

нашу думку, доповнюють один одного та надають психологічні інструменти для розуміння та розвитку резильєнтності студентів в умовах освітнього середовища.

ЛІТЕРАТУРА

1. Чиханцова О., Гуцол К. Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19 : практ. посіб. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 128 с.

2. Cherry K. (2022). What Is Resilience? Verywell mind. URL : <https://www.verywellmind.com/what-is-resilience-2795059> (дата звернення: 5.09.2023).

3. Galatzer-Levy I. R., Burton C. L., & Bonanno G. A. (2012). Coping flexibility, potentially traumatic life events, and resilience: A prospective study of college student adjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31(6), P. 542– 567.

4. Grzegorzewzewska I. (2011). Odporność psychiczna dzieci i młodzieży – wyzwanie dla współczesnej edukacji. Uniwersytet Zielonogórski. *Terazniejszość – Człowiek – Edukacja*, 1(53). P. 37–51.

Галина ГОНЧАРОВСЬКА

кандидат психологічних наук, доцент, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна

Тетяна ПШЕБИЛЬСЬКА

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна

ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У сучасному освітньому просторі важливим є вивчення чинників та умов розвитку емоційного інтелекту молодшого школяра, який відіграє важливу роль в реалізації особистістю свого потенціалу. Відтак, актуальності набуває проблема вивчення особливостей розвитку емоційного інтелекту учнів 1-4 класів через розкриття їх емоційних переживань та пізнавальної сфери.

Аналіз наукових джерел з проблем емоційного інтелекту та його розвитку в молодшому шкільному віці засвідчує наявність значної кількості досліджень (А. Гресь, Е. Носенко, Н. Коврига, О. Ковтунець, З. Петренюк, О. Подейко, Ю. Савченко, М. Шпак та ін.). Незважаючи на те, що проблема розвитку емоційного інтелекту особистості займає в психологічних дослідженнях важливе місце, проте залишаються недостатньо вивченими питання психологічних чинників розвитку емоційного інтелекту у молодшому шкільному віці.

Молодший шкільний вік – важливий етап емоційного та інтелектуального розвитку. Відомі науковці (А. Гресь, Е. Носенко, О. Ковтунець, З. Петренюк, Ю. Савченко, М. Шпак) у своїх роботах доводять важливість молодшого шкільного віку в розвитку базових якостей особистості, її соціалізації. Важливо, що остання відбувається через вплив на емоційну та пізнавальну сферу школяра. Оскільки він не лише відображає об'єктивну дійсність, але й активно взаємодіє з соціальним довкіллям, виявляючи власне ставлення до явищ реального світу, Ю. Савченко стверджує, що «формування емоційного досвіду дитини, зокрема динаміки експресивних дій, адекватного емоційного реагування, розвитку емпатії, саморегуляції, а також виразності особистісних особливостей емоційності, тривожності відбувається переважно під впливом соціального оточення у молодшому шкільному віці» [5, с. 12].

Зауважимо, що упродовж молодшого шкільного віку емоції дитини розвиваються, ускладнюються і набувають інтелектуалізованого характеру. Існують дані, що «емоції молодшого школяра є найважливішими чинниками регуляції процесів пізнання» [3, с. 51]. Наприклад, однією з умов, що визначає здатність дитини молодшого шкільного віку запам'ятовувати, як зазначає А. Гресь, є емоційна забарвленість, що істотно ускладнює довільну регуляцію цих процесів [1]. Дослідниця М. Шпак також вказує, що узгоджене функціонування розумової та емоційної систем, їхня внутрішня єдність забезпечує успішне виконання молодшим школярем навчальної діяльності [6].

Виходячи із зазначених вікових і психологічних особливостей розвитку дітей молодшого шкільного віку, доцільно стверджувати, що «емоційний

інтелект їх передбачає здатність усвідомлювати, розуміти свої почуття та емоції, називати їх (в межах вікової компетенції) вміння проявляти їх за допомогою різних вербальних і невербальних засобів, вміння стримувати та керувати ними, а також проявляти початкові навички емпатії» [3, с. 52].

Аналіз психологічної літератури показує, що емоційний інтелект дітей молодшого шкільного віку слід розглядати в контексті чинників, що істотно впливають на його становлення, формування та розвиток, а саме – біологічних, соціальних та психологічних.

Так, до біологічних чинників розвитку емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку можна віднести спадкові задатки, що стосуються емоційної сприйнятливості, правопівкульне мислення, риси темпераменту та ін. Важливо, що школярі з розвиненим невербальним інтелектом більш емоційні та рухливі, вони краще розрізняють емоції й орієнтовані більше на інших, аніж на себе. Встановлено, що «вокалісти» й «музиканти» адекватніше сприймають емоційний стан іншої людини за голосом, а особи «художнього» типу є більш емпатійними, тривожними, при цьому володіючи здатністю до правильного визначення емоційного контексту у звуковому мовленні [2].

До соціальних чинників розвитку емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку можна віднести рівень розвитку цього феномена у батьків. З одного боку, можливо, рівень емоційності матерів і батьків діє опосередковано: як «збагачене середовище, в якому дитина може набути необхідні для адаптації знання, навички і розвинути впевненість у своїй емоційній компетентності. З іншого боку, є теорія, що емоційний інтелект пов'язаний з функціональною асиметрією мозку, зокрема з домінуванням правої півкулі» [7, с. 6].

До психологічних чинників розвитку емоційного інтелекту відносять «синтонність, саморегуляцію та самооцінку, рівень розвитку самосвідомості дитини, впевненість у своїй емоційній компетентності, емоційно благополучні відносини між батьками та ін.» [3, с. 53]. Синтонність тлумачиться як «інстинктивне співзвуччя з оточенням» [7, с. 5]. Синтонічна особистість мимоволі переживає ті ж емоції, які переживають оточуючі під час спілкування з

нею. Однак «у міру становлення логічного, причинно-наслідкового мислення синтонність змінюється емпатією, яка є не стільки емоційним співзвуччям зі станом іншої людини, скільки його розпізнавання» [2, с. 109].

О. Ковтунець доводить істотну роль у розвитку емоційного інтелекту дитини механізмів саморегуляції. На особистісному рівні, стверджує вчений, саморегуляція молодших школярів «здійснюється за такими напрямками: смисловим, особистісних утворень і психічних станів. Саморегуляція психічних станів пов'язана безпосередньо з самоконтролем, а вся система особистісної саморегуляції базується на ступені розвиненості самосвідомості» [3, с. 54]. Іншими словами, рівень розвитку самосвідомості є передумовою управління своїми емоціями. А в основі *впевненості у своїй емоційній компетентності* (тобто в основі уявлень, чи може молодший школяр розуміти свої і чужі емоції, керувати ними і міжособистісною взаємодією) лежать процеси самооцінки і саморегуляції.

Гендерні особливості виховання, як доводить Ю. Савченко, також є важливим чинником розвитку емоційного інтелекту дітей молодшого шкільного віку. Відмінності ж у соціалізації дівчат і хлопців «продиктовані неусвідомленим прагненням батьків підготувати дітей до виконання відповідних гендерних ролей. Гендерні відмінності виявляються, наприклад, у проявах емоційного інтелекту жінок проявляється переважно на рівні міжособистісних відносин, а у чоловіків – на внутрішньоособистісному» [5, с. 15].

Останнім часом до соціальних та індивідуально-психологічних труднощів розвитку емоційного інтелекту молодших школярів додалися воєнні. Зокрема, на психологічний стан кожної людини, в тому числі молодших школярів, істотно впливає повномасштабна війна. Стреси, тривоги і хвилювання в умовах війни є більш провокуючими для здоров'я людини, аніж в мирний час. Негативно впливають на психоемоційний стан людини «суттєві і різкі життєві зміни; руйнування життєвих планів; втрата рідних і близьких; тягар особистої відповідальності за майбутнє, важке матеріальне становище; щоденні новини про

обстріл мирного населення, тортури та вбивства; відчуття небезпеки у відносно спокійних місцях» [4, с. 6].

А. Ялінь, Б. Льовент, Н. Кайя пишуть, що під час війни неможливо уникнути тривоги та інших розладів емоційної сфери, яка обов'язково позначиться на психоемоційному стані молодших школярів. Слід зазначити, що до тривожності схильні як хлопці, так і дівчата, а «під час війни діти відчувають гострі емоційні реакції на те, що відбувається, емоційні коливання, істерики, надмірне збудження, ступор, страх тощо. Під впливом драматичних подій у молодших школярів може бути втрачена здатність до співпереживання (дереалізація) як захисна реакція психіки» [7, с. 8].

Ураховуючи сказане, зауважимо, що для розвитку емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку в умовах війни потрібна системна й цілеспрямована робота, зорієнтована на вербалізування емоційних станів, різних емоцій, почуттів і переживань – і своїх, й інших людей; стимулювання їх до прояву власного ставлення до ситуації, виявлення емоційного стану чи переживання, спричиненого цією ситуацією. Важливо навчати дітей способам адекватного вираження негативних емоцій та вмінь позбуватися неадекватних.

Констатуємо, що для гармонійного особистісного зростання дітей молодшого шкільного віку та розвитку їхнього емоційного інтелекту, роботу слід спрямувати на:

- розвиток умінь розпізнавати емоції за зовнішніми ознаками (від загального до диференційованого сприймання);
- розширення і збагачення репертуару соціально прийнятних форм вияву власних емоцій і почуттів, поступовий розвиток соціальних емоцій;
- засвоєння доступних форм вербалізації власних емоцій та переживань, настроїв, станів, а також аналіз чинників, що їх викликали.

Отже, проведений аналіз особливостей розвитку емоційного інтелекту молодшого школяра дозволяє стверджувати, що на його формування впливають біологічні, соціальні та психологічні чинники. До психологічних чинників розвитку емоційного інтелекту можна віднести саморегуляцію, самооцінку,

синтонність, особливості самосвідомості, впевненість дитини в своїй емоційній компетентності. Важливою умовою розвитку емоційного інтелекту є знижена в умовах війни здатність до емоційної саморегуляції і самоконтролю. Для формування емоційного інтелекту у молодших школярів потрібна системна й цілеспрямована робота, зорієнтована на вербалізування станів, емоцій, почуттів, переживань; стимулювання до прояву власного ставлення до ситуації, стану, емоції або переживання, а також навчання способів адекватного вираження негативних емоцій та вмінь позбуватися негативних.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гресь А. О. Розвиток емоційного інтелекту дітей 5-6 років. Київ : Основа : Перший тренінг, 2018. 80 с.
2. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект : концептуалізація феномену, основні функції: монографія. Київ : Вища школа, 2003. 159 с.
3. Петренюк З., Ковтунець О. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів як передумова формування успішної особистості. *Педагогічний пошук*. 2021. №3. С. 51–55.
4. Подейко О. Життя під час війни та війна під час життя : [як функціонує психіка і чим відрізняється емоційний стан людей залежно від їхнього місцеперебування]. *Безпека життєдіяльності*. 2022. № 9/10. С. 6–8.
5. Савченко Ю. Розвиток емоційного інтелекту учнів молодшого шкільного віку. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2014. № 12. С. 12–16.
6. Шпак М. М. Психологія розвитку емоційного інтелекту молодших школярів : монографія. Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2016. 372 с.
7. Ялінь А., Льовент Б., Кайя Н. Діти і війна : навчання технік зцілення. Львів : Ін-т псих. здоров'я укр. катол. ун-ту, 2012. 42 с.