.

Meta-research: having analyzed the scientific literature, conduct an empirical study to identify the peculiarities of the formation of emotional intelligence in preschool children.

The first hypothesis is that the development of a child's emotional intelligence in preschool age is a very important factor, which is due to the transition from intellectual egocentrism to intellectual decentralization, which This involves the formation of the cultural understanding of both one's own emotions and feelings, as well as those of others.

Another hypothesis is that the program for the development of emotional intelligence will be an effective way to develop skills in preschool children in recognizing their emotions and feeling in, so and absent.

To achieve and enhance our goals, we have chosen such methods as the method of analyzing scientific and theoretical principles, systematization and organization of psychological data on a particular research topic, psychodiagnostic methods, as well as methods of mathematical processing of data .

The scientific novelty lies in the fact that we systematized the main stages of development of emotional intelligence, identified the role of the family and preschool foundation in the formation of emotional intelligence, conducted empirical research, which In order to promote emotional intelligence in preschool children, a program has been developed specifically for the development of

emotional intelligence children of preschool age with an integrated approach, in which family and preschool children will be equal partners.

The practical significance of the work lies in the fact that the results of the investigation can be used in the professional activities of psychologists and psychotherapists who work with preschool children.

EMOTIONAL INTELLIGENCE, PRESCHOOL CHILDREN, SIMILARITY, PRESCHOOL CHILDREN..

ЗМІСТ

ВСТУП 8

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТНЛЕКТУ..... 11

1.1. Поняття емоційного інтелекту..... 11

1.2. Розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі..... 27

РОЗДІЛ 2. ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ..... 40

2.1. Фактори, що впливають на формування емоційного інтелекту..... 40

2.2. Роль сім'ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелекту..... 51

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ..... 59

3.1. Методи, методика і процедура дослідження..... 59

3.2. Результати дослідження та їх інтерпретація..... 61

ВИСНОВКИ..... 73

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 79

ВСТУП

Актуальність дослідження. Дошкільний вік є визначальним періодом у становленні особистості дитини. Саме в цей час закладаються основи її соціальної, емоційної та когнітивної сфер. Емоційний інтелект, як здатність усвідомлювати свої та чужі емоції, керувати ними та використовувати їх для досягнення мети, набуває все більшої важливості в сучасному світі. Розвиток емоційного інтелекту в ранньому віці є запорукою успішної адаптації дитини до соціального середовища, побудови міцних міжособистісних відносин та досягнення особистісного благополуччя в майбутньому.

Незважаючи на значну кількість досліджень, присвячених емоційному інтелекту, питання його формування у дошкільників залишається недостатньо вивченим. Існує потреба в більш глибокому розумінні вікових особливостей емоційного розвитку дітей, а також у розробці ефективних програм для стимулювання та розвитку їхнього емоційного інтелекту.

Одним із основних завдань особистісно орієнтованого навчання та виховання як оновленої освітньої парадигми є формування у дітей емоційної компетентності, що забезпечує успішне спілкування та соціальну взаємодію. Актуальність посилюється соціальними потребами, пов’язаними зі збереженням психічного здоров’я дітей. У цьому контексті принципово значущу роль може відіграти емоційний інтелект, розвиток якого сприятиме емоційному благополуччю дітей.

Проблема формування емоційного інтелекту є достатньо розвинутою в працях сучасних дослідників в психології, таких як Марчук С.В., Носенко Е.Л., Ковригі Н.В., Журавльової М.О., Шпак М.М., Опанасюк І.В., Мельник Н., Вірної Ж.П., Брагіної К.І., Денхема С., Кейгана Дж., Лобко О., Дубровської Л., Волік Н., Іванової Є. О. та ін.).

Проблема розвитку емоційного інтелекту набуває все більшої актуальності в сучасному суспільстві. Незважаючи на численні дослідження в цій галузі, розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку залишаються недостатньо вивченою.

Актуальність і недостатній рівень розробки означеної проблеми зумовили вибір теми кваліфікаційної роботи магістра: «Особливості формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку».

Об'єкт дослідження: феномен емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження: особливості формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Мета дослідження: проаналізувавши наукову літературу, провести емпіричне дослідження та визначити особливості формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Перша гіпотеза дослідження полягає в тому, що розвиток емоційного інтелекту дитини в дошкільному віці є дуже важливим фактором, бо це обумовлено переходом від інтелектуального егоцентризму до інтелектуальної децентрації, що обумовлює формування здатності розуміння як своїх емоції та почуття, так і оточуючих.

Друга гіпотеза дослідження полягає в тому, що: запропонована програма розвитку емоційного інтелекту буде ефективним засобом для формування вмінь та навичок у дітей дошкільного віку в розпізнаванні своїх емоцій і почуттів, так і оточуючих.

У відповідності з метою та гіпотезою визначені завдання дослідження:

1. розкрити поняття емоційного інтелекту;
2. проаналізувати розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі;
3. визначити фактори, що впливають на формування емоційного інтелекту;

4. розглянути роль сім’ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелект;

5. провести емпіричне дослідження особливостей формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку.

Для досягнення і вирішення поставлених завдань нами використано такі методи, як метод аналізу науково-теоретичних джерел, систематизації та узагальнення психологічних даних за обраною темою дослідження, психодіагностичні методи, а також методи математичної обробки даних.

Наукова новизна полягає в тому, що нами було систематизовано основні етапи розвитку емоційного інтелекту, визначено роль сім’ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелекту, проведено емпіричне дослідження, щодо визначення рівня емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку та розроблено програму спрямовану на розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку з комплексним підходом, у якому сім’я та дошкільний заклад будуть рівноправними партнерами.

Практичне значення роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані в професійній діяльності психологів та вихователів що працюють з дітьми дошкільного віку.

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

РОЗДІЛ 1.
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТНЛЕКТУ

1.1. Поняття емоційного інтелекту

Проблема емоційної культури залишається актуальною протягом всієї історії людства. Сучасні вчені та філософи, слідом за античними мислителями, наголошують на актуальності проблеми розвитку емоційної компетентності, відкритості людини до своїх емоційних переживань поєднуючи свої здібності з гармонійною взаємодією серця та розуму, афекту та інтелекту. Ошо Радшниш сказав, що «розум — це інтелект, налаштований так само, як і ваше серце» [21, 17].

Поняття «емоційний інтелект» з’явилося в психології досить давно, але досі привертає увагу багатьох вчених. Витоки поняття цього явища лежать у стародавніх філософських вченнях, таких як уявлення Арістотеля про взаємозв'язок когнітивних і емоційних процесів, протистояння емоцій і розуму між ними. Філософи, визначали провідну роль емоцій і почуттів у теорії природного виховання Ж.Ж. Руссо. Виникненню концепції емоційного інтелекту, як соціально-психологічного феномену, передувала послідовна зміна поглядів науковців на зв'язок емоційних і когнітивних процесів у структурі особистості [37, 349].

Дослідження цієї психологічної концепції активно почалося в 1983 році, коли дослідник Говард Гарднер описав перші характеристики емоційного інтелекту у своїй знаменитій монографії «Структури розуму» («Frames of mind»). Вчений припустив, що єдиного поняття «інтелекту» не існує, але є підвиди інтелекту, які суттєво впливають на життя особистості в цілому. На основі власних досліджень Г. Гарднер виділив сім підтипів

інтелекту: лінгвістичний, логіко-математичний, просторовий, тілесно-кінестетичний, музичний та емоційний та внутрішньо-особистісний [39, 21].

Фролова Г. С. охарактеризувала кожний підтип інтелекту більш детально:

- лінгвістичний – уміння говорити та писати. На думку Г. Гарднера, мова відіграє вирішальну роль у певних сферах, тобто є засобом досягнення певної мети;

- музичний – здатність відтворювати, розуміти і передавати значення, пов'язані зі звуками, включаючи пристрої, що відповідають за сприйняття висоти, ритму і тембру (якісних властивостей) звуків;

- логіко-математичний – здатність використовувати та оцінювати відношення між діями чи об’єктами, коли вони фізично не присутні, тобто до абстрактного мислення;

– просторовий – ще один тип інтелекту, який можна протиставити лінгвістичному інтелекту та надати йому не меншого значення. Включає в себе здатність створювати тривимірні зображення та подумки переміщувати та повертати ці зображення. На думку Г. Гарднера, метафорична здатність знаходити схожість між різними сферами є проявом просторового інтелекту;

- тілесно-кінестетичний – здатність використовувати всі частини тіла при розв’язуванні задач або виготовленні виробів; передбачає контроль грубої та дрібної моторики та здатність маніпулювати зовнішніми рухами;

- внутрішньо-особистісний – здатність розпізнавати власні почуття, наміри та мотиви. На думку Г. Гарднера, розвинений внутрішньо-особистісний інтелект допомагає людині розрізняти та символічно описувати складні та заплутані почуття;

- міжособистісний – здатність розпізнавати та бачити різницю між почуттями, поглядами та намірами інших людей [56, 108-109].

Кожен з типів інтелектуальних здібностей, виділених автором, важливий для досягнення в тій чи іншій сфері життя. Цінність кожного виду інтелекту визначається соціальними нормами, які заохочують або не заохочують розвиток певних інтелектуальних здібностей.

Емоційний вид поділяється на внутрішньо-особистісний та міжособистісний. Міжособистісний інтелект раніше описувався в психологічній літературі і називали його «соціальним інтелектом» або «соціальною компетентністю». Найважливішою особливістю було те, що поняття соціального інтелекту характеризувало здатність людини взаємодіяти з іншими людьми. На відміну від першого типу, внутрішньо-особистісний інтелект характеризувався здатністю людини знайти себе, тобто реалізуватися в житті, мотивувати себе на успіх [39, 21].

Сам термін «емоційний інтелект» почав використовуватися на початку 1990-х років. Американський психолог Дж. Мейєр, один із перших дослідників цього явища, який виділив п’ять періодів зарубіжної історії XIX-XX ст., які характеризуються розвитком наукових досліджень емоційного інтелекту [37, 349].

Таблиця 1.1

Періодизація за Дж. Мейєром історії вивчення емоційного інтелекту

Етапи становлення	**Річні інтервали**	**Характеристика кожного періоду**
1 етап	1900-1969	Період відносно ізольованих досліджень емоцій та інтелекту
2 етап	1970-1989	Період, коли розкривається природа взаємовпливу когнітивних і емоційних процесів
3 етап	1990-1993	Визначення поняття «емоційний інтелект» як самостійної теми психологічних досліджень
4 етап	1994-1997	Період популяризації феномену емоційного інтелекту та розкриття практичної значущості досліджень Дж. Мейєра
5 етап	1998 по теперішній час	Уточнення концептуалізації конструкту емоційного інтелекту

К.В. Максьом у своїй науковій статті охарактеризував кожен етап становлення емоційного інтелекту за Дж. Мейєром, проаналізуємо кожен з них.

Перший період (1900-1969) характеризується впровадженням і розвитком різноманітних тестових методик вимірювання інтелекту заснованих виключно на когнітивній концепції. У дослідженнях емоційної сфери наголошується на виявленні первинних факторів між фізіологічними реакціями та емоціями. Важливим етапом у формуванні уявлень про емоційний інтелект цього періоду є початок вивчення соціального інтелекту, який характеризувався, як здатність розуміти інших і помірковано ставитися до інших.

Другий період (1970-1989) характеризується стрімким зростанням інтересу до вивчення взаємодії емоційних і когнітивних процесів, що знайшло відображення в наукових дослідженнях, таких як вплив депресії на реалістичне мислення, дослідження здатності до емоційної саморефлексії, зв'язок між схильністю до перепадів настрою і креативністю. У цей час людина починає розглядати емоції як одну з підсистем свідомості. Виникненню поняття «емоційний інтелект» на той час істотно сприяли дослідження в психологічних галузях знань. Так, в 1973 році в клінічну практику був введений термін «алекситимія», що описує стан, протилежний проявам емоційного інтелекту, а саме низький рівень здатності розпізнавати почуття, пояснювати їх, рефлексувати і описувати іншим людям. У наукових джерелах, присвяченим особливостям розвитку дитини, зустрічається поняття «емоційна обдарованість» [37, 350].

До другого періоду, можна віднести вченого Р. Бар-Она, який є автором абревіатури «EQ», він визначає емоційний інтелект як набір некогнітивних здібностей, компетенцій і навичок, які впливають на здатність людини справлятися з викликами та стресами зовнішнього середовища [21, 19]. У 1985 році Бар-Он ввів поняття «коефіцієнта емоційності» і запропонував опитувальник для його вимірювання. У ході дослідження

функціональних патернів мозку вчені вказують на тісний зв'язок між пізнанням і емоціями [37, 350]..

Третій період (1990-1993) характеризується тим, що серед вчених стають популярними ідеї про когнітивну природу емоцій. Розробляються методики, що дають змогу вивчати сприйняття невербальної інформації, зокрема розпізнавання емоцій у міміці та пантоміміці. У 1990 році була опублікована робота Дж. Мейєра і П. Селовея, в якій автори запропонували визначення поняття «емоційний інтелект» і метод його вимірювання. У цей період емоційний інтелект був визначений як єдина здатність, тип інтелекту, який сприяє використанню емоційної інформації для вдосконалення розумової діяльності.

Четвертий період (1994-1997) характеризується стрімкою популяризацією терміну «емоційний інтелект». Початком цього періоду стала публікація книги Д. Гоулмана «Емоційний інтелект», яка стала світовим бестселером. Автор та його послідовники представили емоційний інтелект як основу життєвого успіху в більшості сфер життя людини. У цей період основна тематика досліджень у сфері емоційного інтелекту зміщується від наукового обґрунтування феномену до практичної реалізації.

П'ятий період (1998 по теперішній час) характеризується можливістю для вдосконалення концепцій емоційного інтелекту. З одного боку, продовжуються теоретичні дослідження конструктів емоційного інтелекту, розглядається його вплив на певні сфери життя людини, зв’язок із властивостями особистості, тощо. Окрім теоретичних досліджень, з’являється все більше тренінгових розробок, які спрямовані на підвищення рівня емоційного інтелекту, що, на думку авторів, дозволить людині налагоджувати міжособистісні контакти, краще справлятися зі стресом, та ін [37, 350].

В третій період становлення емоційного інтелекту, такі вчені, як Дж. Мейєр і П. Селовей працювати з концепцією емоційного інтелекту, започаткованою Г. Гарднером. Дж. Мейєр і П. Селовей, і зазначали, що людина з емоційним інтелектом має п'ять основних здібностей:

Першим і найголовнішою характеристикою є *–усвідомлення людиною власних емоцій*. Саме ця якість призводить до емоційного інтелекту, тому що здатність керувати своїми емоціями та контролювати їх, регулювати та виявляти їх починається тоді, коли людина розуміє детермінанти виникнення в ній переживань. Тому що можливість усвідомлення своїх переживань і розуміння причин їх виникнення дає індивіду можливість не тільки краще впоратися з ними, але й зрозуміти природу події [39, 21].

Другою характеристикою емоційного інтелекту є *свідоме поводження з самими емоціями*. Здатність регулювати особисті емоції виражається в бажанні заспокоїтися, зменшити тривогу, роздратування або гнів. Люди, які не виявляють цієї риси, постійно перебувають у стані дистресу та намагаються подолати свої негативні емоції. Особи, які мають здатність контролювати та регулювати власні емоції, долають емоційні стани набагато краще та ефективніше.

Третьою характеристикою емоційного інтелекту є - *здатність мотивувати себе до діяльності*, оскільки вона реалізується в намаганні індивіда спрямувати власні емоції на досягнення мети діяльності, на нові досягнення та на творчу діяльність. З цієї причини вважається, що самоконтроль є складовою прагнення до мотивації досягнення мети. Це реалізується через здатність відкладати негайне задоволення, щоб досягти більш важливої, але віддаленої мети. Дослідники вважають, що бажання і здатність індивіда відкласти задоволення безпосередніх спонукань є дуже важливою основою його подальшої успішної діяльності.

До четвертої характеристики емоційного інтелекту, відноситься *розпізнавання та розуміння емоцій*, які можуть виникати в інших людей. Ця здатність пов’язана з розпізнаванням емпатії, оскільки люди, які визнають її,

більш чутливі до слабких соціальних сигналів, які необхідно враховувати під час спілкування [39, 21].

До п’ятої характеристики емоційного інтелекту відносять - *здатність підтримувати дружні стосунки з суспільством*. Як не дивно, це розглядалося науковцями, як своєрідне мистецтво позитивного ставлення до інших людей. Це важливий соціальний навик, який реалізується в здатності людини справлятися з емоціями, що виникають у процесі взаємодії з суспільством. Цей підтип емоційного інтелекту, який вивчають інші вчені, називається соціальним інтелектом. Він визначає не тільки лідерські якості людини, але і його ефективність у міжособистісному спілкуванні, оскільки люди з досить високим рівнем розвиненого соціального інтелекту можуть справлятися з емоціями, які виявляють при спілкуванні з іншими людьми, і, відповідно, досягають великих успіхів у взаємодії [43].

Як ми зазначали вище, поняття «емоційний інтелект» набуло великої популярності завдяки Д. Гоулману, книга «Емоційний інтелект» у 1995 році викликала надзвичайний резонанс у світовій психології. Останніми роками Д. Гоулман опублікував ряд наукових праць, які підтверджують важливість емоційного фактору в успішних діях людини, розвиваючи ідею емоційного інтелекту як доповнення, а іноді і як раціональної противаги інтелекту.

Зарицька В.В. стверджує, що висновки Д. Гоулмана навряд чи можна назвати теорією, оскільки логічні закономірності та причинно-наслідкові зв’язки непросто зрозуміти в міркуваннях автора, а висновки він робить на прикладах із життя та їх асоціативних зв’язків. Водночас, Д. Гоулман, наводить багато прикладів, які яскраво показують, наскільки важливо для людини розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, а також уміння контролювати свої почуття та будувати стосунки з людьми.

У результаті аналізу Зарицькою В.В. цих прикладів, можна зробити висновок, що Д. Гоулман визначає емоційний інтелект як здатність людини усвідомлювати власні емоції та емоції інших, щоб добре справлятися з ними наодинці та у спілкуванні з іншими людьми.

У своєму дослідженні вчений висвітлив, що IQ впливає на успіх людини від 4 до 25%, пояснюючи це тим, що для того, щоб стати менеджером, потрібно мати певний рівень IQ, а щоб стати успішним менеджером, потрібно також мати здібності різного роду, а саме здібності, пов'язані з розумінням емоцій і керування ними. У цьому контексті серед менеджерів набув поширення вислів, що «людина влаштовується на роботу завдяки IQ, а завдяки EQ робить кар'єру».

Теорія емоційного інтелекту спростовує одну з головних ідей 20 століття, що для успіху немає місця емоціям на роботі.

На конкретних прикладах Д. Гоулман впевнено доводить, що найбільш успішних у своїй діяльності досягають ті люди, які вміло поєднують розум і почуття. Саме люди з високим емоційним інтелектом швидше приймають рішення, ефективніше діють у критичних ситуаціях і краще ведуть за собою своїх підлеглих, що відповідно сприяє їх кар'єрному розвитку [21, 19].

Д. Гоулман, на відміну від П. Саловея та Дж. Майєра, вважає, що людина може розвивати та вдосконалювати емоційний інтелект протягом усього життя. На думку автора, структура EQ має ширші межі і включає наступні компоненти [17, 1]:

Самосвідомість. Люди з високою самосвідомістю прислухаються до своїх внутрішніх відчуттів і усвідомлюють вплив своїх почуттів на власний психологічний стан і продуктивність. Вони здатні інтуїтивно вибрати найкращу поведінку в складній ситуації, використовуючи свої інстинкти для сприйняття ширшої картини. Зазвичай вони знають свої сильні сторони та розуміють свої обмеження. Точне знання своїх здібностей дозволяє людям повною мірою використовувати свої сили. Вони не втрачають почуття реальності і мають почуття власної гідності.

Самовладання або самоконтроль. Люди з цим навиком знаходять способи контролювати свої деструктивні емоції та імпульси і навіть використовувати їх для користі в своєї справи. Така людина здатна зберігати спокій і розсудливість навіть під час сильного стресу чи кризи. Вони відкриті

з собою та оточуючими, живуть у гармонії зі своїми цінностями, гнучко пристосовуються до труднощів і вміло пристосовуються до мінливих ситуацій. У таких людей сильна воля, вони керуються високими особистими стандартами і завжди використовують сприятливі можливості. Такі людини без вагань порушить правила або принаймні змінюють їх, якщо це необхідно для майбутнього. Вони оптимістично налаштовані, завжди знаходять вихід зі складних обставин, завжди позитивно сприймають інших людей.

Соціальна чуйність. Це люди, які мають здатність прислухатися до переживань інших людей і налаштовуватися на широкий спектр емоційних сигналів. Такі люди співчувають іншим і здатні подумки поставити себе на місце іншої людини. Вони чітко усвідомлюють усі рухи життя, часто політично проникливі, здатні вказати на найважливіші соціальні взаємодії та зрозуміти тонкощі владної ієрархії. Люди з цією здатністю прагнуть створити навколо себе емоційний клімат, який позитивно впливатиме на інших людей і стосунки з ними.

Управління відносинами. Люди з цими навичками знають, як резонувати з іншими, залучаючи їх до переконливої уваги до майбутнього або спільної місії. Такі люди є прикладом для інших поводитися так, як їм хочеться, і здатні сформулювати спільну місію таким чином, щоб надихнути інших. Це люди, які вміють підібрати правильний тон у зверненні до конкретного слухача, залучити на свій бік зацікавлених осіб і залучити масову підтримку своєї ініціативи. Вони щиро цікавляться тими, кому допомагають вдосконалюватися, вони визнають цілі, сильні та слабкі сторони інших, є хорошими вчителями та наставниками. Це люди, які вміють ініціювати зміни, здатні враховувати потребу змін, піддавати сумніву існуючий порядок речей і виступати за новий лад. При цьому, вони віртуозно вирішують розбіжності, вміють залучити конфліктуючих до відвертої розмови, вміють враховувати різні думки і створити атмосферу спільності. Вони надихають людей на активне, пристрасне досягнення спільних ідеалів і зміцнюють моральний дух команди та почуття єдності [17, 1].

Емоційний інтелект - це відносно молода концепція для науки, вчені досі шукають його точне визначення. Для прикладу наведемо деякі визначення науковців емоційного інтелекту:

- здатність «інтелектуально» керувати своїм емоційним життям (за визначенням X. Baycbax і W. Dax) [9];

- емоційно-інтелектуальна діяльність (за визначенням Є. Ільїна) [25, 13];

- особлива форма організації індивідуальних емоційних переживань або емоційного досвіду у форми наявних емоційних структур, що впливають на емоційний характер репрезентації цього простору (за визначенням М. Журавльова) [17];

- інтегральна риса особистості, яка відображає когнітивну (пізнавальну) здатність людини розуміти почуття та керувати ними за допомогою когнітивних навичок і забезпечує психологічне благополуччя та успішну соціальну взаємодію (за визначенням М. Шпака) [57];

- інтегративні особистісні характеристики, що виражаються динамічною єдністю афекту та інтелекту через взаємодію емоційних, когнітивних, мотиваційних особливостей, які спрямовані на розуміння власних емоцій та емоційних переживань інших, забезпечуючи тим самим управління емоційним станом, підпорядкування емоцій розуму, зумовлюючи розвиток самопізнання та самореалізацію через збагачення емоційного та соціального досвіду (за визначенням М. Шпака) [58];

- здатність розуміти, прояснювати та справлятися з власними емоціями [25, 14];

- здатність розуміти ставлення особистості, представленого в емоціях, і керувати емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу та синтезу [25, 14].

- здатність адекватно сприймати, оцінювати та виражати емоції; здатність стимулювати почуття, коли вони сприяють мисленню; здатність розуміти емоції та знання, пов'язані з цими емоціями, а також їх регулювати,

щоб сприяти власному емоційному та інтелектуальному зростанню (за визначенням П. Селовей та Дж. Меєром) [64].

У традиційній західній психології емоції розглядаються як розлади, які є настільки руйнівними для розумової діяльності, що їх потрібно контролювати. На цьому тлі деякі вчені вважають сам термін «емоційний інтелект» спірним, тому такі вчені концепції емоційного інтелекту аргументують свою позицію таким чином:

– по-перше, інтелект у даному випадку є недоречною метаморфозою, яку, на їхню думку, слід замінити поняттям «компетентність»;

– по-друге, інтелект визначається як здатність, і не існує жодних унікальних здібностей, пов’язаних з емоціями;

– по-третє, в уявленнях про емоційний інтелект емоції підміняються інтелектом [21, 18].

Марчук С. В. спираючись на визначення вчених зазначає, що емоційний інтелект дозволяє обробляти всі типи інформації в поєднанні з емоціями і використовувати самі емоції для полегшення різних когнітивних процесів і вирішення нагальних проблем або завдань. Важливо, що розвинений емоційний інтелект допомагає людині звертати увагу на найменші внутрішні та зовнішні зміни [39, 21].

Опанасюк І.В. стверджує, що використання навіть негативних емоцій може відбуватися як у власних цілях, так і для управління іншими для досягнення своїх цілей [45, 49].

Американський психолог Н.А. Холл, який вивчав емоційний інтелект, як здатність розуміти відмінності між позитивними та негативними емоціями і навіть між різними позитивними емоціями, що допомагає будувати конструктивні діалоги та стосунки, у своїх теоріях та практичних дослідженнях підтверджує те, що емоційний інтелект включає емоційну обізнаність, управління власними емоціями, самомотивацію, емпатію та здатність розпізнавати емоції інших людей. Однак, дослідник Р. Барон стверджував, що емоційний інтелект — це набір емоційних, особистих і

соціальних навичок, які впливають на загальну здатність ефективно справлятися з вимогами та тиском оточення. Він виділив п'ять компонентів емоційного інтелекту:

1) самопізнання, усвідомлення власних емоцій і пов'язана з цим впевненість у собі, самоповага, самоактуалізація, незалежність;

2) навички міжособистісного спілкування, засновані на емпатії та соціальній відповідальності;

3) здатність до адаптації, гнучкість реагування, конструктивне вирішення проблем;

4) управління стресовими ситуаціями, контроль імпульсивності, стійкість до стресу;

5) позитивний настрій, радість, оптимізм [39, 22].

20 століття пройшло під егідою «звичайного» інтелекту – IQ. Саме на підставі розумових і технічних здібностей оцінювали шанси людини на успіх у житті.

За результатами аналізу наукових теорій Зарицька В.В. робить висновок, що людям завжди було властиве прагнення до успіху, прагнення до сімейного щастя та відчуття радості від виконаної роботи. Чим би людина не займалася, вона завжди хоче бути успішною і досягати поставлених цілей, а, успіх, залежить не тільки від інтелектуального потенціалу. Дослідження показують, що успіх значною мірою залежить від того, як людина володіє своїми емоціями або емоційним інтелектом (EQ). Ним якраз і визначається ступінь сприйняття людиною світу, людей, подій, а також її реакцію на все, що, в свою чергу, впливає на ефективність її дій. Іншими словами, емоційний інтелект - це здатність виражати свої емоції та керувати ними для досягнення своїх цілей. Емоційно розумна людина здатна переживати емоції та мотиви поведінки інших людей і вміло з ними справлятися. Уміле поводження з емоціями дозволяє легше керувати своїми почуттями та емоціями у важкі періоди життя, особливо в сучасних умовах життя. Емоційний інтелект

допомагає зберегти впевненість у собі та рішучість у досягненні цілей та адаптації до нових умов.

Як зазначає вчена В.В. Зарицька, «кожен успіх – це відчуття задоволення та прояв позитивних емоцій. При цьому важливо не тільки досягти цих почуттів, а й підтримувати їх». Вчені доводять, що вміння викликати позитивні емоції не тільки в собі, а й в оточуючих, є типовою рисою емоційно розумних людей.

Незважаючи на те, що емоційний інтелект, як і будь-яка якість людини, певною мірою генетично детермінований і основа для повної реалізації потенціалу закладається в дитинстві, людина може розвинути значну кількість необхідних якостей [21, 19].

Журавльова М.О. досліджуючи експериментально-психологічні теорії зосереджені на виявленні механізмів інтелектуальної діяльності виділяє основні підходи, кожному з яких властива певна концептуальна лінія в трактуванні природи інтелекту [17, 2]:

1. Феноменологічний підхід - розглядає інтелект як особливу форму змісту свідомості.

2. Генетичний підхід - при якому інтелект представляється як наслідок все більш складної адаптації до вимог середовища в природних умовах взаємодії людини із зовнішнім світом.

3. Соціокультурний підхід - розглядає інтелект як результат процесу соціалізації, а також як вплив культури в цілому.

4. Процесуально-діяльнісний підхід представляє інтелект як виняткову форму людської діяльності.

5. Освітній підхід, при якому інтелект є продуктом цілеспрямованого навчання.

6. Інформаційний підхід розглядає інтелект як сукупність елементарних процесів обробки інформації.

7. Функціонально-рівневий підхід, в якому інтелект представлений як система багаторівневих пізнавальних процесів.

8. Регулятивний підхід розглядає інтелект як фактор саморегуляції психічної діяльності [17, 2].

Психолог Б. Лемберг підкреслює, що «емоційний інтелект — це здатність розпізнавати, використовувати та ідентифікувати, розуміти емоції та керувати ними; уміння зменшувати стрес, вчитися ефективному спілкуванню, долати перешкоди та вирішувати конфлікти» [63, 3].

Мазоха І. зазначає, що інтерес дослідників до емоційного інтелекту полягає в тому, що він гармонує з уявленнями повсякденної психології та розширює існуючі наукові знання про різноманітність людських здібностей. Цю думку поділяє вчений Дж. Керролл, оскільки його концепція емоційного інтелекту теоретично відображає ідею єдності афективних та інтелектуальних процесів. З практичної точки зору цей конструкт був розроблений у контексті дослідження успішності людини в різних сферах життя та діяльності [36, 103].

Українські дослідники, а саме Коврига Н. та Носенко Є. визначають термін «емоційний інтелект» - «розумність не тільки піднімає нас над нашими пристрастями та слабкостями, але й допомагає нам використовувати наші переваги, таланти та милосердя» [43, 23].]

На основі емпіричних результатів досліджень Лящ О.П. можна зробити висновок, що ідентифікація емоційного інтелекту опосередковується внутрішніми особливостями особистості, а також виділити п’ять факторів емоційного інтелекту: показники рівень ситуативної та особистісної тривожності; показники рівня самооцінки, толерантності до невизначеності; рівень академічної успішності та характеристики переваг, які респонденти відносять до різних стратегій поведінки [35, 330].

Відповідно до підходу Г. Березюк, емоційний інтелект – це здатність розрізняти позитивні та негативні емоції та почуття, а також знання про те, як змінити свій емоційний стан із негативного на позитивний. Г. Березюк зазначає, що розуміння емоцій відіграє важливу роль у процесі спілкування при постійній взаємодії з людьми. Вчений трактує поняття «емоційний

інтелект» як здатність особистості розпізнавати, розуміти, приймати та керувати власними та чужими емоціями та почуттями, які виникають протягом життя людини в процесі спілкування та професійної діяльності [1, 21].

Бобро Л.В. досліджує емоційний інтелект як нероздільну особистісну якість, вказуючи на те, що він має внутрішні або диспозиційні та зовнішні компоненти, які проявляються в особливостях емоційного процесу та визначають стресозахисну та адаптаційну функції [2, 26].

Аналіз зарубіжних і вітчизняних досліджень з проблеми концептуалізації та проблем вимірювання емоційного інтелекту показав, що існує багато взаємодоповнюючих підходів до визначення та розуміння цього конструкту. Він об'єднує існуючі концепції розуміння емоційного інтелекту як здатності ідентифікувати емоції та керувати ними, і дискусії щодо уточнення компонентів цієї конструкції все ще тривають.

На основі аналізу теоретичних і прикладних досягнень науковців у дослідженні емоційного інтелекту К.В. Максьом запропонував структурну модель, яка поєднує структурні компоненти емоційного інтелекту з його функціональною спрямованістю, представлену в таблиці 1.2 [37, 354]

Таблиця 1.2

Структурна модель емоційного інтелекту

Структурні компоненти	Форми прояву	Функції
Когнітивний компонент	• Ідентифікація емоцій • Усвідомлення і аналіз емоційних проявів • Встановлення причинно-наслідкових зв'язків в емоційній сфері	✓ Інтерпретативна ✓ Комунікативна
Афективний компонент	• Управління емоціями • Ціннісні орієнтації • Емоційне ставлення • Емпатія	✓ Регулятивна ✓ Стресозахисна ✓ Комунікативна
Конативний компонент	• Спрямованість на емоційне пізнання • Емоційна активність • Самомотивація	✓ Активізуюча ✓ Комунікативна

З усього вище зазначеного, можемо зробити висновок, що емоційний інтелект – принципово нове поняття, яке можна визначити як розумну поведінку в емоційній сфері. Новітнє поняття полягає, насамперед, у самій назві, особливо у сполученні слів «емоційний» та «інтелект», оскільки традиційно розмежовуються раціональна та емоційна сфери діяльності. Водночас «емоційний інтелект» поєднує в собі здатність заглиблюватися у власні емоції з метою їх відчути та усвідомити необхідність їх раціонального аналізу для прийняття рішень. Емоції містять величезний пласт інформації, який людина може використовувати більш ефективно.

Відповідно до описаних вище підходів до розуміння емоцій (особливий вид знань) та інтелекту (сукупності взаємопов'язаних розумових здібностей) поняття «емоційний інтелект» визначається наступним чином:

– здатність розуміти ставлення, представлені в емоціях, і керувати емоціями на основі інтелектуального аналізу та синтезу;

– здатність ефективно контролювати емоції та використовувати їх для вдосконалення мислення;

– набір емоційних (особистих і соціальних) навичок, які впливають на загальну здатність ефективно справлятися з вимогами та тиском оточення;

– емоційно-інтелектуальна активність;

– підструктура соціального інтелекту, яка є однією з характеристик індивідуальності;

– здатність діяти відповідно до власних почуттів і бажань [21, 20].

У всіх запропонованих вище визначеннях поняття «емоційний інтелект» акцент робиться на окремих аспектах емоційних здібностей і не відображає аспектів інтелекту як сукупності взаємопов'язаних розумових здібностей, покликаних забезпечити ефективну самореалізацію.

Проаналізувавши різні наукові підходи до визначення поняття «емоційний інтелект», можна коротко викласти сутність досліджуваного поняття та трактувати його як комплекс здібностей, які дозволяють людині усвідомлювати власні емоції, а, також, емоції та почуття інших людей.

Людина з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту здатна регулювати та керувати власною емоційною сферою, її поведінка більш гнучка, тому їй легше досягати намічених цілей завдяки ефективній взаємодії з оточуючими.

Отже, емоційний інтелект має у своїй структурі такі здібності: усвідомлення та розуміння власних емоцій та емоцій інших, емпатію, самоконтроль та управління емоціями інших, стратегічне використання емоцій з метою мотивації та вирішення проблем.

1.2. Розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі

Вивчаючи проблему розвитку емоційного інтелекту людини в онтогенезі, Коврига Н.В. спирається на наукові принципи системності, розвитку та детермінізму. Принцип системності усуває дихотомію «інтелект – емоційний інтелект» і пояснює емоційний інтелект як цілісну конструкцію в структурі інтелектуальної та емоційно-довільної сфер особистості. Розвивальний принцип дозволяє проаналізувати динаміку розвитку емоційного інтелекту та його прояви в різні вікові періоди. Принцип детермінізму дає змогу зрозуміти причинно-наслідкові зв’язки в процесі розвитку емоційного інтелекту [27].

У психології існують абсолютно протилежні погляди на питання розвитку емоційного інтелекту. Автори моделі здібностей Дж. Мейер, П. Селовей, Д. Карузо вважають, що емоційний інтелект - це стійка здатність, яка не піддається цілеспрямованому розвитку, тоді як емоційні знання, тип інформації, з яким працює емоційний інтелект, легко засвоюється в процесі навчання. Ця теза зацікавила Назарук Н.В. і наштовхнула на питання про співвідношення понять «емоційний інтелект» та «емоційна компетентність». Назарук Н.В. розглядає емоційний інтелект - як репертуар емоційних компетенцій, які піддаються формуючим впливам. Тому науковиця, як і більшість дослідників, вважає, що емоційний інтелект можна і потрібно

розвивати на основі емоційної зрілості через розвиток емоційної компетентності особистості [42, 212].

Питання про сензитивну фазу розвитку емоційного інтелекту є суперечливим. Більшість дослідників схиляються до того, що цей період є дитинством. Емоційний досвід дитини в сім'ї та школі формує її емоційні моделі та робить її компетентною чи некомпетентною на основі емоційного інтелекту. Д. Гоулман зазначає, що дитинство та підлітковий вік є «вікнами можливостей» для формування емоційних звичок, які впливають на життя людини [42, 212].

Таку ж ідею підтримує Новікова Л.М. аналізуючи природу емоційного інтелекту з онтогенетичної точки зору. Вона зазначає, що розвиток емоційного інтелекту стає особливо актуальним у дошкільному та молодшому шкільному віці, оскільки саме в ці періоди відбувається активне емоційне виховання, формування здатності до рефлексії та децентрації (уміння враховувати потреби та почуття особи, яка займає місце партнера).

І.Б. Опанасюк підкреслює, що у старшому шкільному віці створюються умови для свідомого розвитку емоційного інтелекту, який характеризується високою сензитивністю, гнучкістю психічних процесів і підвищеним інтересом до сфери внутрішнього «Я» [44, 8].

У працях зарубіжних вчених розвиток емоційного інтелекту пов'язують зі спробами розробити періодизацію розвитку соціального інтелекту. Моделлю такої категоризації є операційна модель інтелектуального розвитку Ж. Піаже, в якій інтелект розглядається як можливість гнучкого пристосування до соціальної чи фізичної реальності, де основною метою соціального інтелекту є організація взаємодії людини з середовищем. Як зазначав Ж. Піаже, розвиток інтелекту є спонтанним процесом, який підпорядковується особливим закономірностям і виявляється у дозріванні операційних структур, які поступово виростають із предметного життєвого досвіду дитини.

Відповідно до теорії Ж. Піаже, у розвитку інтелекту можна виділити кілька стадій [3, 44; 48, 74]:

— Перша стадія - стадія сенсомоторного інтелекту (від 8-10 місяців до 1,5 років);

— Друга стадія — стадія допонятійного (символічного) інтелекту (від 1,5–2 до 4 років);

— Третя стадія — стадія зорового (інтуїтивного) інтелекту (від 4 до 7-8 років);

— Четверта стадія - стадія конкретних операцій (від 7-8 до 11-12 років).

— П'ята стадія - стадія формальних операцій, так званий етап рефлексивного інтелекту (від 11-12 до 14-15 років).

За Ж. Піаже, у розвитку інтелекту виділив дві основні лінії: перша лінія передбачає інтеграцію оперативних когнітивних структур, друга - підвищення об'єктивності індивідуальних уявлень про дійсність [3, 44; 48, 74].

О.І. Власова сформулювала основний принцип розвитку емоційного потенціалу особистості, який схематично можна виразити так: виражена емоційна реактивність - розвиток емпатійних якостей і засвоєння емоційних еталонів (дошкільне дитинство) - диференціація емоційної міміки обличчя людини (молодше шкільне дитинство) – системна діагностика на основі засвоєних відповідних еталонів (підлітковий вік) - диференціація власних емоцій, коли вони сильно виражені, зниження несвідомих емпатичних реакцій (юнацький вік) - управління емоціями та відповідальність за їх якість, загальне зниження прояву емоцій (дорослий вік) [6].

Згідно викладених вище теорій, спробуємо проаналізуємо етапи розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі дитинства та дорослості.

Першим етапом розвитку емоційного інтелекту є експресивний досвід, який дитина має у відносинах з матір'ю та навколишнім світом. Психологічна захищеність стосунків у діаді «мати-дитина», опіка, стабільність і

доступність дорослого поруч з дитиною є основними вимогами до розвитку емоційного інтелекту дитини. Перші спроби дитини відповідної емоційної регуляції мають значний ефект. Реакція мами на сміх, гугукання і плач малюка.

Реакції первинної емпатії є однією з форм емоційного контакту дитини з дорослим. В онтогенезі емоційний інтелект включається в процес соціалізації дитини і сприяє її адаптації. На основі емоційної емпатії дитина вчиться контролювати свою поведінку, враховуючи реакцію на неї оточуючих. Вчені, такі як Ф. Райс, А.М. Резек, Є.А. Смирнова, зазначають, що перші співчутливі реакції з'являються вже з другого півріччя, а до кінця першого року життя дитина не тільки плаче, коли у неї на очах когось ображають, але і намагається втішити [61, 15].

У міру дорослішання дитина здатна розрізняти прості емоції дорослого, а потім і свої власні. Під диференціацією, ми розуміємо, збагачення якісного діапазону переживань, появу багатьох відтінків емоцій; зміну змісту емоцій, тобто ускладнення і розширення кола таких об'єктів, що викликають емоції; зміну емоційного вираження – від більш простих, але загальних форм до більш складних і конкретних.

Водночас, у міру дорослішання дитини та збагачення соціальних контактів розвивається емоційна емпатія як здатність емоційно реагувати на переживання іншого. Розвиток емпатії можна охарактеризувати наступним чином:

— від емоційного зараження настроєм іншої людини до відокремлення у свідомості емоцій іншої людини від власних переживань;

— від емпатії, заснованої на ідентифікації з іншою людиною, до співчуття, заснованого на потребі в благополуччі іншого;

— від пасивного співпереживання іншій людині до врахування своїх станів, почуттів, бажань і поведінці по відношенню до іншої людини.

Видатний український психолог І.Д. Бех виділяє дві форми емпатії (співпереживання), які фіксують онтогенетичні зміни цього процесу: У молодшому шкільному віці процес емпатії здійснюється на основі сприйняття і пам'яті; а в старшому віці – на основі глибокого осмислення переживань і рефлексії суб'єкта [6, 16].

У дошкільному віці, окрім розвитку емпатії, розвивається здатність особистості адекватно сприймати, оцінювати і розуміти власні емоції та емоції інших людей:

— від нездатності ідентифікувати емоцію (4-5 років) до залучення все більшої кількості додаткової інформації та її узагальнення в цілісну картину (за різними авторами - 6-7 років або 10-11 років);

— формується здатність одночасно розпізнавати емоції різних модальностей;

— по мірі розвитку здатності розпізнавати та інтерпретувати емоції, здатність використовувати ці знання в спілкуванні також покращується.

Розвиток емоційної експресії тісно пов'язаний з попередніми утвореннями. Розвиток емоційної експресії включає:

— засвоєння форм вираження емоцій, загальноприйнятих у певній культурі;

— створення «мови» емоцій, яка збагачує та урізноманітнює спонтанні експресивні рухи;

— розвиток уміння використовувати емоційне вираження, як засіб спілкування;

— поява здатності відокремлювати експресивні засоби від переживань;

— поява і розвиток здатності до свідомого і цілеспрямованого вираження емоцій.

У молодшому шкільному віці виникає і розвивається здатність сприймати і першочергово рефлексувати емоційні стани, що включають в себе:

— здатність аналізувати власні емоції, а також причини їх виникнення;

— здатність передбачати ситуації, які можуть викликати певні емоції;

— здатність передбачати наслідки певних емоційних реакцій.

Первинна рефлексія емоцій сприяє виникненню і розвитку емоційної саморегуляції, тобто формуванню здатності до самоконтролю емоцій, під якою одні автори розуміють здатність стримувати надто сильні емоції, інші говорять про стримування емоцій, що суперечать нормам поведінки певної культури; оволодіння вмінням маскувати та симулювати емоції; розвивати вміння довільно керувати власними емоціями, тобто контролювати вираження, переживання та породженням емоцій відповідно до доцільності; оволодіння культурологічними психотехнічними техніками стабілізації та впорядкування власного емоційного стану, тобто формування соціально адекватних форм отримання емоційних вражень.

Готовність підлітка до досягнення оптимального рівня розвитку емоційного інтелекту залежить від результатів розвитку дитини на ранніх етапах, тобто від сформованості вікових психологічних утворень.

Фахівці з психології розвитку вказують на появу наприкінці підліткового віку особливої форми самосвідомості – «концепції Я», яка інтегрує досвід самопізнання підлітка, його емоційного самоставлення та саморегуляції поведінки і емоційної реакції.

Психологічними умовами формування емоційного інтелекту є: поява часової перспективи, розвиток формального мислення, формування рефлексії та наприкінці підліткового віку – підвищення особистісної складової в мисленні.

Яцюк М. спираючись на науковців, зазначає, що визначальними у формуванні соціально-емоційного інтелекту підлітка є потреба в адекватній самоідентифікації та потреба у взаємодії з однолітками. Такий фактор, як «коло спілкування» в підлітковому віці визначається наявністю або відсутністю референтної групи однолітків, а також рівнем їх соціального розвитку, тобто рівнем психологічної єдності членів цієї групи, їх організація та моральна спрямованість.

У підлітковому віці при поясненні емоційних переживань причини емоцій пов'язують з категоріями самосвідомості і моралі. Приблизно у віці 13-14 років розширюється спектр усвідомлення причин переживання базових емоцій: виникнення гніву насамперед пов'язане зі сферою спілкування, з міжособистісними конфліктами; почуття страху - переважно з об'єктивних причин («темрява», «смерть» і т.д.) і сфери навчальної діяльності.

У підлітковому віці розвивається здатність вербалізувати базові емоції, особливо радість і страх. Починаючи з підліткового віку, знання про емоції все більше передаються через ставлення до цих емоцій. Підлітковий вік характеризується виразним ототожненням емоційних переживань з вираженою емоційною нестабільністю.

У підлітковому віці в процесі емоційної саморегуляції діти використовують техніку активної зміни ситуації (щоб змінити власний емоційний стан), це відбувається переважно по відношенню до емоції смутку. У віці від 12 до 13 років діти використовують допомогу інших, щоб регулювати емоції, особливо страх і смуток. До 13-14 років способи регуляції емоцій стають більш зрозумілими і пов’язані з когнітивними процесами (використовуються прийоми – «рахунок до десяти», «погляд під іншим кутом», тощо). У 14-15 років активно застосовується прийомом активної зміни ситуації в емоційному плані стосовно емоцій гніву і страху [61, 17-18].

У юнацькому віці зростає важливість рефлексії емоційних переживань. Емоційна сфера характеризується різноманітністю емоційних переживань, особливо морального характеру. З віком серед емоційних станів може

переважати байдужість, яка проявляється як захист від сильних переживань у тому числі позитивних.

У юнацькому віці експресія стає все більш виразною, з'являється більше відтінків емоційного вираження. Але з віком виразність поступово згладжується і збільшується помірність мімічної експресії. У цьому віці зростає частота використання пасивних методів реагування, таких як передбачення труднощів та уникнення трубнощів.

Період дорослішання характеризується значним розширенням спектру засобів індивідуальної емоційної саморегуляції [61, 19].

Шпак М.М. класифікує форми розвитку емоційного інтелекту за рівнями психічного відображення (сенсорно-перцептивний, когнітивний, особистісний, суб’єктивний, духовний), Шпак Марія виділила форми (емоційний інтелект як властивість особистості, суб’єкта діяльності, особистості, суб’єкта життєдіяльності та суб’єкта життєдіяльності) та етапи розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі (психофізіологічний, когнітивний, соціально-психологічний, творчо-суб'єктивний, екзистенційно-духовний).

Психофізіологічний рівень є найнижчим у розвитку емоційного інтелекту і розкриває його природну і біологічну сутність. На цьому рівні емоційний інтелект проявляється як емоційні властивості особистості (емоційна чутливість, експресивність, емоційна стійкість), які представляють собою формальні динамічні параметри емоційних переживань (силу, інтенсивність, тривалість, швидкість перебігу), якісні характеристики (модальність, ознаки емоційних переживань) і змістовні ознаки, які пов'язані з суб’єктом переживань. Функціонування емоційного інтелекту на цьому рівні в дитячому та ранньому дитинстві забезпечується психологічними механізмами, які мають рефлекторний характер (ідентифікація, наслідування, емоційне зараження, емпатія) і виникають на сенсорно-перцептивному рівні психічного відображення.

На когнітивному рівні емоційний інтелект проявляється в здатності людини розуміти свої емоції та керувати ними і відображає когнітивний рівень психічного відображення. Емоційне самопізнання забезпечується такими психологічними механізмами, як інтелектуальна та особистісна рефлексія, а управління емоціями забезпечується емоційною саморегуляцією. Як і здібності, що розвиваються на основі природних задатків людини, емоційні знання, уміння та навички набуваються людиною протягом життя, її цілеспрямованого навчання та виховання і являють собою її емоційну компетентність, що виявляється в певній діяльності. На цьому фоні емоційний інтелект як властивість суб'єкта діяльності на когнітивному рівні передбачає прояв емоційних здібностей особистості в певних видах діяльності, зокрема: у дошкільному віці – ігровій, молодшому шкільному – навчальній. Вони забезпечують академічну успішність та якісно унікальну розробку та реалізацію діяльності [59, 128].

На соціально-психологічному рівні емоційний інтелект як риса особистості проявляється у здатності розуміти емоції інших людей і керувати ними, що забезпечує ефективність спілкування та міжособистісної взаємодії з іншими [18, 86] Такі психологічні механізми, як особистісна семантична емпатія, емоційна децентрація, комунікативна та кооперативна рефлексія, забезпечують функціонування емоційного інтелекту на особистісному рівні психічної рефлексії, особливо в підлітковому віці.

Креативно-суб'єктивний рівень розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі пов'язаний з емоційною творчістю особистості як вищою формою емоційно-інтелектуальної активності людини, спрямованої на перетворення внутрішнього світу з метою емоційної самозміни. Воно визначається психологічним механізмом антиципації, який забезпечує здатність передбачати наслідки своїх емоційних реакцій до того, як вони будуть реально розпізнані, і готовність змінювати емоційні ситуації на основі емоційних переживань. У процесі міжособистісної взаємодії емоційна творчість ґрунтується на розвитку особистісно-смислової емпатії, тобто

внутрішньої готовності чи справжньої допомоги допомогти іншому. Результатом емоційної креативності особистості є гармонізація емоційного середовища (внутрішнього і зовнішнього) шляхом самовиховання людиною емоційного простору. Отже, емоційна креативність зосереджується на емоційному просторі як області творчого прояву нових, ефективних і справжніх емоційних реакцій [62, 230]. На креативно-суб'єктивному рівні емоційний інтелект найінтенсивніше розвивається в підлітковому та юнацькому віці.

Вершиною розвитку емоційного інтелекту людини як суб’єкта життєдіяльності є екзистенціально-духовний рівень, пов’язаний із досягненням емоційно-інтелектуальної зрілості особистості, що виявляється в духовних переживаннях – істини, добра, краси, любові. Ціннісно-смислова рефлексія, трансфінітна емпатія, забезпечує функціонування емоційного інтелекту на цьому рівні, сприяє екстрасенсорному проникненню особистості у внутрішній світ іншої людини, проживаючи цей світ як свій власний, забезпечуючи духовну єдність зі світом та іншими людьми, і як наслідок, надають можливість приблизитись до проблеми переживань власних особистісних значень і цінностей. Людина може досягти екзистенціально-духовного рівня розвитку емоційного інтелекту в зрілому віці.

За теорією М. Шпак, емоційний інтелект проявляється на різних рівнях психічного відображення і утворює ієрархічно структуровану систему. Кожен рівень виконує свою необхідну роль і забезпечує цілісне функціонування і розвиток емоційного інтелекту в онтогенезі [59, 129].

На основі вивчення та аналізу психолого-педагогічної літератури, теорій та результатів дослідження теми розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі виділимо основні тенденції, які простежуються в емоційному розвитку дітей дошкільного віку, як основне направлення нашого дослідження.

Перш за все відзначимо, що емоції та почуття дитини дошкільного віку стають більш складними порівняно з особливостями її раннього розвитку. Вони визначаються насамперед розвитком спілкування дітей з людьми, володінням мовними засобами та розвитком елементів самостійності.

Власне, саме в цей віковий період відбувається соціалізація емоційної сфери. Найбільш яскраво емоції та почуття проявляються у сфері стосунків з близькими людьми (батьками, вихователями, друзями).

Вчені підкреслюють, що в цей віковий період загалом спостерігаються [60, 198]:

— яскраве емоційне забарвлення пізнавальних процесів (сприйняття, мислення, уява);

— емоційна насиченість різних видів діяльності, особливо ігрової діяльності та спілкування з дорослими та однолітками. При цьому «відбувається зміна змісту афектів, що виражається насамперед у появі особливих форм емпатії та співчуття до інших людей, на користь яких здійснюються дії» ;

— дитина оволодіває «мовою» емоцій і почуттів. Вона вчиться виражати свої переживання за допомогою міміки, жестів, рухів і тембру голосу;

— емоційні переживання дедалі більше вербалізуються (наприклад, «Я на вас ображений», «Боляче!»), хоча висловлювання дитини про ці емоції ще досить лаконічні;

— спостерігається спонтанність емоційної поведінки та неприховування душевних переживань, хоча дитина поступово набуває вміння придушувати бурхливі, різкі прояви своїх почуттів. Так вона починає розуміти, як поводитися в певній ситуації, з'являються перші ознаки регуляції волі;

— розвиваються соціальні емоції, формуються вищі почуття, а саме: моральні (добрий-поганий, добро-зло), естетичні (приємно-неприємно,

гарний-негарний) та інтелектуальні (здивування, інтерес, радість успіхам). Основним джерелом їх розвитку є ігрова діяльність як провідна особистість у певному віці. Саме гра в усьому розмаїтті її форм і видів вважається школою емоцій і людських стосунків;

— почуття допитливості особливо виражене і стимулює пізнавальну активність дитини, бажання отримати відповіді на численні запитання про навколишню дійсність [60, 198].

У дошкільному віці продовжує розвиватися здатність розпізнавати емоції за характерними зовнішніми ознаками (міміка, жести, загальні характеристики поведінки). Дослідники, вивчаючи особливості розпізнавання та розуміння емоцій у дітей дошкільного віку, стверджують, що розвиток цієї здатності у дітей можна охарактеризувати як поступовий перехід від «зовнішньої» орієнтації, коли дитина переживає емоції, сприймає як реакцію на певну ситуацію, та «внутрішню», коли дитина враховує як соціальну ситуацію в цілому, так і бажання та потреби людей. На нашу думку, це дозволяє дитині більш диференційовано сприймати і визначати свої емоційні стани і інших людей, розуміти прояви емоційних переживань, особливо більш складні компоненти емоцій, усвідомлювати причини їх виникнення.

Крім того, в молодшому дошкільному віці починає формуватися здатність до емоційної децентрації, яка передує інтелектуальній децентрації, формування якої відбувається в старшому дошкільному віці. Це важливо для соціальної взаємодії, оскільки вміння дитини відволікатися від власних емоційних переживань і сприймати емоційний стан іншої людини забезпечує успіх її спілкування з близькими.

Поряд з розвитком здатності розпізнавати і розуміти емоції в старшому дошкільному віці відбувається формування довільної регуляції емоцій і поведінки. На думку вчених, «добровільність – це психологічне новоутворення, яке виникає в процесі розвитку афективної сфери потреб і забезпечує готовність дитини до школи» [28].

Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку досліджував Н. А. Нгуєн. Вчений стверджує, що готовність дитини зосереджуватися на іншій людині та враховувати її емоційний стан у своїй діяльності та спілкуванні є найважливішим емоційним перетворенням і відображає рівень розвитку та сформованості емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. Н. А. Нгуєн встановив, що структура емоційного інтелекту дітей дошкільного віку включає три компоненти:

— спрямовувати увагу дитини на світ людей і світ почуттів;

— емоційна спрямованість на іншого;

— готовність дитини враховувати емоційний стан іншого у своїй діяльності [60, 200].

Ці наукові відкриття важливі для нас у контексті дослідження вікових вимог до розвитку емоційного інтелекту в дошкільному віці.

Отже можемо зробити висновок, що у дошкільному віці розширюється і збагачується емоційний досвід дитини, формується емоційне ставлення до себе, інших людей і дійсності в цілому, що відображається в особливостях емоційної поведінки дитини в процесі соціальної взаємодії та спілкування з іншими дітьми і дорослими.

РОЗДІЛ 2.
ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Фактори, що впливають на формування емоційного інтелекту

В останні десятиліття точаться надзвичайно активні дискусії щодо формування емоційного інтелекту та його значення для цього раннього емоційного розвитку дитини як основи подальшого ефективного навчання. Проте, цей аспект потребує наукових досліджень, які б дозволили експериментально перевірити ефективні шляхи формування емоційного інтелекту дитини дошкільного віку, який би сприяв повноцінному гармонійному розвитку дитини та поступовій позитивній соціалізації в різноманітних освітніх середовищах і соціальних просторах загалом [40, 70].

У науковій літературі, як зауважує Вірна Ж.П., «емоційний інтелект переважно розглядається як основа свідомої емоційно-мотиваційної регуляції людини, що забезпечує її високу адаптивність і соціальну ефективність» [5, 39]

Водночас, виникають думки про неадекватність вимог освітньої системи та реального життя до дитини: високі освітні вимоги до рівня інтелекту особистості, її інтелектуальних здібностей та недооцінка ролі емоційного інтелекту, тоді як для адаптації, самовираження та самореалізації у професійній діяльності і повсякденному житті існує більша потреба в емоційному інтелекті. Назарук Н.В. підкреслює, що ми постійно спонукаємо людину до високопродуктивної інтелектуальної діяльності, нехтуючи закономірностями розвитку емоційного інтелекту. В результаті ми часто маємо інтелектуально розвинену, але дезадаптовану, неуспішну людину, як у професійній сфері, так і в повсякденному житті. Тому, розвиток емоційного інтелекту, сьогодні, є важливим психолого-педагогічним завданням. Крім

того, потрібно відійти від дихотомії «інтелект-емоційний інтелект» і проаналізувати її як цілісну конструкцію. Вчені пропонують розглядати емоційний інтелект як інтегральну категорію в структурі інтелектуальної та емоційно-вольової сфери особистості. Так, ще вітчизняні вчені писали про взаємозв'язок емоцій і мислення людини, вказуючи на спільну роботу інтелектуальної та емоційно-вольової сфери особистості в успішній життєдіяльності та адаптації людини [42, 211]

Формування емоційного інтелекту – це складний процес, на який впливають різноманітні фактори, до яких можна віднести біологічні, соціальні та психологчні.

До біологічних факторів, можна віднести:

— *Генетику*: спадковість відіграє певну роль у формуванні темпераменту та емоційної реактивності людини.

— *Фізіологію*: робота мозку, гормональний баланс впливають на емоційні реакції.

— *Нейропластичність*: здатність мозку змінюватися і адаптуватися під впливом досвіду.

До соціальних фактори відноситься:

— *Сім'я***:**

- Стиль виховання: теплі, підтримуючі стосунки сприяють розвитку емпатії та самооцінки.
- Модель поведінки батьків: діти наслідують емоційні реакції та способи вирішення конфліктів своїх батьків.

— *Соціальне оточення***:**

- Друзі, вчителі, однолітки впливають на формування соціальних навичок та емоційного інтелекту.

— *Культура***:**

- Культурні норми та цінності визначають, які емоції вважаються прийнятними, а які – ні.

— *Освіта*:

- Навчання емоційної грамотності в дошкільних закладах, школі та університеті сприяє розвитку емоційного інтелекту.

Психологічні фактори включають:

— *Досвід*:

- Пережиті емоційні події формують емоційні реакції та копінг-стратегії.

— *Особистість*:

- Риси особистості, такі як екстраверсія, інтроверсія, нейротизм, впливають на емоційний інтелект.

— *Самооцінку*:

- Висока самооцінка сприяє розвитку впевненості в собі та здатності справлятися з труднощами.

— *Стрес*:

- Хронічний стрес може негативно впливати на емоційний інтелект.

Нижче розглянемо більш детальніше основні фактори та підходи до вивчення даної теми в контексті українських та зарубіжних досліджень.

Розвиток емоційного інтелекту походить від нижчих інстинктивних форм до вищих соціальних почуттів і визначається соціальним впливом, а також системою виховних впливів. Тому першим розглянемо ***соціальний фактор становлення емоційного інтелекту*** дитини, а саме сім'ю.

Дослідження українських вчених Савченко О. та Лохвицької Л. показують, що емоційний інтелект у дошкільнят значною мірою формується в сімейному оточенні. Батьки відіграють ключову роль у розвитку емоційної чутливості у дітей. Л. Лохвицька зазначає, що стиль виховання, особливо емоційна підтримка, впливає на здатність дітей розпізнавати емоції та адекватно їх виражати [50].

Іноземні дослідження, такі як робота Д. Готтмана, показують, що емоційне виховання батьків впливає на здатність дітей до саморегуляції та соціальної взаємодії. Діти, які ростуть в атмосфері підтримки та розуміння, краще керують емоціями та виявляють вищий рівень емпатії [10].

Вплив педагогічного середовища, також є значним фактором у формування емоційного інтелекту дитини. На думку українських дослідників, таких як Лобко О. та Ковальової Н., дошкільні заклади освіти активно впливають на розвиток емоційного інтелекту. Педагоги, які активно працюють з дітьми з розвитку соціальних та комунікативних навичок, створюють сприятливі умови для розвитку у дітей емпатії, розуміння емоцій та навичок взаємодії [32].

Закордонні дослідження підтверджують ці висновки. Д. Гоулмана зазначає, що інтеграція програм емоційного інтелекту в дошкільні заклади покращує соціальні навички та емоційне благополуччя дітей [11].

Важливою складовою формування емоційного інтелекту у дошкільному віці є ***генетичні та біологічні фактори***. Хоча навички емоційного інтелекту часто пов’язані з соціальним середовищем і навчанням, дослідження показують, що емоційна регуляція та емпатія також є генетичними та біологічними за своєю природою. Розглянемо основні біологічні фактори, які, за даними українських та зарубіжних досліджень, впливають на розвиток емоційного інтелекту.

Роль генетичної спадковості. Генетична спадковість відіграє важливу роль у формуванні саморегуляції, яка є ключовим компонентом емоційного інтелекту. Дослідження Л. Пономарьової, показали, що певні емоційні риси можуть передаватися у спадок, впливаючи на здатність дітей контролювати свої емоції та реагувати на зовнішні подразники. Рівень тривожності та схильність до негативних емоцій може передаватися генетично, що впливає на загальну емоційну стійкість дитини [47].

Кевін Вулман і Ден Бікер, також підтримують цю теорію, у своєму дослідженні вони підкреслюють, що генетичні фактори визначають емоційну реактивність і навіть можуть впливати на розвиток емпатії, яка особливо помітна в соціальних взаємодіях у молодому віці [8].

Особливості центральної нервової системи також відіграють ключову роль у формуванні емоційного інтелекту. Пономарьова Л. зауважує, що діти з більш урівноваженою нервовою системою краще контролюють свої емоційні реакції, мають вищу толерантність до стресу, здатні регулювати емоції в стресових ситуаціях. Діти з підвищеною емоційною збудливістю можуть бути схильні до імпульсивної поведінки, що може вплинути на здатність розуміти та регулювати свої емоції [47].

К. Ізара та П. Саловея, дослідили, що діяльність лімбічної системи (особливо мигдалини) і префронтальної кори тісно пов'язана з регуляцією емоцій. Префронтальна кора головного мозку відіграє важливу роль у придушенні емоційних імпульсів і плануванні поведінки, що особливо важливо для розвитку емоційної саморегуляції у дітей [24].

Рівні гормонів і нейромедіаторів. Біологічні фактори, такі як рівень певних гормонів і нейромедіаторів, також впливають на емоційний інтелект. Наукові дослідження в даній області підтверджують, те, що рівень окситоцину та серотоніну, які відіграють важливу роль у регуляції емоцій і соціальних зв’язках, впливають на здатність дітей співпереживати. Вищі рівні окситоцину, як правило, пов’язані з відчуттям довіри та спокою, покращують здатність дітей формувати соціальні зв’язки та позитивно впливають на їхні емоційні реакції під час взаємодії з іншими.

Д. Гоулмана підтверджує те, що хімія мозку, а саме рівень дофаміну, впливає на мотивацію та соціальну взаємодію. Це пояснює, чому діти з різним біологічним походженням можуть по-різному реагувати на емоційні ситуації та мати різний рівень емоційного інтелекту [11].

Індивідуальні особливості темпераменту. На емоційний розвиток дитини може впливати темперамент, який також закладений генетично. Лохвицька Л. дослідила, що темперамент є основою розвитку емоційних якостей і його прояви спостерігаються вже в дошкільному віці. Діти з більш екстравертним темпераментом легше взаємодіють з іншими, що допомагає розвинути навички емоційного інтелекту, такі як емпатія та соціальна адаптація [34].

Дослідження Дж. Кейгана підтвердили те, що вроджені риси темпераменту, а саме рівень активності, емоційна чутливість впливають на емоційну регуляцію. Ці характеристики, у свою чергу, можуть служити основою для розвитку таких навичок, як саморегуляція, емоційне розуміння та соціальні стосунки [26].

Отже, генетичні та біологічні чинники складають основу розвитку емоційного інтелекту дитини. Розуміння біологічних основ емоційного інтелекту допомагає створити оптимальні умови для розвитку емоційного інтелекту дітей, що сприяє більш гармонійному розвитку особистості.

Культурний аспект є важливим фактором розвитку емоційного інтелекту. Культура впливає на сприйняття, розуміння та вираження емоцій, а також на розвиток соціальних навичок. Діти засвоюють культурні норми через спілкування з батьками, вчителями та однолітками, що впливає на емоційну компетентність і здатність регулювати власні емоції. Розглянемо основні культурні аспекти, що впливають на розвиток емоційного інтелекту.

Культурні норми емоційного вираження. У кожній культурі є свої правила емоційного вираження, яким діти засвоюють із самого раннього віку. М. Левченко, зазначає, що в українському культурному аспекті існує тенденція до стриманого вираження емоцій, особливо негативних. Такі норми можуть навчити дітей контролювати свої емоції, але ускладнюють розпізнавання та вираження власних почуттів [30].

Зарубіжні дослідження підтверджують, що культурні норми багато в чому визначають емоційні реакції. Тріандіс Г. і Маркус Г. зауважують, що в індивідуалістичних культурах, таких як США, більш прийнятним є відкрите вираження почуттів, що сприяє експресивності дітей. У колективістських культурах, таких як Японія, де соціальна гармонія цінується більше, діти, швидше за все, навчаться контролювати свої емоції та будуть більш уважними до почуттів інших [55].

Моделі соціальної поведінки. У культурному аспекті модель соціальної поведінки, які діти переймають у дорослих, мають велике значення. Дослідження українських психологів, таких як А. Лобко та Л. Дубровська зробили акцент на тому, що батьки та вчителі є важливими джерелами емоційної компетентності для дітей, оскільки є прикладом того, як виражати емоції відповідно до культурних очікувань. Дорослі вчать дітей, які емоції є «прийнятними» чи «неприйнятними», що впливає на здатність дитини регулювати свої почуття [31].

П. Саловей і Дж. Мейєр пропонують дітям засвоювати моделі соціальної поведінки, спостерігаючи за тим, як дорослі поводяться в емоційно насичених ситуаціях. Це формує навички взаємодії та розуміння почуттів інших людей, що є важливою частиною емоційного інтелекту.

Роль мови та спілкування. Мова також є важливим аспектом культурного визначення, який сприяє розвитку емоційного інтелекту. Дослідження показують, що багатий словниковий запас для опису емоцій мовою сприяє кращому розумінню та саморегуляції емоцій. А. Савченко, зазначає, що дитина з більшим емоційним словниковим запасом легше розпізнає та описує свої почуття, що підвищує емоційну самосвідомість [49].

Д. Гоулман, зосереджує увагу на тому, що діти, які вчаться виражати свої емоції словами в ранньому віці, мають вищий рівень самоконтролю та емоційної гнучкості. Це особливо важливо в культурному аспекті, де емоційний інтелект розглядається як вирішальний аспект розвитку особистості [11].

Освіта і традиції. Значну роль у формуванні емоційних норм відіграють культурні традиції та ритуали. Наукові публікації Л. Лохвицької показують, що діти набувають цінностей та уявлень про емоційні реакції через традиційні сімейні та культурні ритуали, а саме обряди, пов'язані зі святами, створюють позитивні емоційні переживання, розвивають у дітей почуття вдячності та взаємодопомоги [33].

Такі вчені, як Тріандіс Г. і Маркус Г. також стверджують, що емоційна реакція на традиційні види діяльності в різних культурах може розвинути у дітей такі аспекти емоційного інтелекту, як емпатія, соціальна адаптованість і розуміння емоцій інших людей [55].

Ставлення до емоцій та емоційне навчання в навчальних закладах. Культура багато в чому визначає те, як організовано емоційне навчання в дитячих садках та інших дошкільних установах. А. Лобко і Л. Дубровська, зазначають, що в українських дошкільних закладах поступово зростає увага до емоційного розвитку дітей, але все ще переважає акцент на пізнавальні досягнення. У деяких іноземних культурах емоційне виховання є обов’язковою частиною освітньої програми, щоб допомогти дітям краще розуміти та регулювати свої емоції [31].

Д. Гоулмана підкреслює, що дошкільні програми направлені на розвиток емоційного інтелекту можуть включати інтегровані заходи для розвитку емпатії, навичок спілкування та вирішення конфліктів. Це сприяє гармонійному розвитку дітей, підвищує їхню соціальну адаптованість.

Важливою складовою розвитку емоційного інтелекту є культурні фактори. Вони визначають, як діти сприймають і виражають свої почуття, вчаться ладити з іншими і долати соціальні труднощі. Розуміння впливу культури на емоційний розвиток допомагає педагогам і батькам створити середовище, яке сприяє розвитку емоційного інтелекту у дітей.

Психологічний клімат і взаємодія з однолітками є важливими чинниками розвитку емоційного інтелекту. Соціальна взаємодія з іншими дітьми та групове середовище сприяють розвитку емоційної компетентності,

співчуття та розуміння емоцій інших людей. Науковці підтверджують, що турботливе середовище сприяє розвитку у дітей здатності співпереживати, регулювати емоції та розвивати емоційну стійкість. Нижче ми розглянемо основні чинники, що впливають на психологічний клімат та взаємодію з однолітками на розвиток емоційного інтелекту.

Роль підтримки та прийняття у формуванні емоційної безпеки. Психологічний клімат у дитячому колективі має значний вплив на емоційну захищеність дитини, що в свою чергу сприяє формуванню емоційного інтелекту. А. Зазуляк зазначає, що підтримка і прийняття однолітками створює сприятливі умови для розвитку емоційної самосвідомості та здатності дітей відкрито виявляти свої почуття. У таких умовах діти не бояться бути незрозумілими чи приреченими, що полегшує процес соціалізації та формування емоційної стійкості [20].

Згідно з дослідженням зарубіжного науковця з дитячої психології Дж. Готтмана, психологічний клімат у групі впливає на здатність дітей співчувати та реагувати на емоційні потреби інших. Почуття підтримки та дружнього оточення сприяють розвитку навичок спілкування та емпатії, які складають основу емоційного інтелекту [9].

Загальні ігри та соціальні ролі у формуванні емоційних навичок. Взаємодія з однолітками через спільні ігри є важливим чинником формування емоційного інтелекту. І. Дворяк у своїх дослідженнях зазначає, що діти, які активно грають разом, вчаться розуміти емоції інших людей, вирішувати конфлікти та сприймати різні соціальні ролі, що сприяє емоційній гнучкості. За допомогою рольової гри діти вчаться виражати та розуміти емоції, коли вони співпереживають ситуації та потребують допомоги один одного [12].

Іноземні дослідники, також підкреслюють важливість ігор у розвитку емоційних навичок. Під час таких ігор діти отримують досвід взаємодії, який підвищує їхню здатність до саморегуляції та розуміння соціальних сигналів, таких як невербальне вираження емоцій. Спільна діяльність і динамічні

групові ігри стимулюють розвиток емоційного інтелекту через досвід і соціальні взаємодії [11].

Конфліктні ситуації та їх роль у розвитку навичок емоційної регуляції. Конфліктні ситуації є важливим аспектом взаємодії з однолітками та розвитку навичок емоційного інтелекту. На думку Н. Снєжко, конфлікти в дитячому середовищі можуть слугувати своєрідним «полігоном» для розвитку навичок самоконтролю та вирішення конфліктів. Діти вчаться конструктивно реагувати на стресові ситуації та знаходити компроміси, що є основою для розвитку емоційної стійкості [53].

Цю думку підтверджують і закордонні дослідження Сьюзан Денхем, вона зазначає, що діти з навичками вирішення конфліктів розвивають кращі навички емоційної регуляції та легше адаптуються до нового соціального середовища. Важливою частиною цього процесу є можливість отримати підтримку від дорослих, які можуть допомогти дітям конструктивно впоратися з конфліктом [13].

Розвиток емпатії через взаємодію з однолітками. Емпатія є ключовим компонентом емоційного інтелекту, який розвивається під час взаємодії з іншими дітьми. А. Соловей у своїх дослідженнях зазначає, що взаємодія з однолітками, які можуть мати різні емоційні стани, дозволяє дітям навчитися співчувати і розуміти почуття інших. Це допомагає виробити толерантне ставлення до різноманітних емоцій, підвищити емоційну чутливість [54].

Карен Пастор і Мелані Кіллінгсворт, наголошують на важливості розвитку емпатії в дошкільному віці, оскільки вона формує основу для ефективних соціальних взаємодій і розвиває вміння дітей справлятися з емоційно складними ситуаціями [46].

Підтримка однолітків і зворотній зв'язок. Позитивний відгук однолітків є важливим аспектом розвитку емоційної свідомості та самооцінки. Дослідження Т. Кравченко показують, що діти, які отримують підтримку та позитивні оцінки однолітків, краще розуміють свої сильні та

слабкі сторони в емоційній сфері, що позитивно впливає на їхню самооцінку [29].

Позитивна оцінка в середовищі дитини створює сприятливі умови для формування емоційної незалежності та самовираження, це сприяє розвитку емоційного інтелекту та забезпечує впевненість у собі, зазначає Д. Гоулман

Отже, значний вплив на розвиток емоційного інтелекту має психологічний клімат і взаємодія з однолітками. Завдяки груповій підтримці та прийняттю, спільним іграм, вирішенню конфліктів і розвитку емпатії діти вчаться емоційної регуляції та соціальних навичок, які є важливими компонентами емоційного інтелекту. Створення сприятливого психологічного клімату є необхідною умовою розвитку гармонійної та соціально адаптованої особистості.

З усього вище зазначеного, можемо зробити висновок, що емоційний інтелект – це складна багатогранна здатність, формування якої залежить від взаємодії багатьох факторів. Розуміння цих факторів є ключовим для того, щоб усвідомити, як розвивати власний емоційний інтелект та як сприяти його розвитку в інших людей.

Формування емоційного інтелекту – це процес, що триває все життя. На нього впливають як генетичні фактори, так і досвід, який людина набуває протягом життя.

Соціальне середовище відіграє вирішальну роль. Сім'я, друзі, школа, культура – все це формує уявлення про емоції, способи їх вираження та взаємодії з іншими людьми.

Психологічні фактори, такі як особистість, самооцінка та досвід, також впливають на розвиток емоційного інтелекту. Наприклад, люди з високою самооцінкою, як правило, краще справляються зі стресом і мають більш здорові стосунки.

Незважаючи на те, що генетика відіграє певну роль, більша частина емоційного інтелекту формується протягом життя. Існують різноманітні вправи, техніки та програми, які допомагають розвивати цю важливу здатність.

Розвиток емоційного інтелекту має ряд переваг:

- міжособистісні стосунки: люди з високим рівнем емоційного інтелекту легше будують і підтримують міцні зв'язки;
- самооцінка: розуміння своїх емоцій і вміння керувати ними сприяє розвитку впевненості в собі;
- стійкість до стресу: люди з розвиненим емоційним інтелектом краще справляються з труднощами і негативними емоціями;
- успіх у навчанні та кар'єрі: емоційний інтелект допомагає ефективніше працювати в команді, вирішувати конфлікти та досягати поставлених цілей.

Підсумовуючи, можна сказати, що емоційний інтелект – це цінний ресурс, який допомагає людині бути більш щасливим і успішним в житті.

2.2. Роль сім'ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелекту

У сучасних умовах, часі кризи та соціальних змін, при швидкому темпі повсякденного життя люди поводяться та почуваються по-іншому. Але найбеззахиснішим і безпорадним є діти, а захистити дітей може лише мудрість дорослих, адже саме дорослі можуть створити сприятливі умови для всебічного розвитку дитини.

Більшість фахівців, які займаються проблемою навчання та виховання дітей дошкільного віку, відзначають недостатньо розвинену емоційну сферу сучасних дітей. Дуже рідко можна зустріти по-справжньому веселу, емоційно забезпечену дитину, адже, навіть більшість дітей не вміють посміхатися і сміятися від душі. На це є багато причин, головна з яких полягає в тому, що

дорослі спрямовують усі свої зусилля в першу чергу на розвиток інтелектуальної сфери дитини (діти повинні навчатися в школах, а потім і у ВНЗ), забуваючи про емоційну сферу і не замислюючись про те, що недостатньо розвинена емоційна сфера гальмує розвиток інтелектуальної сфери. Саме емоції, відіграють важливу роль у житті дітей: вони допомагають їм сприймати навколишній світ і реагувати на нього, і як результат, вони визначають все подальше життя людини, її успішність і місце в суспільстві.

Молодушкіна В.І. зазначає, що для дитини розпізнавання та передача емоцій є досить складним процесом, який потребує певних знань та певного рівня розвитку. Коли людина передає емоції, вона не тільки робить певний вираз обличчя, але й приймає певну позу і використовує жести, які відповідають певному емоційному стану. Здебільшого діти дошкільного віку не мають достатнього уявлення про внутрішній емоційний стан людини та його прояви.

Знайомити дітей з власними емоціями і вивчати їх необхідно змалку. Це дозволяє дітям у майбутньому стати господарями свого життя і не дозволяти емоціям, особливо негативним, керувати словами, думками, діями та почуттями дорослого, а головне – ускладнювати спілкування з оточуючими. Чим молодші діти, тим відкритіше вони виявляють свої почуття. Вони ще не розуміють, що їм потрібно володіти свої почуттями в певних ситуаціях і чому це потрібно робити. Педагог повинен розуміти кожну дитину і розуміти справжні мотиви її поведінки та бажання, тому що емоції є зовнішнім проявом мотивів. Виховання через емоційну дію – дуже складний процес. Головне завдання не придушити або усунути емоції, а правильно їх спрямувати.

Дуже важливим є залучення дитини до емоційної культури, яка сприяє формуванню емоційно яскравої, морально багатої особистості, яка вміє контролювати свої почуття.

Дітей необхідно навчати «мові емоцій», починаючи з оволодіння «емоційною основою», тобто індивідуальними емоціями, що передаються мімікою, жестами та інтонацією, і не допускати спонтанного навчального процесу [19, 5-6].

Як зазначає Козлова А., у дошкільному віці (від трьох до семи років) дитина опиняється в соціальній ситуації відокремлення від дорослого. Складаються різні стосунки з однолітками. У цей період розвиток особистості виявляє максимальну динаміку емоцій і почуттів. Здатність контролювати та регулювати свої емоції стає необхідною, розвивається емпатія [16].

Залежно від впливів соціуму тимчасові прояви поведінки дитини можуть перетворюватися на рису характеру, патологію і навпаки: прояви певних відхилень в емоційній сфері з часом зникають під певним впливом середовища або трансформуються в індивідуальну рису в межах норми. Тому, завдання сучасного педагога у дошкільному закладі – це сформування відповідної емоційної свідомості дитини дошкільного віку [7, 10].

Л. Буркова вказує, що «на розвиток емоційного інтелекту людини впливають три фактори: генотип батьків, соціальне оточення та виховання. Хоча певний рівень емоційного інтелекту є генетичним, як і багато інших навичок, його можна розвивати протягом життя. Однак, основа для повної реалізації цього потенціалу закладається в дитинстві, крім того, при свідомій орієнтації зусиль на розвитку він піддається цілеспрямованому навчанню» [4, 260-277].

Іванова Є.О. досліджувала зв'язок між емоційним інтелектом дітей і особливостями їхніх сімейних стосунків. Дані емпіричного дослідження показують, що стосунки з батьками, батьківський контроль, рівень тривожності та самооцінки є основними факторами розвитку емоційного інтелекту дітей. Автор розмірковує, де більше активізується розвиток емоційного інтелекту дитини: у соціальному середовищі чи в колі родини, та обґрунтовує, чому сім’я може бути сприятливим чи несприятливим

середовищем для формування емоційного інтелекту дитини. На її думку, найважливішим предиктором розвитку високого емоційного інтелекту є те, як дитина оцінює та сприймає сімейну ситуацію та своє місце в ній [22].

Є.О. Іванова виділяє два типи сімей: емоційно диференційовану та емоційно недиференційовану, які відрізняються за вісьмома параметрами: спілкуванням, самооцінкою, сімейною системою (нормами), соціальними зв'язками, ступенем особистісної тривожності, присутністю в даний момент, ступенем конфліктності в сімейна система.

Емоційно диференційовані сім'ї характеризуються чесним, відкритим, чітким і прямим спілкуванням; високою або нормальною самооцінкою; гнучкістю правил, які змінюються при необхідності; повній свободі в дискусії, автономії; різноманітність соціальних зв'язків, відкритість сімейної системи; нормальним рівнем особистісної тривожності; врахування потреб дитини в сьогоденні; нормальним рівнем конфліктності в сім'ї; рівнем дитини, коли її потреби задоволені.

Емоційно недиференційовані сім'ї характеризуються нечесним, заплутаним, нечітким і неадекватним спілкуванням; низькою, неадекватною, спотвореною або завищеною самооцінкою; правила приховані, жорстокі, незмінні, дріб'язкова турбота і контроль, заборони на дискусію; страх суспільства, замкнутість, відсутність соціальних зв'язків (або загравання з суспільством); високий рівень особистісної тривожності; ігнорування нагальних потреб дитини та зосередження уваги на минулому чи майбутньому; високий рівень конфліктності в сім'ї; позиція в ролі батьків парентифікація або тріангуляція [22].

Маннапова К.Р. досліджувала вплив повноти сім'ї та благополуччя сімейного виховання на емоційний інтелект дитини. Результати її емпіричного дослідження показують, що діти з неповних сімей з розладом виховання мають найнижчий рівень емоційного інтелекту, тоді як діти з неповних сімей без розладу виховання повинні мають найвищий рівень. Дослідниця також зазначає, що повнота сім’ї впливає на рівень емоційного

інтелекту більше, ніж наявність порушення виховання – діти з неповних сімей мають нижчі показники, ніж діти з неповних сімей [38, 176-178].

Волік Н. зазначає, що дитину не можна розглядати ізольовано як предмет навчання. Це завжди частина складних сімейних, соціальних і міжособистісних стосунків. Аналізуючи рівень тривожності та самооцінки дитини, слід також аналізувати рівень тривожності та самооцінки в родині. Середовище повної, емоційно диференційованої сім'ї сприятливе для розвитку емоційного інтелекту дитини [42, 214].

Дерев'янко С.П. вважає, що особливо в дошкільному віці, коли психіка більш гнучка і здатність до знань особливо розвинена, формування емоційного інтелекту може відбуватися найбільш ефективно за наявності сприятливих для цього обставин, пов'язаних, перш за все, з впливовими факторами сім'ї. З наукової точки зору дослідника, вивчення ролі сімейних чинників, а саме емоційного ставлення дитини до членів сім'ї, сприйняття дитиною сімейної доброзичливості, може допомогти усунути ймовірний негативний вплив цих факторів на формування емоційного інтелекту дітей і дозволить привертати увагу батьків та вихователів до проблемні питання, пов'язані з емоційним розвитком дитини в сім'ї [14, 35].

Отримані результати показали, що формування емоційного інтелекту дітей дошкільного віку значною мірою пов'язане з позитивним ставленням до себе та всіх членів сім'ї (а не з вибірковим позитивним ставленням до окремих членів сім'ї) та оцінкою дитиною емоційного прояву членів сім'ї, яка досить виражена – це якраз і є передумовою для наслідування самою дитиною. Формування емоційного інтелекту також істотно пов'язане з пізнавальною діяльністю дитини (навчання і спілкування в дитячому садку).

Дерев'янко С.П. припускає, що дітям з недостатньо розвиненим емоційним інтелектом не вистачає емоційного тепла в сім'ї, отже, у таких дітей недостатньо прийнятне ставлення до себе і їм не вистачає прикладів зовнішнього вираження емоцій у сім'ї.

Переважання радості в емоційних переживаннях дітей природно для дитинства, велику роль у цьому віці відіграють і негативні емоції, а саме негативні переживання сприяють розвитку адаптивних навичок. У той же час, переважання емоцій страху і смутку у дітей з достатньо розвиненим емоційним інтелектом, може свідчити про їх підвищену чутливість і тривожність; переважання почуття гніву у дітей з недостатньо розвиненим емоційним інтелектом може свідчити про їх підвищену збудливість [14, 37-38].

У сучасній соціокультурній ситуації все більшого значення набуває розвитку особистості дитини в системі дошкільної освіти. «Основна мета дошкільного виховання – це виховання зрілої особистості дитини, яка володіє світоглядом, прагненням до успіху, впевненістю в собі, почуттям власної гідності, емоційною спокійністю та вольовими рисами характеру» [41, 201]. Досягти цього можна лише шляхом запровадження принципово нової системи освітнього процесу, заснованої на цілісному, особистісно-орієнтованому підході до навчання і виховання дошкільнят.

Системі дошкільної освіти має бути направлена на базові програми розвитку дитини дошкільного віку, а саме фізичного, соціально-морального, емоційно-ціннісного, пізнавального, мовного, художньо-естетичного, творчого, важливо звернути особливу увагу на реалізацію емоційних. аспектів. Ціннісний розвиток дитини дошкільного віку полягає саме в емоційному розвитку, бо емоції відіграють вирішальну роль у ознайомленні дитини дошкільного віку із загальнолюдськими цінностями, у встановленні перших стосунків з людьми в її розумовому та загальному розвитку [19, 9].

Крім того, в нинішніх складних і швидко мінливих умовах з кожним роком зростає кількість дітей з емоційними проблемами, агресивністю, тривожністю, невпевненістю в собі, тощо.

Тільки цілеспрямована, комплексна психолого-педагогічна робота в освітньому процесі дає змогу реалізувати цілі змістової лінії емоційно-ціннісного розвитку дитини дошкільного віку.

Отже, з усього вище зпазначеного, можемо сказати, що роль сім'ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелекту є основоположною для гармонійного розвитку дитини. Кожне з цих середовищ має власний вплив на емоційну компетентність, емпатію, навички соціальної взаємодії та емоційну регуляцію дитини.

Розвиток емоційної компетентності дітей починається в сім'ї, де вони засвоюють перші моделі емоційної поведінки та реакцій. Батьки, які емоційно підтримують і розуміють, є зразком для наслідування та вчать дітей позитивно ставитися до власних емоцій та емоцій інших. Крім того, стиль виховання, який характеризується відкритим спілкуванням і емпатією, сприяє розвитку таких навичок, як емоційна усвідомленість, самоконтроль і соціальна адаптація.

Дошкільні заклади надають додаткові можливості для розвитку емоційного інтелекту через організовану гру, освітні програми та групову взаємодію. Емоційно-компетентні педагоги допомагають дітям виявляти та регулювати свої емоції, розуміти емоційні стани однолітків, вирішувати конфлікти. Крім того, сприятливий психологічний клімат у групі створює безпечне середовище для емоційного розвитку, що підвищує довірливість та емоційну відкритість дітей.

Систематична та злагоджена співпраця сім’ї та дошкільного закладу сприяє створенню цілісного середовища для розвитку емоційного інтелекту дитини. Регулярне спілкування між батьками та вчителями дозволяє підтримувати спільні виховні підходи, що в свою чергу сприяє кращому оволодінню емоційними компетенціями. Спільна освітня діяльність і навчання батьків забезпечують послідовність і підтримку емоційного батьківства.

Освітні програми з акцентом на розвиток емоційного інтелекту допоможуть дітям набути навичок саморегуляції, емпатії та соціальної взаємодії. Вони повинні включати інтеграцію емоційно-розвивальних вправ,

які допомагають дітям успішно долати труднощі та адаптуватися в соціальному середовищі.

Тому, для гармонійного розвитку емоційного інтелекту дитини, необхідний комплексний підхід, у якому сім’я та дошкільний заклад є рівноправними партнерами. Сімейне середовище забезпечує емоційну підтримку та основу для емпатії, а дошкільний заклад навчає практичним навичкам соціальної взаємодії та регуляції емоцій через групову діяльність.

РОЗДІЛ 3.
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Методи, методика і процедура дослідження

Провівши аналіз наукових теорій розвитку та формування емоційного інтелекту, дослідивши фактори, що впливають на формування емоційного інтелекту та визначивши роль сім'ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелекту, вважаємо доцільним провести емпіричне дослідження серед дітей дошкільного віку, та встановити їх рівень розвитку емоційного інтелекту та за результатами емпіричного дослідження визначити доцільність розробки програми на розвиток емоційного інтелекту для дітей дошкільного віку.

Вибірку нашого дослідження склали 15 дітей дошкільного віку (4-5 років). Дослідження проводилось в офлайн форматі Запорізької початкової школи "Натхнення", на базі дошкільного підрозділу, дослідження проходило впродовж червня - вересня 2024 року.

Підбір методичного матеріалу для емпіричного дослідження здійснювався з урахуванням розробок вітчизняних та зарубіжних психологів.

З розглянутих психологічних методів вивчення емоційного інтелекту, нами було обрано комплекс методики, які можна було б використати в дослідженні, а саме: анкета для батьків та вихователів, проективна методика «Домалювання: Світ речей – світ людей – світ емоцій», проективна методика «Три бажання», методика «Що – Чому – Як».

Діагностичні методики допомагають виявити емоційну орієнтацію дітей: на світ речей або на світ людей, на себе або на іншу людину, а також способи адекватного вирішення проблем з опорою на цю орієнтацію.

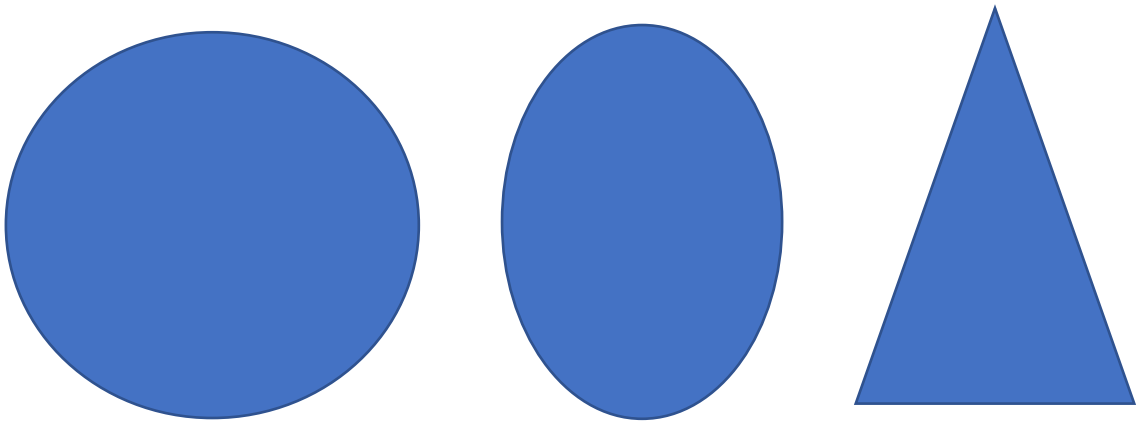
1. Анкета для батьків та вихователів. Питання анкети спрямовані на оцінку емоційної чуйності дітей, їх здатності переживати значущі для них події та співпереживати оточуючим людям.

2. «Домалювання: Світ речей – світ людей – світ емоцій».

Мета – виявити емоційну орієнтацію дитини – світ речей чи світ людей.

Інструкція

Психолог пропонує дітям за 15 хвилин додати або домалювати до поданих фігур будь-які деталі, щоб вийшли малюнки зі змістом.



Обробка результатів

- 0 балів – домалювання відсутнє; зображений предмет чи тварина;
- 1 бал – зображено людське обличчя;
- 2 бали – зображена людина (виражений її емоційний стан або він дано в русі).

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

- низький: 0 балів;
- середній: 1 – 2 бали;
- високий: 3 - 6 балів.

3. Проективна методика «Три бажання».

Мета – виявити емоційну орієнтацію дитини себе чи інших людей.

Інструкція

Психолог каже дітям: «Уявіть, що золота рибка може виконати три ваші бажання. Що б ви забажали? Намалюйте будь-ласка!».

Обробка результатів

- 0 балів – малюнок відсутній;
- 1 бал – малюнок пов'язаний із бажанням «для себе»;

- 2 бали – малюнок пов'язаний із бажанням «для інших людей».

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

- Низький: 0 - 3 бали;
- середній: 4 бали;
- Високий: 5 - 6 балів.

4. Методика «Що – Чому – Як».

Мета – виявити ступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї.

Інструкція

Психолог каже дітям: «Зараз я прочитаю розповідь. Ваше завдання – слухати уважно, а потім відповісти на мої запитання».

Обробка результатів

Дитина, відповідаючи на запитання психолога, має вирішити певну проблему, пов'язану з стосунками між дітьми, їх оцінкою ситуацій та розумінням емоційних станів інших людей**.**

Відповіді оцінюються за трибальною шкалою (відповідно до критеріїв, що використовуються в тесті Д. Векслера).

Рівні розвитку емоційного інтелекту:

- Низький: 0 - 2 бали;
- середній: 3 – 4 бали;
- Високий: 5 - 6 балів.

Розкривши методи, методики і процедуру дослідження можемо переходити до результатів дослідження та їх інтерпретації.

3.2. Результати дослідження та їх інтерпретація

За результатами анкети для батьків та вихователів, ми отримали такі відповіді:

— дитина не дуже ввічлива у спілкуванні з батьками та іншими дорослими;

— не звертає увагу на зауваження батьків або зауваження інших дорослих;

— не активно або не бере зовсім участі у домашніх справах;

— не активно реагує на активності у справах дитячого садка;

— не охоче допомагає своїм друзям в завданнях або в підтримки під час гри як вдома так і в дошкільному закладі:

— не дуже активно підтримує друзів, у яких трапляються неприємності, це проявляється в грі, або дитина щось впустила і річ зламалась чи розбилась;

— не визнає свою провину, якщо зробив небажані вчинки;

— не активно звертає увагу на емоційний стан оточуючих (батьків чи друзів);

— не завжди виконує доручення дорослих чи вихователів;

— не передає або не точно передає інформацію, отриману від інших людей;

— не завжди або зовсім не висловлює власну думку про вчинки оточуючих (друзів, батьків, вихователів).

Після проведеного анкетування, ми зробили висновки, що діти не активно використовують емоційні компоненти свого розвитку, також нами було сформовано припущення, про те, що можливо такі результати можуть бути ознакою емоційного перевтомлення дитини, або наслідки постійних обстрілів в м. Запоріжжя.

Тому, для більш ґрунтовних результатів в продовж тижня, нами було проведено комплекс методик на діагностику емоційного інтелекту даної вибірки дітей.

Методики проводились в форматі гри з активним залученням дітей до малювання, фантазування та зачитування розповідей.

Перша методика, яка було проведена в групі наших респондентів, це «Домалювання: Світ речей – світ людей – світ емоцій». Дітям було надано роздатковий матеріал у вигляді трьох фігур (коло, овал, трикутник) де вони в продовж 15 хвилин мали домалювати фігури.

За результатами методики «Домалювання: Світ речей – світ людей – світ емоцій», ми отримали наступні результати, представлені в таблиці 3.3

Таблиця 3.3

Результати методики

«Домалювання: Світ речей – світ людей – світ емоцій»

Рівень сформованості емоційного інтелекту	**Бали за показниками методики**	**Кількість дітей**
Високий	3-6	2
Середній	1-2	4
Низький	0	9

За результатами отриманими з таблиці 3.3 переведемо у % співвідношення для кращого розуміння рівня сформованості емоційного інтелекту дітей даної групи.

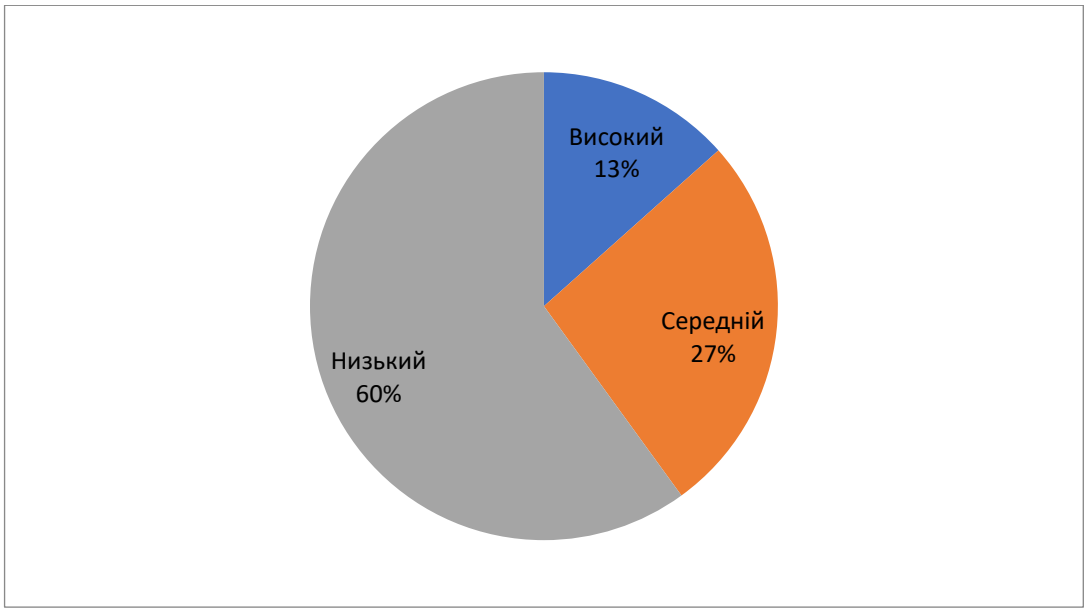


Рис. 3.1. Результати методики «Домалювання: Світ речей – світ людей – світ емоцій» у % співвідношенні

Якісний аналіз отриманих даних показав, що більшість дітей (60%) малювали малюнки із зображенням різних предметів або тварин, знайомих дитині з життєвого досвіду та побуту, це були квіти, заєць, м'яч, дерево, сонечко, тощо).

Водночас 27 % дітей дошкільного віку намалювали хоча б один із трьох малюнків із зображенням людини, що свідчить про соціальну орієнтацію дітей цього віку. Як ми вже зауважували, у дошкільному віці розширюється коло спілкування та соціальні контакти дитини, тому підвищується увага дітей до інших людей.

Найменше 13% дітей, намалювали на своїх малюнках обличчя людини з яскраво вираженим емоційним станом.

За результатами цієї методики, можемо зробити висновок, що у даної групи дітей уявлення про емоції та їх виразні ознаки прояву незначні, діапазон емоційної чутливості дітей обмежений, ряд емоційних станів їм не зрозумілий.

Друга методика, яка було проведена в групі наших респондентів, це Проективна методика «Три бажання». За допомогою цієї методики, нами було визначено емоційну спрямованість дитини на себе чи інших людей, а саме її здатність до емоційної децентрації. Вихователь надав кожній дитині аркуш паперу та кольорові олівці і наголосив на інструкції.

За результатами проективної методики «Три бажання», ми отримали наступні результати, представлені в таблиці 3.4

Таблиця 3.4

Результати проективної методики «Три бажання»

Рівень сформованості емоційного інтелекту	Бали за показниками методики	Кількість дітей
Високий	3-6	1
Середній	1-2	2
Низький	0	12

За результатами отриманими з таблиці 3.4 переведемо у % співвідношення для кращого розуміння рівня сформованості емоційного інтелекту дітей даної групи.

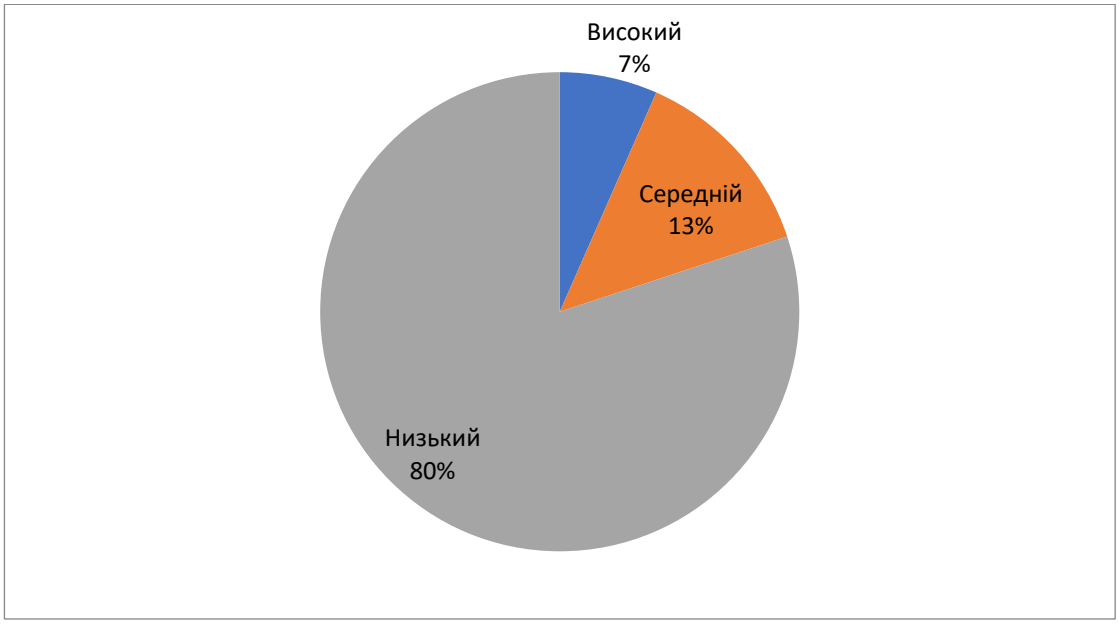


Рис. 3.2. Результати проективної методики «Три бажання» у % співвідношенні

Якісний аналіз отриманих даних показав, що у більшості дітей даної групи малювання асоціюється з бажанням «для себе», що свідчить про низький рівень емоційної децентрації.

Зауважено, що у цьому віці тільки починається формування емоційної децентрації, як одного з психологічних механізмів розвитку емоційного інтелекту, тому дитина більше орієнтується на себе, ніж на потреби і бажання інших людей. В індивідуальній бесіді з дитиною ми уточнили, що саме вона намалювала і для кому він був направлений.

Ось типові реакції дітей: «Я хочу отримати цю іграшку на день народження», «Я хочу, щоб мама купила мені таку машину», «Моя подружка має таку лялька, вона мені дуже подобається, я мрію про такуж».

Лише одна дитина (7%) намалювала малюнок, який стосувалися бажання мами. У більшості, інші діти пов’язували бажання зі своїми власними потребами, це були машинки, набір лего, новий планшет, ляльки і т.д.

Також були намальовані бажання пов’язані з конкретними діями, такі як хочу піти в ігрову кімнату, кафе, парк, хочу поїхати на море і т.д.

Також були бажання, пов'язані з закінченням війни та військових дій, що можна співвіднести до емоційного стану оточуючих людей.

Отримані дані свідчать про те, що у більшості дітей даної групи ще немає вираженої тенденції до емоційної децентрації та проявляється схильність до егоцентризму.

Третя методика, яка було проведена в групі наших респондентів, це методика «Що-Чому-Як». За допомогою цієї методики, нами було визначено готовність дитини зважати на емоційний стан іншої людини, співпереживати їй, піклуватися про неї, тобто її здатність співпереживати. Спочатку дітям прочитали розповідь про міжособистісні стосунки між дітьми, потім їх попросили відповісти на запитання щодо вирішення конкретного морального конфлікту, який обговорюється в цій історії.

За результатами методики «Три бажання», ми отримали наступні результати, представлені в таблиці 3.5

Таблиця 3.5

Результати проективної методики «Що-Чому-Як»

Рівень сформованості емоційного інтелекту	**Бали за показниками методики**	**Кількість дітей**
Високий	3-6	2
Середній	1-2	3
Низький	0	10

За результатами отриманими з таблиці 3.5 переведемо у % співвідношення для кращого розуміння рівня сформованості емоційного інтелекту дітей даної групи.

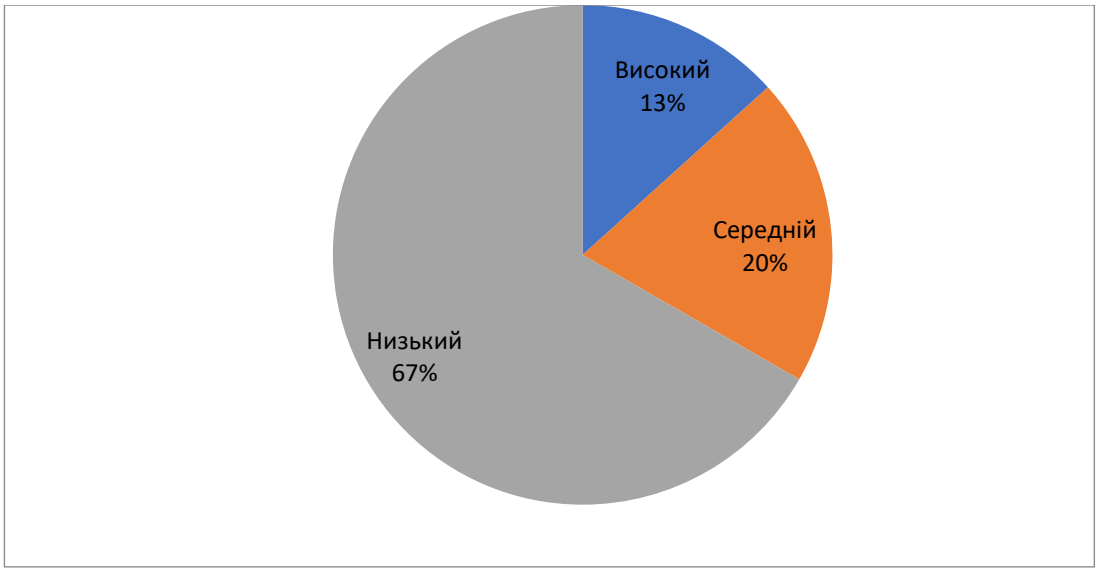


Рис. 3.3. Результати методики «Що-Чому-Як» у % співвідношенні

Аналізуючи відповіді дітей, то можна зробити висновок, що у дітей даної групи формується здатність співпереживати іншим людям, вони намагаються виявляти емпатію і співчуття іншим людям. Водночас, емпатія у дітей даної групи переважно проявляється на низькому рівні (67%). Для них характерна позитивна емоційна спрямованість на іншого, але ще не стійка або проявляється негативно спрямованою, що виражається в агресивності при виборі шляхів вирішення конфліктної ситуації.

Не велика кількість дітей даної групи (20%) демонструють середню готовність уважно ставитися до емоційного стану оточуючих. Ці діти співчувають тим, хто цього потребує, але можуть лише відчувати емоційний стан іншої людини, але не можуть поставити себе на місце інших або надати реальну допомогу.

Високий рівень продемонстрували дві дитини (13%), які визначають високу готовність уважно ставитися до емоційного стану іншої людини та делікатно ставитися до неї. Вони здатні розуміти та керувати емоціями інших людей, оцінювати та прогнозувати подальший розвиток ситуації та пропонувати конструктивні варіанти вирішення конфлікту, проявляючи доброзичливе ставлення до близьких та готовність активно піклуватися про інших.

За результатами комплексу методик спрямованих на визначення рівня розвитку емоційного інтелекту, ми зіставили та порівняли отримані данні з кожної методики, що дало нам змогу точно визначити який рівень розвитку емоційного інтелекту в даній групі дітей більш виражений.

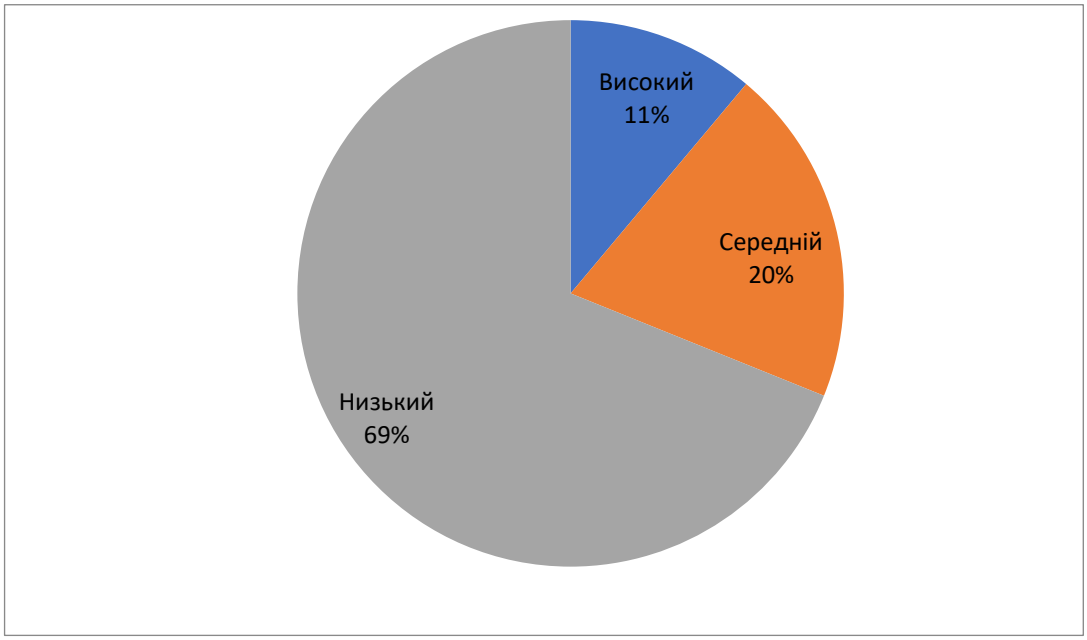


Рис. 3.4. Загальні результати рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей даної вікової групи

Як видно з рисунка 3.4, більшість дітей даної вікової групи мають: низький рівень - 69%, середній рівень - 20% розвитку емоційного інтелекту. Вони ще неспроможні ідентифікувати емоції за виразними ознаками їх прояву (мімікою, жестами, рухами); вони відчувають значні труднощі з вербалізацією емоційних переживань та їх вербальним описом, що вказує на низький рівень словникового запасу емоцій. Поведінка цієї групи дітей характеризується спонтанністю та імпульсивністю; вони ще не можуть ефективно управляти своїм емоційним станом або контролювати прояв емоцій, особливо негативних.

Слід зазначити, що ми найменше ідентифікували дітей з високим рівнем емоційного інтелекту - 11%. Ці діти характеризуються досить розвиненою здатністю розуміти емоції та адекватно поводитися в соціальному середовищі. Для них характерна експресивність, розвинена емоційна децентрація та емоційна спрямованість на іншого, що проявляється

у їх спілкуванні та їх поведінці.

Отже, можемо зробити висновок, що у більшості дітей даної групи не достатньо розвинений емоційний інтелект, що є проблемою, яка може вплинути на їх подальший розвиток та соціалізацію. Зазначимо, що в період дошкільного віку відбувається соціалізація емоційного інтелекту, яка виражається в емоційній зосередженості дитини більше на інших людях, ніж на певних об'єктах або речах. У дитини має розвиватися здатність виявляти емпатію, забезпечуючи тим самим розвиток свого міжособистісного емоційного інтелекту. Усе це є важливою передумовою для розвитку емоційного інтелекту в дошкільному віці та сприяє вдосконаленню здатності дітей розуміти та керувати як своїми, так і чужими емоціями.

Тому вважаємо за потрібне розробити програму спрямовану на розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку з комплексним підходом, у якому сім’я та дошкільний заклад будуть рівноправними партнерами.

Також, вважаємо доцільним, розробити програму з врахуванням «Піраміди навчання» за Е. Дейлом, яка включатиме поетапне занурення в предмет від пасивного сприйняття до активного практичного застосування знань. Програма заохочуватиме дітей на всіх етапах спостерігати, обговорювати та практично досліджувати емоції, полегшуючи запам’ятовування матеріалу та навчанню поведінкових навичок.



Рис. 3.5. «Піраміди навчання» за Е. Дейлом

Розроблена нами програма складається з кількох блоків, що включають інтерактивні заняття, гру, спостереження та досвід участі, а також спільні заходи для зміцнення зв'язків між дітьми, батьками та вихователями.

Програма розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку з комплексним підходом (сім'ї та дошкільного закладу)

1. Блок «Емоції та їх вираження»

Мета: Навчити дітей розпізнавати і правильно виражати емоції.

Методи:

— **Візуалізація**: використання карток із зображенням емоцій (радість, смуток, злість тощо) для пояснення, що таке емоції і як вони виглядають.

— **Розповіді та казки**: читання історій, де герої переживають різні емоції. Це допомагає дітям розпізнавати емоції у різних ситуаціях.

— **Інтерактивні ігри**: гра «Вгадай емоцію» — діти намагаються імітувати емоції на основі карток, а інші учасники вгадують.

2. Блок «Регуляція емоцій»

Мета: Навчити дітей керувати своїми емоціями та справлятися зі стресом.

Методи:

— **Техніки релаксації**: просте дихання (глибокі вдихи та видихи) та медитативні вправи для заспокоєння.

— **Гра «Чарівна скринька»**: дітям пропонується покласти свою злість, розчарування або смуток у «чарівну скриньку» — метафоричний спосіб зняття напруги.

— **Вправи на розвиток усвідомленості**: дітям пропонують визначити свої почуття та описати їх, що допомагає зосередитись на власних емоціях.

3. Блок «Співпереживання»

Мета: Розвинути у дітей емпатію та здатність співпереживати іншим.

Методи:

— **Рольові ігри**: сценарії, де діти виконують ролі і мають відчути себе на місці інших.

— **Спостереження**: спільні перегляди коротких мультфільмів, де персонажі переживають різні емоції, а після — обговорення почуттів героїв.

— **Кооперативні ігри**: завдання на командну роботу, де діти вчаться розуміти емоційний стан інших і допомагати.

4. Блок «Комунікація та соціальні навички»

Мета: Розвинути у дітей вміння спілкуватися з іншими, висловлювати свої емоції і розуміти емоції оточуючих.

Методи:

— **Гра «Розкажи про свій день»**: кожна дитина ділиться враженнями за день, вчиться відкрито говорити про свої емоції.

— **Робота в парах**: завдання, що вимагають взаємодії у парах, щоб сприяти розвитку комунікативних навичок.

— **Вправа «Слухання один одного»**: гра на розвиток активного слухання, де діти повинні уважно слухати один одного, а потім повторювати почуте.

5. Блок. Спільна робота із сім’єю

— **Домашні завдання для батьків**: надання батькам завдань для спільного виконання з дитиною, таких як складання розповідей про емоції чи рольові ігри.

— **Батьківські зустрічі та тренінги**: регулярні зустрічі, де батьки діляться своїми успіхами та труднощами у розвитку емоційного інтелекту дитини, обмінюються досвідом.

— **Зворотний зв'язок**: вихователь з психологом надають індивідуальні рекомендації кожній сім’ї з урахуванням особливостей дитини, щоб досягти максимального ефекту програми.

Ця програма сприятиме розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку та зміцнить взаємозв'язок між сім’єю і дошкільним закладом як рівноправними партнерами.

ВИСНОВКИ

1. Проаналізувавши різні наукові підходи до визначення поняття «емоційний інтелект», можна коротко викласти сутність досліджуваного поняття та трактувати його як комплекс здібностей, які дозволяють людині усвідомлювати власні емоції, а, також, емоції та почуття інших людей. Людина з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту здатна регулювати та керувати власною емоційною сферою, її поведінка більш гнучка, тому їй легше досягати намічених цілей завдяки ефективній взаємодії з оточуючими.

Отже, емоційний інтелект має у своїй структурі такі здібності: усвідомлення та розуміння власних емоцій та емоцій інших, емпатію, самоконтроль та управління емоціями інших, стратегічне використання емоцій з метою мотивації та вирішення проблем.

2. Згідно проаналізованих теорій та підходів науковців, визначимо основні етапи розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі дитинства та дорослості. Першим етапом розвитку емоційного інтелекту є експресивний досвід, який дитина має у відносинах з матір'ю та навколишнім світом. У молодшому шкільному віці виникає і розвивається здатність сприймати і першочергово рефлексувати емоційні стани, що включають в себе: здатність аналізувати власні емоції, здатність передбачати ситуації, здатність передбачати наслідки певних емоційних реакцій. У підлітковому віці розвивається здатність вербалізувати базові емоції, особливо радість і страх. У юнацькому віці зростає важливість рефлексії емоційних переживань. Період дорослішання характеризується значним розширенням спектру засобів індивідуальної емоційної саморегуляції.

Класифікуючи форми розвитку емоційного інтелекту за рівнями психічного відображення їх можна поділити на: сенсорно-перцептивні, когнітивні, особистісні, суб’єктивні і духовні.

Етапи розвитку емоційного інтелекту в онтогенезі поділяються на: психофізіологічні, когнітивні, соціально-психологічні, творчо-суб'єктивні, екзистенційно-духовні.

3. Визначаючи фактори, що впливають на формування емоційного інтелекту, можемо сказати, що еЕмоційний інтелект – це складна багатогранна здатність, формування якої залежить від взаємодії багатьох факторів. Розуміння цих факторів є ключовим для того, щоб усвідомити, як розвивати власний емоційний інтелект та як сприяти його розвитку в інших людей.

Формування емоційного інтелекту – це процес, що триває все життя. На нього впливають як генетичні фактори, так і досвід, який людина набуває протягом життя.

Соціальне середовище відіграє вирішальну роль. Сім'я, друзі, школа, культура – все це формує уявлення про емоції, способи їх вираження та взаємодії з іншими людьми.

Психологічні фактори, такі як особистість, самооцінка та досвід, також впливають на розвиток емоційного інтелекту. Наприклад, люди з високою самооцінкою, як правило, краще справляються зі стресом і мають більш здорові стосунки.

Незважаючи на те, що генетика відіграє певну роль, більша частина емоційного інтелекту формується протягом життя. Існують різноманітні вправи, техніки та програми, які допомагають розвивати цю важливу здатність.

Розвиток емоційного інтелекту має ряд переваг:

- міжособистісні стосунки: люди з високим рівнем емоційного інтелекту легше будують і підтримують міцні зв’язки;
- самооцінка: розуміння своїх емоцій і вміння керувати ними сприяє розвитку впевненості в собі;
- стійкість до стресу: люди з розвиненим емоційним інтелектом краще справляються з труднощами і негативними емоціями;

- успіх у навчанні та кар’єрі: емоційний інтелект допомагає ефективніше працювати в команді, вирішувати конфлікти та досягати поставлених цілей.

Підсумовуючи, можна сказати, що емоційний інтелект – це цінний ресурс, який допомагає людині бути більш щасливим і успішним в житті.

4. Роль сім'ї та дошкільного закладу у формуванні емоційного інтелекту є основоположною для гармонійного розвитку дитини. Кожне з цих середовищ має власний вплив на емоційну компетентність, емпатію, навички соціальної взаємодії та емоційну регуляцію дитини.

Розвиток емоційної компетентності дітей починається в сім'ї, де вони засвоюють перші моделі емоційної поведінки та реакцій. Батьки, які емоційно підтримують і розуміють, є зразком для наслідування та вчать дітей позитивно ставитися до власних емоцій та емоцій інших. Крім того, стиль виховання, який характеризується відкритим спілкуванням і емпатією, сприяє розвитку таких навичок, як емоційна усвідомленість, самоконтроль і соціальна адаптація.

Дошкільні заклади надають додаткові можливості для розвитку емоційного інтелекту через організовану гру, освітні програми та групову взаємодію. Емоційно-компетентні педагоги допомагають дітям виявляти та регулювати свої емоції, розуміти емоційні стани однолітків, вирішувати конфлікти. Крім того, сприятливий психологічний клімат у групі створює безпечне середовище для емоційного розвитку, що підвищує довірливість та емоційну відкритість дітей.

Систематична та злагоджена співпраця сім’ї та дошкільного закладу сприяє створенню цілісного середовища для розвитку емоційного інтелекту дитини. Регулярне спілкування між батьками та вчителями дозволяє підтримувати спільні виховні підходи, що в свою чергу сприяє кращому оволодінню емоційними компетенціями. Спільна освітня діяльність і навчання батьків забезпечують послідовність і підтримку емоційного батьківства.

Тому, для гармонійного розвитку емоційного інтелекту дитини, необхідний комплексний підхід, у якому сім’я та дошкільний заклад є рівноправними партнерами. Сімейне середовище забезпечує емоційну підтримку та основу для емпатії, а дошкільний заклад навчає практичним навичкам соціальної взаємодії та регуляції емоцій через групову діяльність.

5. Емпіричне дослідження було направлено на визначення рівня розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку та розробку програми на розвиток емоційного інтелекту для дітей дошкільного віку.

Вибірку нашого дослідження склали 15 дітей дошкільного віку (4-5 років). Дослідження проводилось в офлайн форматі Запорізької початкової школи "Натхнення", на базі дошкільного підрозділу, дослідження проходило впродовж червня - вересня 2024 року.

Підбір методичного матеріалу для емпіричного дослідження здійснювався з урахуванням розробок вітчизняних та зарубіжних психологів.

З розглянутих психологічних методів вивчення емоційного інтелекту, нами було обрано комплекс методики, які можна було б використати в дослідженні, а саме: анкета для батьків та вихователів, проективна методика «Домалювання: Світ речей – світ людей – світ емоцій», проективна методика «Три бажання», методика «Що – Чому – Як».

Загальні результати рівня розвитку емоційного інтелекту у дітей даної вікової групи показали, що більшість дітей даної вікової групи мають: низький рівень - 69%, середній рівень - 20% розвитку емоційного інтелекту. Вони ще неспроможні ідентифікувати емоції за виразними ознаками їх прояву (мімікою, жестами, рухами); вони відчувають значні труднощі з вербалізацією емоційних переживань та їх вербальним описом, що вказує на низький рівень словникового запасу емоцій. Поведінка цієї групи дітей характеризується спонтанністю та імпульсивністю; вони ще не можуть ефективно управляти своїм емоційним станом або контролювати прояв емоцій, особливо негативних.

Слід зазначити, що ми найменше ідентифікували дітей з високим рівнем емоційного інтелекту - 11%. Ці діти характеризуються досить розвиненою здатністю розуміти емоції та адекватно поводитися в соціальному середовищі. Для них характерна експресивність, розвинена емоційна децентрація та емоційна спрямованість на іншого, що проявляється у їх спілкуванні та їх поведінці.

Отже, можемо зробити висновок, що у більшості дітей даної групи не достатньо розвинений емоційний інтелект, що є проблемою, яка може вплинути на їх подальший розвиток та соціалізацію. Зазначимо, що в період дошкільного віку відбувається соціалізація емоційного інтелекту, яка виражається в емоційній зосередженості дитини більше на інших людях, ніж на певних об'єктах або речах. У дитини має розвиватися здатність виявляти емпатію, забезпечуючи тим самим розвиток свого міжособистісного емоційного інтелекту. Усе це є важливою передумовою для розвитку емоційного інтелекту в дошкільному віці та сприяє вдосконаленню здатності дітей розуміти та керувати як своїми, так і чужими емоціями.

За результатами дослідження було вирішено розробити програму спрямовану на розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку з комплексним підходом, у якому сім’я та дошкільний заклад будуть рівноправними партнерами.

Розроблена програма включає «Піраміди навчання» за Е. Дейлом, яка зазначає поетапне занурення в предмет від пасивного сприйняття до активного практичного застосування знань. Програма заохочуватиме дітей на всіх етапах спостерігати, обговорювати та практично досліджувати емоції, полегшуючи запам’ятовування матеріалу та навчанню поведінкових навичок.

Розроблена нами програма складається з п’яти блоків, що включають інтерактивні заняття, гру, спостереження та досвід участі, а також спільні заходи для зміцнення зв’язків між дітьми, батьками та педагогами.

Отже, за результатами проведення емпіричного дослідження, можемо сказати, що перша гіпотеза дослідження, яка полягає в тому, що розвиток емоційного інтелекту дитини в дошкільному віці є дуже важливим фактором, бо це обумовлено переходом від інтелектуального егоцентризму до інтелектуальної децентрації, що обумовлює формування здатності розуміння як своїх емоції та почуття, так і оточуючих – повністю підтверджена.

Друга гіпотеза дослідження, яка полягає в тому, що запропонована програма розвитку емоційного інтелекту буде ефективним засобом для формування вмінь та навичок у дітей дошкільного віку в розпізнаванні своїх емоцій і почуттів, так і оточуючих – частково підтверджена, бо розроблена нами програма не пройшла повної апробацію, і це обумовлює продовження проведення дослідження.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Березюк Г. Емоційний інтелект як детермінанта внутрішньої свободи особистості. *Психологічні студії Львівського університету*. 2002. С. 20–23.

2. Бобро Л.В. Емоційний інтелект як важлива інтегральна якість особистості сучасного вихователя закладу дошкільної освіти. *Психолого-педагогічні науки*. 2022. № 3 С. 24-29 DOI: 10.31654/2663-4902-2022-PP-3-24-29

3. Булка Н. Ресурси соціального інтелекту: адаптивність, комунікативність, креативність. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 6. С. 43–53.

4. Буркова Л. В. Соціономічні професії: інноваційна підготовка спеціалістів у вищих навчальних закладах: монографія. Київ: Інформаційні системи, 2010. 278 с.

5. Вірна Ж.П., Брагіна К.І. Емоційний інтелект у смисловому локусі професіоналізації особистості. *Проблеми сучасної психології*: Збірник наукових праць ДВНЗ «Запорізький національний університет» та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. № 2 (8). С. 38–43.

6. Власова, О.І. Психологія соціальних здібностей : структура, динаміка, чинники розвитку: *м*онографія. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2005.

7. Волік Н. Система формування емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти. *Acta Paedagogica Volynienses*, Вип. 2, 2022. С. 9-15. DOI: https://doi.org/10.32782/apv/2022.2.2

8. Вулман К., Бікер Д. Генетичні фактори емоційного інтелекту: теорія та практика. Психологія розвитку, 2019.

9. Готтман Дж. Емоційний розвиток дитини: вплив підтримки та психологічного клімату. Нью-Йорк: Basic Books, 2018.

10. Готтман Дж., Деклер Ч. Підготовка дитини до життя: методи розвитку емоційного інтелекту. Львів: Альпіна Паблішер, 2019.

11. Гоулман Д. Емоційний інтелект: чому він може мати більше значення, ніж IQ. Київ: Наш формат, 2021.

12. Дворяк І. Соціальна взаємодія в спільних іграх як чинник розвитку емоційного інтелекту. Український психологічний журнал, 2020.

13. Денхем С. Вирішення конфліктів як чинник розвитку емоційної регуляції у дошкільників. *Journal of Early Childhood Development*, 2019.

14. Дерев'янко С. П. Роль сім'ї у формуванні емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. *Психолого-педагогічний супровід розвитку особистості дитини в умовах закладу дошкільної освіти і сім'ї*: зб. наук. праць за матеріалами III Всеукр. наук.-практ. конф. (Умань, 25 лист. 2021 р.). Умань, 2021. С. 35 – 38. URL: http://surl.li/jhqjpx

15. Дубровська Л. Соціальні чинники формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку. *Український науковий журнал*, 2021.

16. Емоційний інтелект / упорядн. А. Козлова. Київ: Вид.група «Шкільний світ», 2018. 128 с.

17. Журавльова М.О. Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень. Наука і освіта. 4 с. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/1_2_2009/14.pdf.pdf

18. Журавльова, Л.П., Шпак, М.М. Емпатія як психологічний механізм розвитку міжособистісного емоційного інтелекту. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, Вип. III (25), 2015. С. 85-88.

19. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І. В. Молодушкіна.. 2-ге вид. Харків : Вид. група «Основа», 2011. 207 с.

20. Зазуляк О. Психологічний клімат у дитячій групі як чинник емоційного розвитку. *Журнал психології розвитку*, 2019.

21. Зарицька В.В. Емоційний інтелект: аналіз наукових теорій. *Теорія та практика сучасної психології*. Вип.1 2010. С. 17-22 URL: http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2010/6.pdf

22. Іванова Є. О. Чинники розвитку емоційного інтелекту в підлітків та психокорекційна робота щодо оптимізації його рівня. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. № 3. 2015. С. 51-59. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2015_3_8

23. Ізар К., Вулман К. Психологія розвитку емоцій у дітей. Оксфордський університет, 2020.

24. Ізар К., Саловей П. Біологічні основи емоційного інтелекту. Оксфордський університет, 2018.

25. Котик Т.М. Нова українська школа: теорія і практика формування емоційного інтелекту в учнів початкової школи: навчально-методичний посібник для вчителів початкової школи. Тернопіль, Actoh, 2020. 192 с.

26. Кейган Дж. Вплив темпераменту на емоційний розвиток дітей. *Психологія особистості*, 2020.

27. Коврига Н.В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту: автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2003. 23 с

28. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві). Київ : Освіта, 1998. 255 с.

29. Кравченко Т. Роль зворотного зв'язку в розвитку емоційної самосвідомості дітей. *Соціальна психологія*, 2020.

30. Левченко М. Культурні особливості у формуванні емоційного інтелекту. *Психологія та соціологія*, 2019.

31. Лобко О., Дубровська Л. Вплив культурного середовища на емоційний розвиток дітей дошкільного віку. *Журнал розвитку особистості*, 2020.

32. Лобко О., Ковальова Н. Вплив педагогічного середовища на емоційний розвиток дітей дошкільного віку. *Журнал розвитку особистості*, 2019.

33. Лохвицька Л. Роль традиційних обрядів у формуванні емоційного інтелекту дошкільників. *Український науковий журнал*, 2020.

34. Лохвицька Л. Темперамент та його роль у формуванні емоційного інтелекту дошкільників. *Журнал педагогічної психології*, 2021.

35. Лящ О.П. Емоційний інтелект як предмет психологічних досліджень. *Проблеми сучасної психології.* 2013. № 22. С. 324–335.

36. Мазоха І. Аналіз проблеми емоційного інтелекту як особистісного ресурсу. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи.* 2020. С. 100–104.

37. Максьом К.В. Емоційний інтелект: основні концептуальні підходи та структурна модель соціально-психологічного феномену. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. С. 348-355. URL: http://www.appsychology.org.ua/data/jrn/v6/i14/42.pdf

38. Маннапова К. Р. Специфіка емоційного інтелекту підлітків з неповних сімей. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. Вип. 42(1). 2012. С. 169-179. URL: :http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_42(1)__20.

39. Марчук С. В. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія Психологія. Випуск 3. 2021. С. 20-23. DOI: https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.4

40. Мельник Н. Емоційний розвиток особистості як основа формування емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського*. *Педагогічні науки.* Вип. 4 (63). 2018. С. 69-74. URL: http://mdu.edu.ua/wp-content/uploads/Ped-visnyk-63-2019-15.pdf

41. Методичні аспекти реалізації Базової програми розвитку дитини до- шкільного віку «Я у Світі» / О. Л. Кононко, З. П. Плохій, А. М. Гончаренко. Київ: Світич, 2009.

42. Назарук Н.В. Онтогенетичні аспекти розвитку емоційного інтелекту. Теорія і практика сучасної психології. Вип. 3. 2018. С. 211-215. URL: http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/3_2018/46.pdf

43. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект : концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ, 2003. 159 с.

44. Опанасюк І.В. Психологічні особливості рорвитку емоційного інтелекту старшокласників Засобами арт-терапії: автореф. дис. … канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2017. 20 с.

45. Опанасюк І.В. Психологічна сутність феномену «емоційний інтелект». *Збірник наук. праць : філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпатський національний ун-т ім. Василя Стефаника», 2013. Вип. 18. Ч. 1. 213 с.

46. Пастор К., Кіллінгсворт М. Емпатія у ранньому віці: соціальний та емоційний розвиток. *Psychological Science*, 2020.

47. Пономарьова Л. Вплив генетичних факторів на емоційний розвиток дитини. *Журнал психологічних досліджень*, 2020.

48. Руденок А.І., Данчук Ю.П., Логвіна О.А. Особливості розвитку соціального інтелекту дітей молодшого шкільного віку в сучасних умовах цифрового середовища. *Психологічні студії*. Вип.4. 2023. DOI: https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.4.10

49. Савченко О. Мова та емоційний розвиток дитини дошкільного віку. *Український психологічний журнал*, 2021.

50. Савченко О., Лохвицька Л. Вплив батьківського виховання на формування емоційного інтелекту дошкільників. *Журнал педагогічної психології*, 2020.

51. Саловей П., Майєр Дж. Емоційна компетентність: *Теорія і практика. Психологія освіти*, 2018.

52. Саловей П., Мейер Дж. Соціальні та культурні моделі розвитку емоційного інтелекту. Оксфордський університет, 2019.

53. Сніжко Н. Конфліктні ситуації та емоційне регулювання у дошкільному віці. *Психологія дитинства*, 2021.

54. Соловей О. Формування емпатії через взаємодію з однолітками. *Журнал педагогічної психології*, 2021.

55. Тріандіс Г., Маркус Г. Культурні аспекти емоційного інтелекту. *Психологія культури*, 2018.

56. Фролова Г.С. Наукові підходи до визначення феномену «емоційний інтелект». *Теорія та практика сучасної психології.* 2018. С. 107-111. URL: http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2018/22.pdf

57. Шпак М. М. Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту молодших школярів. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, VI (68), Issue: 164, 2018 Maj. P. 72–77. URL: https://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/httpdoi.org10.31174send-pp2018-164vi68- 17.pdf

58. Шпак М. М. Емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту в молодшому шкільному віці. *Психологічні перспективи*. Випуск 29, 2017. С. 234–244.

59. Шпак М. Психологічна концепція розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* Випуск 10 *(55)'* 2020. С. 125-148. URL: https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.10(55).12

60. Шпак М.М. Становлення емоційного інтелекту в дошкільному віці як передумова його розвитку в молодшого школяра. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія».* Серія «Психологія». Випуск 4. 2016. С. 196-205. URL: https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/7520/1/20.pdf

61. Яцюк М. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи): навчально-методичний посібник. Вінниця : Вид-во «Діло», 2019. 105 с.

62. Averill, J.R. A tale of two Snarks : emotional intelligence and emotional creativity compared. *Psychological Inquiry*. V. 15. 2004. P. 228-233.

63. Lemberg, B. Emotsionalnyy intellekt. Kak razum obshchaetsya s chuvstvami. *Emotional intelligence. How the mind communicates with feelings*. Saint Petersburg : Vector. 2013.

64. Mayer J. D., Salovey P. The Intelligence of emotional intelligence. Intelligence. 1993. V.17. № 4. P. 433–442.