

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Незважаючи на дискусійність проблеми емоційного інтелекту, науковці наголошують на важливості емоційного виховання, що передбачає оволодіння своїм емоційним станом, підпорядкування прояву емоцій і почуттів розуму і волі. Феномен емоційного інтелекту став надзвичайно популярним за останні десятиліття і активно досліджується науковцями, оскільки визначається як один із провідних чинників, який забезпечує емоційне самопізнання та розуміння емоцій інших людей, що сприяє успішній соціальній взаємодії.

Ми відчуваємо різні емоції протягом усього нашого усвідомленого і неусвідомленого життя. Розпочинається все ще в утробі матері, багато в чому під впливом її емоційного стану. На фундаментальному рівні емоції є реакціями на довкілля, адже вони дозволяють нам швидко відрізнити щось приємне від загрози. Емоції просочують наші думки, впливаючи на ухвалення рішень, визначення життєвих цінностей, на взаємодію з оточенням, повідомляючи інших людей про наш внутрішній стан; на самоствалення, на здатність будувати близькі стосунки, на успіхи в навчанні й роботі, на поведінку, готуючи наше тіло до дії. Без емоційного відгуку не відбувається жодного епізоду в нашому житті. Навіть якщо здається, що ми нічого не відчуваємо в поточний момент, це хибна думка, тому що існують неусвідомлювані емоції, яких ми не помічаємо. Незважаючи на це «непомічені» емоції теж накладають відбиток на думку, поведінку, мотивацію і бажання.

Проблему емоційного інтелекту досліджували як зарубіжні (Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Д. Люсін, Дж. Мейер, П. Селовей), так і вітчизняні (С. Богомаз, А. Карпов, В. Овсянникова, І. Степанова, М. Шпак) вчені.

Науковці вивчають різні аспекти емоційного інтелекту: розуміння підлітками власних емоцій, предикативну й когнітивну емпатію (П. Анохін, Д. Гоулман, М. Дмитрієва, Є. Карпенко, Н. Коврига, Д. Люсін, М. Манойлова, Л. Новікова, Е. Носенко, О. Саннікова, С. Симоненко, О. Чебикін); соціально-адаптаційний потенціал емоційного інтелекту підлітка (М. Бреккет, С. Дерев'яно, Н. Коврига), особливості розвитку емоційного інтелекту на різних вікових етапах онтогенезу (Т. Березовська, Т. Пашко, М. Смульсон, М. Шпак, Г. Юсупова та ін.). Зокрема М. Шпак аизначає емоційний інтелект як інтегральну властивість особистості, яка забезпечує здатність розуміти емоції та управляти ними, підпорядковує емоції розуму і волі, спонукає до самопізнання через збагачення емоційного та соціального досвіду [10].

Мета статті полягає у розкритті психологічних особливостей та виокремленні складових емоційного інтелекту.

Актуальність дослідження зумовлена посиленням інтересу до проблеми розвитку емоційного інтелекту в умовах високого рівня емоційного напруження і тривоги, які спостерігаються в сучасному суспільстві.

В останнє десятиліття, як справедливо зазначає Д. Гоулман [1], з'явилась велика кількість досліджень, що засвідчують найвищий за всю історію людства рівень емоційної нестриманості, нехтування будь-якими нормами у виявленні почуттів на всіх рівнях спілкування людей, починаючи з родини і закінчуючи колективом, в якому люди працюють. Це виявляється і у відчаї «мовчазної самотності» маленьких дітей, залишених батьками наодинці з телебаченням у ролі «вихователя» або взагалі позбавлених будь-якого батьківського піклування [5], у жахливому насильстві в шлюбних стосунках, яке негативно впливає на дитячу психіку, приниження в школі та позашкільному дозвіллі.

На сьогодні не існує однозначного трактування емоційного інтелекту. Ряд дослідників розглядає його як підструктуру соціального інтелекту [10] або підструктуру інтелекту загалом як багатоаспектного конструкту [7]. Однак існує й інша точка зору: емоційний інтелект розглядається як більш широке поняття, а соціальний інтелект – як один із його аспектів. Так, Дж. Мейер відносить емоційний інтелект разом із соціальним до так званих «гарячих», оперативних видів інтелекту, які оперують соціальною, практичною, особистісною та

емоційною інформацією; емоційний інтелект розглядається як частина міжособистісного інтелекту» [3, с. 55].

У своїй моделі емоційного інтелекту Дж. Мейер і П. Селовей визначають його як групу ментальних здібностей, що сприяють усвідомленню та розумінню власних емоцій та емоцій оточуючих. Дослідники виокремлюють чотири складові, які мають рівнево-ієрархічний характер і послідовно розвиваються в онтогенезі. Йдеться про: 1) сприйняття, оцінку та вираження (ідентифікацію) емоцій; 2) використання емоцій для підвищення ефективності мислення й діяльності; 3) розуміння й аналіз емоцій; 4) свідоме управління емоціями для особистісного зростання й оптимізації міжособистісних стосунків. Вчені вважають, що емоційний інтелект допомагає осмислити міжособистісні взаємини на основі розуміння емоцій та почуттів суб'єктів взаємодії, вибудовувати лінію поведінки в потрібному напрямку, що призводить до максимально комфортного співіснування в соціумі та допомагає домагатися поставлених цілей під час конструктивної взаємодії з іншими людьми [4, с. 10].

Учені стверджують, що емоційний інтелект дозволяє опрацьовувати всі види інформації, які пов'язані з емоціями; використовувати емоції для полегшення різних когнітивних процесів та вирішення проблем, користуватися змінами свого настрою, щоб упоратися з тим чи іншим завданням, що є актуальним на даному етапі; бути уважним до найдрібніших змін усередині себе і навколо; керувати емоціями, тобто регулювати як власні емоції, так й ті, які притаманні іншим людям. Людина з високим рівнем емоційного інтелекту може використовувати навіть негативні емоції як у власних цілях, так і керувати ними для досягнення мети [7, с. 49].

Емоційний інтелект, за Д. Гоулманом, є сукупністю чинників, які дають змогу особистості відчувати, регулювати настрій, контролювати імпульсивні прояви, мотивувати себе, утримуватися від фрустрації і таким чином досягати успіху в повсякденному житті, в інший спосіб проявити інтелект. Дослідник називає емоційний інтелект основною інтуїцією і цитує Аристотеля: «гніватися на того, хто на це заслуговує, причому до відомих меж, у належний час, з належною метою і належним чином – це є рідкісне емоційне вміння» [1, с. 37].

На думку американського психолога Н. Холла, емоційний інтелект – це спроможність розуміти відмінності між позитивними і негативними емоціями і навіть між різними позитивними емоціями, що допомагає налагоджувати конструктивний діалог і взаємини [4]. Складовими емоційного інтелекту він називає: емоційну обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивацію, емпатію, здатність до розпізнавання емоцій інших людей тощо.

Сучасний дослідник Р. Бар-Он, стверджує, що емоційний інтелект – це «сукупність емоційних, особистих та соціальних здібностей, які впливають на загальну здатність ефективно справлятися з вимогами та тиском навколишнього середовища» [2, с. 32]. Вчений виокремив п'ять складових емоційного інтелекту: 1) пізнання себе, усвідомлення власних емоцій і пов'язані з цим упевненість у собі, самоповага, самоактуалізація, незалежність); 2) навички міжособистісного спілкування на основі емпатії та соціальної відповідальності; 3) здатність до адаптації, гнучкість реагування, конструктивне розв'язання проблем; 4) управління стресовими ситуаціями, контроль за імпульсивністю, стійкість до стресу; 5) переважаючий позитивний настрій, щастя, оптимізм [2, с. 34].

Українські науковці Н. Коврига і Е. Носенко термін «емоційний інтелект» запропонували перекласти на українську мову: «розумність не тільки підіймає нас над нашими пристрастями та слабкостями, а й допомагає скористатись з наших переваг, талантів та добродійності» [6, с. 23]. Вчені стверджують, що саме це значною мірою пов'язано зі змістом емоційного інтелекту, серед аспектів виявлення якого спроможність людини долати власні пристрасті, підніматись над ними; користатись перевагами, талантами та добродійністю, тобто мотивувати себе на виявлення власного особистісного потенціалу.

Цікавий та важливий у контексті дослідження елемент емоційного інтелекту – усвідомлена регуляція емоцій. Початковий момент управління почуттями – це розщеплення монолітного недиференційованого афекту (Я-почуття) на суб'єкта та його почуття, точніше кажучи, це вичленовування почуття в якості окремого об'єкта, а не властивості зовнішнього світу («Я відчуваю страх або задоволення», а не «Світ страшний або приємний») [2]. Управління емоціями, на думку Дж. Мейера, полягає в розширенні або обмеженні потоку емоційної інформації, зокрема за допомогою контролюючих думок [4, с. 12].

Асиміляція емоцій у мислення (використання емоцій для підвищення розумової активності), розуміння єдності раціонального та емоційного підтверджується й даними експериментів П. Селовей, згідно яких здійснення ефективного процесу прийняття рішення неможливе, якщо думка позбавлена емоційного підкріплення. Тому кінцевим продуктом емоційного інтелекту є прийняття рішень на основі відображення та осмислення емоцій, які є диференційованою оцінкою подій, що мають особистісний смисл. Тому емоційний інтелект лежить в основі емоційної саморегуляції [8, с. 22].

Висновки. Таким чином, можна зробити висновок, що емоційний інтелект є важливою інтегральною характеристикою особистості, яка реалізується в її здатності розуміти емоції, узагальнювати їх зміст, виокремлювати емоційний підтекст у міжособистісних стосунках, регулювати емоції так, щоб сприяти успішній когнітивній пізнавальній діяльності та долати негативні емоції, які заважають спілкуванню чи загрожують досягненню індивідуального успіху. Дослідники стоять на початку шляху вивчення цього психологічного феномену і наступні роки повинні принести додаткові наукові результати, які стануть основою розуміння цього важливого особистісного конструкту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Москва : АСТ : Астрель, 2011. 478 с.
2. Иванова И. Основные направления исследований эмоционального интеллекта в отечественной науке и за рубежом. Сборник научных трудов СевКавГТУ. Серия «Гуманитарные науки» № 3. Ставрополь : СевКавГТУ, 2006. С. 32 – 33.
3. Калошин В. Ф. Емоційний інтелект – головний показник ефективності використання людських ресурсів. Практична психологія та соціальна робота. 2008. № 4. С. 54 – 63.
4. Лобанов А.П., Подунова О.Н. Социальный интеллект : от Торндайка до Гилфорда. Социальный интеллект : Проблемы исследования и диагностики / под ред. А. П. Лобанова. Москва : БГПУ, 2003. С. 5 – 17.
5. Малихіна М. Дитина у світі емоцій : видавництво : 4 Mamas (Издательская группа «Основа»), 2018. 156 с.
6. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект : концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ, 2003. 159 с.
7. Опанасюк І. В. Психологічна сутність феномену «емоційний інтелект». Збірник наук. праць : філософія, соціологія, психологія. Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. Василя Стефаника», 2013. Вип. 18. Ч. 1. 213 с.
8. Синельникова І. Дослідження розвитку емоційного інтелекту. Психолог. Серпень. 32(464), 2011. С. 19 – 24.
9. Собченко О. М. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості. Наука. Релігія. Суспільство. 2010. № 4, С. 84 – 87.
10. Шпак М. М. Психологія розвитку емоційного інтелекту молодших школярів : монографія. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2016. 372 с.

Ткачук Анна

Науковий керівник – викл. Постолок М.І.

ДОШКІЛЬНЕ ВИХОВАННЯ ЗА КОРДОНОМ

У багатьох країнах світу велика увага приділяється розвитку дошкільних закладів і вдосконаленню процесу виховання дітей. Як і у нас, за кордоном дошкільне виховання є початковою ланкою єдиної системи виховання і навчання. Ним опікуються місцеві органи влади, релігійні і громадські організації, приватні особи.

Кожна національна система освіти (зокрема дошкільного виховання) має певні особливості та власний передовий педагогічний досвід.

У 1989 році Генеральна Асамблея ООН ухвалила Міжнародну конвенцію про права дитини, яку ратифіковано в усіх країнах цивілізованого світу. Це – унікальний документ високого рівня, статті якого охоплюють права дітей від народження до повноліття. Стаття 6 Конвенції визначає: «Кожна дитина має право на життя» [5].